



PREVALÊNCIA DE RECURSOS ERGOGÊNICOS FARMACOLÓGICOS E NUTRICIONAIS E CONSUMO ALIMENTAR DE MACRONUTRIENTES E MICRONUTRIENTES EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO

Alexandre Pereira Reis^{1,3,4}; Ariana Ferrari²; Gabriel Fassina Ladeia^{1,3,4}; Fabiano Mendes de Oliveira^{3,4}; Bráulio Henrique Magnani Branco^{3,4,5}

¹Acadêmico do curso de Educação física, UNICESUMAR, Maringá-PR. Bolsista do Programa de Iniciação Científica do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação PIC/ICETI.

²Co-orientadora Professora Doutora, do departamento de Nutrição da Unicesumar

³Laboratório de Intervenção Interdisciplinar em Promoção da Saúde

⁴Grupo de Estudos em Educação Física, Fisioterapia, Esporte, Nutrição e Desempenho da Unicesumar

⁵Orientador Professor Doutor, do Mestrado em Promoção da Saúde da Unicesumar

RESUMO: Os esteróides anabolizantes são classificados como um subgrupo de andrógenos compostos por substâncias sintéticas derivadas da testosterona, desenvolvidas para fins terapêuticos. No entanto, tais substâncias também passaram a ser utilizadas no âmbito das academias e do esporte, a fim de melhorar o desempenho físico-esportivo, devido a sua grande propriedade anabólica. Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo central identificar a prevalência de consumo de recursos ergogênicos farmacológicos e nutricionais, bem como estimar o consumo alimentar de macronutrientes e micronutrientes em praticantes de musculação, em Paranacity/PR. Para tanto, serão selecionados 200 praticantes experientes de musculação de ambos os sexos, que aceitem em participar do presente estudo ($n = 100$ do sexo masculino e 100 do sexo feminino). Para a coleta de dados, aplicar-se-á um questionário estruturado e fundamentado com questões objetivas em praticantes de musculação, com idade igual ou superior a 18 anos de idade que apresentem no mínimo, 6 meses de experiência com o treinamento resistido. Os resultados serão apresentados por meio da estatística descritiva e inferencial, a partir da comprovação da normalidade dos dados. Assim, a partir da referida análise que será consumada por meio do teste de Kolmogorov-Smirnov, utilizar-se-á a estatística paramétrica ou não-paramétrica. Dessa forma, acredita-se que o presente estudo poderá auxiliar os profissionais de saúde acerca da utilização de esteroides anabolizantes, bem como em relação ao consumo alimentar em praticantes de musculação. Mediante aos resultados que serão investigados, poderão ser delineados programas com foco na promoção da saúde para os praticantes de treinamento resistido (se necessário), caso as substâncias ilícitas (sem o aval médico) estejam sendo utilizadas indiscriminadamente e, por fim, proporcionar parâmetros nutricionais, alusivos à ingestão de macro e micronutrientes em praticantes de musculação.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde do homem; Saúde da mulher; Educação em saúde; Medicina baseada em evidências.