

**PROJETO DE ATENÇÃO NUTRICIONAL ESPECIALIZADA A ATLETAS: UM
BREVE RELATO DE EXPERIÊNCIA**

VOGT, P. L.^[1]; SILVA, G. G.^[1]; ROPPA, B. I. R.^[1]; COSTA, L. C. F.
^[2]; KOEHNLEIN, E. A.^[3]

O Projeto de Atenção Nutricional Especializada a Atletas faz parte do Programa de Atenção Nutricional Especializada (PROANUTRE) que abrange 3 projetos distintos, com finalidade de promover atendimento nutricional especializado a grupos específicos e foi implantado em maio de 2024. O projeto visa ofertar atendimento nutricional especializado a atletas de futebol de Realeza-PR e da região, que participam de competições de nível regional e estadual, atendendo à demanda nutricional aumentada, otimizando o desempenho e prevenindo lesões. O objetivo do trabalho foi realizar um relato de caso do Projeto de Atenção Nutricional Especializada a atletas. Os atendimentos são realizados na Clínica-Escola de Nutrição da UFFS pelos estudantes extensionistas do curso de graduação em nutrição, acompanhados da equipe executora composta por nutricionista técnico administrativo em educação, professor e graduado em nutrição (egresso do curso de Nutrição da UFFS), que trata-se de um dos diferenciais desse projeto. O projeto tem objetivo de contribuir para a formação de nutricionistas capacitados para a atenção especializada de atletas. O projeto possui parceria com a diretoria de Esportes do município de Realeza e realizou nos três primeiros meses de execução 44 atendimentos, compreendendo consultas novas e retornos, a 12 atletas de Futebol do município, todos do sexo masculino, com faixa etária entre 12 e 17 anos. Cada atleta recebeu atendimento nutricional individualizado e foram coletados dados detalhados sobre treinos, rotina diária, antecedentes pessoais e familiares de patologias, história dietética obtida por meio de Questionário de Frequência Alimentar e Recordatório de 24 horas, dados antropométricos e de composição corporal por bioimpedância elétrica. A partir da avaliação realizada, os diagnósticos em nutrição, intervenções e o monitoramento foram discutidos em conjunto com a professora orientadora do projeto. Os principais diagnósticos em nutrição observados até o momento foram: consumo excessivo de gorduras e proteínas, escolhas alimentares indesejáveis e períodos prolongados de jejum entre as refeições, especialmente com ausência de refeições pós-treino. As intervenções foram realizadas no formato de plano alimentar e metas, adequadas às necessidades e rotinas para garantir uma melhor adesão. Além dos atendimentos, os estudantes extensionistas deslocaram-se ao local de treino e atividades dos atletas, durante o mês de junho, para acompanhar o treino dos mesmos, com finalidade de ter condições de estimar o gasto energético dos adolescentes com maior precisão. Para isso, foi realizado o monitoramento do treino de um dos atletas, com coleta de dados de distância, frequência cardíaca e velocidade, por

meio do relógio GTR 3. Ainda no mês de julho realizou discussão técnico-científica de consensos da área. No mês de agosto foi realizada uma reunião com o treinador da equipe para avaliação das atividades do projeto e foram recebidos os feedbacks sobre o reflexo no desempenho dos atletas e a apresentação de dados antropométricos e principais intervenções nutricionais. O retorno sobre o desempenho foi positivo, destaca-se a melhoria no condicionamento e desempenho físico dos atletas nos jogos disputados pela equipe após o atendimento.

Palavras-chave: Nutrição; Atletas; Futebol.

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde.

Origem: Extensão.

Instituição Financiadora/Agradecimentos: Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS)

Aspectos Éticos: CAAE: 41154814.7.0000.5564

[1] Pedro Lucas Vogt. Discente do curso de Bacharel em Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul – *Campus* Realeza-PR. vogtlucaspedro@gmail.com.

[1] Gabriele Gomes da Silva. Discente do curso de Bacharel em Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul – *Campus* Realeza-PR. gabrielegomesdasilva7@gmail.com.

[1] Brenda Iohana de Ramos Roppa. Discente do curso de Bacharel em Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul – *Campus* Realeza-PR. brendamosroppa@gmail.com.

[2] Eloá Angelica Koehnlein. Docente do curso de Bacharel em Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul – *Campus* Realeza-PR. eloa.koehnlein@uffs.edu.br

[3] Larissa da Cunha Feio Costa. Responsável Técnica da Clínica-Escola de Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul – *Campus* Realeza-PR. larissa.costa@uffs.edu.br