

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, FISIOTERAPIA E DANÇA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DO MOVIMENTO HUMANO

PRISCILA ANTUNES MARQUES

**CENÁRIO DE ATUAÇÃO DOS NUTRICIONISTAS EM CLUBES DE FUTEBOL DO
ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL**

PORTO ALEGRE

2024

PRISCILA ANTUNES MARQUES

**CENÁRIO DE ATUAÇÃO DOS NUTRICIONISTAS EM CLUBES DE FUTEBOL DO
ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL**

Tese de Doutorado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito parcial para a obtenção do título de Doutor em Ciências do Movimento Humano.

Orientador: Prof. Dr. Rogério da Cunha Voser

PORTO ALEGRE
2024

CIP - Catalogação na Publicação

Marques, Priscila Antunes
Cenário de Atuação dos Nutricionistas Esportivos em
Clubes de Futebol do Estado do Rio Grande do Sul /
Priscila Antunes Marques. -- 2024.
85 f.
Orientador: Rogério da Cunha Voser.

Tese (Doutorado) -- Universidade Federal do Rio
Grande do Sul, Escola de Educação Física, Programa de
Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, Porto
Alegre, BR-RS, 2024.

1. Nutrição. 2. Esporte. 3. Futebol. I. Voser,
Rogério da Cunha, orient. II. Título.

PRISCILA ANTUNES MARQUES

**CENÁRIO DE ATUAÇÃO DOS NUTRICIONISTAS EM CLUBES DE FUTEBOL DO
ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL**

Conceito Final: A

Aprovado em: 19 de Agosto de 2024

BANCA EXAMINADORA

Prof^ª. Dr. Rodrigo Ferrari da Silva - UFRGS

Prof. Dr. Rodrigo Flores Sartori - PUCRS

Prof^ª. Dra. Camila de Barros Rodenbusch - Faculdade Sogipa

Orientador - Prof. Dr. Rogério da Cunha Voser - UFRGS

AGRADECIMENTOS

Agradeço imensamente à minha Família, especialmente à minha mãe Bela Maria, ao meu esposo Marcos Paulo e à minha filha Laura, por estarem sempre presente durante essa caminhada, com incentivo e paciência, me fazendo acreditar que posso mais do que imagino.

Agradeço, especialmente, ao meu orientador Prof. Dr. Rogério da Cunha Voser por ter acreditado e confiado que o estudo possui relevância para uma tese de doutorado. Pelo apoio e disponibilidade, pela compreensão e pelo aconselhamento assertivo que muito contribuíram para aumentar o desafio e aprofundar a investigação, com muita clareza e discernimento. Aos Professores que deram uma enorme contribuição para este trabalho: Dr. Rodrigo Ferrari da Silva, Dr. Rodrigo Flores Sartori e Dra. Camila de Barros Rodenbusch, obrigado por tantas considerações e ensinamentos.

Muito obrigado a todos os nutricionistas entrevistados que, solicitamente, se propuseram a colaborar com a pesquisa desde o primeiro contato. Assim, enriquecendo as entrevistas com seus conhecimentos e práticas para o desenvolvimento do trabalho da melhor maneira possível.

Aos meus colegas de mestrado e doutorado, Marcos Xavier, Rodrigo Carlet, Luciano Elias e Manoel Shamah, pela parceria ao longo desse período. A todos os professores e amigos, que tanto contribuem e nos instigam a continuar evoluindo, tornando essa passagem mais prazerosa.

A todas as instituições em que trabalho, EMEF Francisco Greiss, EMEF Senador Alberto Pasqualini e EMEI Jardim Bento, pela compreensão nos momentos em que precisei me dedicar às pesquisas, e por sempre acreditarem no meu trabalho e incentivarem a evolução dele.

RESUMO

A atuação do profissional nutricionista encontra-se em expansão desde a criação da profissão e sua normatização. Os avanços da ciência da nutrição permitiram que novos campos surgissem, trabalhando não só na prevenção e no tratamento de doenças, como também na promoção da saúde, estética e bem estar. A nutrição esportiva tem sido uma das áreas de atuação que mais vem ganhando destaque, visto a importância que um nutricionista tem no planejamento e rotina de treinos que visam o desempenho dos atletas. Ainda assim, o baixo número de profissionais que atuam nessa área levanta questionamentos. Desta maneira, o presente estudo tem como objetivo principal descrever como ocorre o processo de atuação do nutricionista esportivo em clubes participantes do campeonato gaúcho de futebol da Série A. Para fundamentação teórica, foram abordados o contexto da nutrição esportiva no Brasil, bem como a nutrição esportiva aplicada ao futebol. A metodologia da pesquisa é de natureza aplicada e descritiva, adotando como procedimento técnico uma abordagem qualitativa. Participaram do estudo 9 nutricionistas de 3 clubes, sendo 7 mulheres e 2 homens, do total de 12 clubes participantes do campeonato gaúcho de futebol da Série A. Como instrumento de coleta de dados utilizou-se uma entrevista semiestruturada. Para a análise dos resultados obtidos foi utilizada a técnica de triangulação dos dados. Todos os preceitos éticos foram respeitados. Os resultados indicam que os nutricionistas assumem a responsabilidade pela alimentação, suplementação e hidratação dos atletas, controlando não só as refeições que ocorrem dentro do clube, mas também em hotéis durante as viagens de competições. Todos os entrevistados admitiram influências da prática esportiva para optar pela carreira de nutricionistas esportivos, mas somente um tinha ligação com o clube de futebol através de estágios. Compreendeu-se não possuir caminho único de formação a ser percorrido para se tornar um nutricionista esportivo, no entanto, o contato com pessoas da área e o *networking* adquirido parecem ter forte influência para conseguir uma vaga em clubes de futebol. Os achados contribuirão para o conhecimento dessa área de atuação do nutricionista, evidenciando qual a formação e o percurso necessário para conseguir uma vaga nesse mercado de trabalho, bem como as funções que são realizadas pelos profissionais dentro do clube, de forma a auxiliar aqueles que pretendem trabalhar futuramente como nutricionista esportivo em clubes de futebol.

Palavras-chave: Nutricionista esportivo. Nutrição. Futebol.

ABSTRACT

The role of professional nutritionists has been expanding since the creation of the profession and its standardization. Advances in nutritional science have allowed new fields to emerge, working not only on the prevention and treatment of diseases, but also on the promotion of health, aesthetics and well-being. Sports nutrition has been one of the areas of activity that has gained the most attention, given the importance that a nutritionist has in planning and training routines aimed at athletes' performance. Still, the low number of professionals working in this area raises questions. In this way, the main objective of the present study is to describe how the sports nutritionist's performance process occurs in clubs participating in the "Campeonato Gaúcho de Futebol", series A. For theoretical foundation, the context of sports nutrition in Brazil was addressed, as well as nutrition sport applied to football. The research methodology is applied and descriptive in nature, adopting a qualitative approach as a technical procedure. 9 nutritionists from 3 clubs participated in the study, 7 women and 2 men, from a total of 12 clubs participating in the Campeonato Gaúcho de Futebol, series A. A semi-structured interview was used as a data collection instrument. To analyze the results obtained, a data triangulation technique was used. All ethical precepts were respected. The results indicate that nutritionists take responsibility for the athletes' nutrition, supplementation and hydration, controlling not only the meals that take place at the club, but also at hotels during competition trips. All interviewees admitted influences from previous sports practice in choosing a career as a sports nutritionist, but only one had a connection with the football club through internships. It was understood that there is no single qualification path to follow to become a sports nutritionist, however the network acquired seems to have a strong influence on obtaining a place in football clubs. The findings will contribute to the knowledge of this area of nutritionist activity, highlighting the qualifications and path necessary to obtain a place in this job market, as well as the functions that are performed by professionals within the club. In order to help those who intend to work in the future as a sports nutritionist in football clubs.

Keywords: Sports nutritionist. Soccer. Nutrition.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Processo de análise pelo procedimento de triangulação dos dados	34
Figura 2 – Procedimentos de análise adotados para a pesquisa	36

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Estudos encontrados nas bases de dados	20
Quadro 2 – Caracterização dos participantes do estudo	39

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	13
1.1 OBJETIVO GERAL	15
1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	15
2 REFERENCIAL TEÓRICO	16
2.1 NUTRIÇÃO ESPORTIVA: CONTEXTUALIZAÇÃO	16
2.2 NUTRIÇÃO APLICADA AO FUTEBOL	19
3 METODOLOGIA	31
3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO	31
3.2 PARTICIPANTES DO ESTUDO	31
3.3 INSTRUMENTOS UTILIZADOS	31
3.4 PROCEDIMENTOS PARA COLETA DE DADOS	32
3.5 ANÁLISE DE DADOS	33
3.6 ASPECTOS ÉTICOS	36
3.7 RISCOS E BENEFÍCIOS	37
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	38
4.1 A FORMAÇÃO E O PERFIL	38
4.2 O PROCESSO DE INSERÇÃO NA NUTRIÇÃO ESPORTIVA E DENTRO DO CLUBE DE FUTEBOL	43
4.3 ATIVIDADES REALIZADAS, TÉCNICAS DESENVOLVIDAS E PLANEJAMENTO DE TRABALHO	46
4.4 DESAFIOS NA ATUAÇÃO DO NUTRICIONISTA ESPORTIVO EM CLUBES DE FUTEBOL	54
4.5 A IMPORTÂNCIA E AS PERSPECTIVAS FUTURAS DA PARTICIPAÇÃO DE NUTRICIONISTAS EM CLUBES DE FUTEBOL	60
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	66
REFERÊNCIAS	70
ANEXO A - TERMO DE CONCORDÂNCIA - COMPESQ	77
ANEXO B - PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP	78
APÊNDICE A – ANUÊNCIA DA FEDERAÇÃO GAÚCHA DE FUTEBOL	79
APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE	80
APÊNDICE C – DADOS DE IDENTIFICAÇÃO DO ENTREVISTADO	82
APÊNDICE D – ROTEIRO DE ENTREVISTA	83
APÊNDICE E – MATRIZ DE ANÁLISE	84

PREÂMBULO

Esta tese de doutorado visa apresentar o cenário de atuação do nutricionista esportivo, área de atuação em que comecei a trabalhar em 2013. Iniciei meu contato com a nutrição em 2008, no curso de graduação. Antes de entrar, já pretendia trabalhar com atletas, pois também tinha proximidade com esporte, por praticar ginástica artística quando criança. Infelizmente, ao longo do curso de graduação, tive algumas frustrações por não apresentar nenhuma disciplina relacionada à nutrição esportiva no currículo do curso.

Em 2012, entrei para o curso de especialização em Fisiologia do Exercício e Nutrição Esportiva na Faculdade Sogipa, pois, ao me formar, não me sentia preparada e apta para atender um atleta. Ao longo do curso de especialização, fui ganhando mais confiança e conhecendo melhor a Educação Física, o que me despertou interesse em cursar mais uma graduação.

Ingressei na ESEFID/UFRGS no ano de 2013, enquanto ainda realizava a especialização, e comecei a licenciatura em Educação Física. O curso me abriu diversas possibilidades, ingressei como bolsista de avaliação física no Laboratório de Pesquisa do Exercício (LAPEX), logo após fui bolsista de iniciação científica. Tais experiências permitiram que eu entrasse no universo da pesquisa.

No ano de 2014, comecei a trabalhar como nutricionista esportiva em um grupo de corrida, atendendo maratonistas e os demais corredores do grupo. Não possuía vínculo empregatício com o grupo, apenas os atletas me eram encaminhados para atendimento em consultório particular. Logo após, passei a ser estagiária do grupo, como professora de educação física, planejando e orientando treinos presenciais e acompanhando provas. Minha experiência foi ótima, e acabei permanecendo no grupo até mesmo após a minha formação em Educação Física.

Ao concluir a licenciatura, dei sequência ao bacharelado e entrei para o mestrado em Ciências do Movimento Humano. O acúmulo de tarefas me fez optar em permanecer somente com a educação física, tanto profissionalmente, quanto academicamente.

Comparando a nutrição esportiva, com a educação física, eu tive mais dificuldades de entrar no mercado de trabalho com a nutrição, e também de me manter nessa área de atuação. É um campo profissional com poucas ofertas,

funcionando mais por indicações, o que também pesou para eu optar em seguir somente como professora de Educação Física.

Em 2020, ingressei no doutorado em Ciências do Movimento Humano, e escolhi estudar justamente sobre o cenário de atuação do nutricionista esportivo, focando em clubes de futebol, pois também era uma vontade minha de atuar ou até mesmo estagiar em clubes de futebol enquanto aluna de graduação. Por experiência própria, sei que é uma área complicada de iniciar uma carreira e até mesmo se manter, e acredito que, através deste estudo, terei a visão de outros profissionais atuantes na área, para que possam sanar não só as minhas dúvidas, quanto às dúvidas de alunos de graduação em Nutrição que também tenham o sonho de trabalhar futuramente como nutricionistas esportivos.

1 INTRODUÇÃO

A Nutrição é a ciência que estuda a composição dos alimentos e a absorção dos nutrientes pelo organismo. Os primeiros registros da profissão surgiram entre a Primeira e Segunda Guerra Mundial, nas quais alguns países observaram que os soldados bem alimentados lutavam melhor, e, após isso, estudos e experimentos foram iniciados (CFN, 2024; Vasconcelos, 2002).

Em 1926, Pedro Escudero criou o Instituto Nacional de Nutrição, sendo a escola pioneira de nutrição na América Latina. No Brasil, somente em 1939 que surgiu o primeiro curso da área. Em 24 de abril de 1967, a profissão de nutricionista foi regulamentada, apresentando seu primeiro currículo, com duração de três anos, e sendo considerada um curso superior (Vasconcelos, 2002; Batista Filho, 2021).

Desde a sua criação como profissão e a regulamentação do exercício profissional, a nutrição progrediu, tornando-se referência em alimentação adequada, evidenciando a necessidade de ampliação nas suas áreas de atuação. No âmbito da nutrição esportiva, o nutricionista está cada vez mais visado por atletas e praticantes habituais de atividade física (Frade; Stulbach, 2010).

Com a realização de mega eventos esportivos no Brasil, o esporte de rendimento ganhou evidência e a busca por um melhor rendimento e performance fez com que os profissionais do esporte fossem mais valorizados e mais procurados pelos atletas.

A nutrição esportiva está diretamente relacionada com a melhora no desempenho de praticantes de diversos exercícios físicos, promovendo uma alimentação equilibrada e rica em nutrientes, com acompanhamento regular de profissionais da área, já que é através das orientações nutricionais e mudanças de hábitos alimentares, que a recomposição corporal e as mudanças positivas no rendimento e condicionamento físico irão ocorrer (Pereira; Cabral, 2007).

Embora a nutrição esportiva tenha ganhado destaque pela importância que um nutricionista tem no planejamento e na rotina de treinos daqueles que o praticam, a sua colocação, no ranking de atuação dos profissionais, ainda é baixa, segundo os dados obtidos pelo Conselho Federal de Nutricionistas (CFN, 2022). Em quinto lugar, encontra-se a área da nutrição esportiva, que, por ser um campo de atuação mais recente, se comparado às outras áreas, ainda apresenta poucos nutricionistas especializados. Apenas 4,1% dos profissionais atuam em espaços

como academias e clubes de distintas modalidades esportivas no país (futebol, vôlei, natação, atletismo etc.) (Vasconcelos; Rossi; Costa, 2005).

Há décadas, as teorias do treinamento esportivo têm defendido a importância dos conhecimentos nutricionais acerca do processo metabólico dos nutrientes, especialmente do gasto energético, que, em conjunto com as periodizações, permite aumento da performance e resultados competitivos mais expressivos, bem como reduções de lesões (Keen, 2018). Ainda assim, o percentual de profissionais atuantes contratados por clubes é muito baixo, o que levanta um grande questionamento.

Considerando as questões pertinentes à relevância que o profissional da nutrição tem dentro do mercado esportivo, é importante entender como está a nossa realidade no cenário esportivo de clubes de futebol do estado do Rio Grande do Sul. Os estudos de cenário objetivam a realização de diagnóstico de uma realidade local, para busca de informações relacionadas a parâmetros econômicos, políticos, sociais e culturais existentes neste meio social. É necessário objetivos claros, que permitam coletar o maior número possível de dados, para gerar um cenário real, que possa nos trazer resultados e compreensões acerca desses questionamentos.

Neste sentido, o tema proposto por este trabalho é analisar o cenário de atuação do nutricionista esportivo, focando em clubes de futebol. Traçar o caminho que o profissional passa para atuar nessa área, e, assim, contribuir futuramente com aqueles que têm interesse de exercer sua profissão no campo esportivo.

O interesse pessoal em desenvolver este estudo surge a partir do contato primário da autora com a profissão de nutricionista, que após trabalhar um breve período na área esportiva, pôde perceber que nem todos os clubes possuem profissionais atuando. O que levou a questionar qual o motivo de ainda haver poucos profissionais nesse campo: a falta de especializados ou a falta de interesse dos espaços/clubes de oferecer um profissional de nutrição.

Esta pesquisa justifica-se pela necessidade de mais estudos, relacionados ao tema de atuação de nutricionistas em clubes de futebol, que possam apresentar um panorama da realidade prática, da formação e do percurso profissional, além dos desafios encontrados e das oportunidades para atuar com o futebol. Através disso, auxiliaremos estudantes e profissionais que pretendem trabalhar com esporte a conhecer melhor o campo de atuação e a rotina do nutricionista esportivo.

Com base na definição do objeto de estudo elaborado e tendo em vista os questionamentos envolvidos, estruturou-se o seguinte problema de pesquisa: **Como ocorre o processo de atuação dos nutricionistas esportivos em clubes participantes do campeonato gaúcho de futebol masculino da Série A?**

Baseado no exposto acima, e dada à relevância desta temática, adotou-se os objetivos listados abaixo:

1.1 OBJETIVO GERAL

Descrever como ocorre o processo de atuação do nutricionista esportivo em clubes participantes do campeonato gaúcho de futebol masculino da Série A.

1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1.2.1 Identificar a formação e o perfil dos nutricionistas do campeonato gaúcho de futebol da Série A;

1.2.2 Verificar o processo de inserção na nutrição esportiva e dentro do clube de futebol;

1.2.3 Descrever as atividades realizadas, técnicas desenvolvidas e planejamento de trabalho;

1.2.4 Listar os desafios na atuação do nutricionista esportivo em clubes de futebol;

1.2.5 Analisar a importância e as perspectivas futuras da participação de nutricionistas em clubes de futebol.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A revisão teórica deste trabalho apresenta-se em dois capítulos, especificando os temas tratados. O primeiro capítulo, intitulado **Nutrição Esportiva: Contextualização** discorre acerca do surgimento da profissão, sua especialização e locais de atuação possíveis para os profissionais especializados nessa área.

Aprofundando-se teoricamente no tema do estudo, o segundo capítulo, denominado **Nutrição aplicada ao futebol**, vai apontar estudos realizados sobre nutricionistas esportivos que atuam diretamente em clubes de futebol, quais os clubes possuem profissional da nutrição e qual é a sua atribuição na área.

2.1 NUTRIÇÃO ESPORTIVA: CONTEXTUALIZAÇÃO

A nutrição tem papel fundamental na prática de atividade física. Um bom acompanhamento nutricional pode proporcionar aos indivíduos fisicamente ativos, uma melhora significativa de rendimento e boa qualidade de vida. Somente o profissional nutricionista está apto a realizar um diagnóstico nutricional e fornecer prescrição dietética (CFN, 2022).

Os atletas, sejam eles amadores sejam profissionais, possuem necessidades nutricionais específicas, que variam de acordo com a modalidade esportiva que praticam e a intensidade do esporte (Alves; Portela; Costa, 2022). Uma alimentação equilibrada e rica em nutrientes é responsável por mudanças positivas na composição corporal, na melhora do condicionamento físico e em resultados satisfatórios no desempenho e rendimento esportivo (Dos Santos; Da Silva, 2023).

Informações sobre alimentação saudável, dietas específicas e ganho de massa corporal são cada vez mais fáceis de serem acessadas pelas pessoas através de redes sociais e sites de bem estar. Entretanto, nem sempre tais informações são fidedignas e podem acarretar problemas de saúde, se forem seguidas sem orientação nutricional. Percebe-se, portanto, que as mídias sociais têm cada vez mais influência no estilo de vida de indivíduos e atletas e, dessa forma, faz-se necessário que os profissionais da nutrição se adaptem a esse meio para captar possíveis clientes, e dominem mais um campo de trabalho, que acaba sendo tomado por *influencers* sem formação profissional na área (Oliveira, 2022).

Ao compararmos a nutrição esportiva com as demais áreas da nutrição, observamos que este é um campo relativamente novo para os nutricionistas, pois a atuação na clínica e alimentação coletiva ocorre desde 1940, e a nutrição esportiva teve seus primeiros registros no final dos anos 60. Devido ao crescente número de pessoas preocupadas com a estética, a saúde e o rendimento esportivo, cabe ao nutricionista esportivo o papel central de orientar “dietas” específicas que assegurem a perfeita relação entre rendimento esportivo, saúde e estética (Soares; Aguiar, 2010).

Mesmo evidente a importância de um nutricionista esportivo orientando um atleta ou praticante de atividade física, essa área ainda não ganha o devido destaque que merece. Nem todos os clubes ou academias possuem, em seu quadro profissional, o nutricionista esportivo (Assis; Cezar, 2019). O estudo realizado por Alves, Rossi e Vasconcelos (2003) apresentou dados dos alunos egressos do curso de Nutrição da Faculdade Federal de Santa Catarina. Dos 131 nutricionistas que aderiram à pesquisa, 48,4% atuava no setor hospitalar, a nutrição esportiva encontrava-se dentro dos 4,8% que abrangia a classificação "outras áreas". 15% da amostra relataram ter abandonado a profissão (exerceram a profissão por um determinado período e depois abandonaram), estar desempregado ou nunca ter exercido a profissão. Tais dados nos mostram o quanto o profissional nutricionista esportivo ainda é desvalorizado.

O estudo realizado por Silva, Giovani e Melo (2005) analisou a presença de nutricionistas em academias. Somente 57,7% das academias entrevistadas possuíam nutricionista, e, em apenas uma, o nutricionista era contratado, as demais possuíam parceria com o profissional, que trabalhava de forma autônoma. Infelizmente, mesmo sendo um prestador de serviço, as academias, em sua maioria, não contratam nutricionistas, apenas encaminham seus alunos para os consultórios.

A falta de um nutricionista em ambientes esportivos pode acarretar problemas devido a informações equivocadas que são passadas para os praticantes de atividades físicas. Nos últimos anos, tem-se observado uma forte influência da mídia na formação de opiniões relacionadas ao comportamento alimentar, saúde, exercícios físicos e a busca pelo corpo perfeito. Porém, muitas vezes as informações passadas não têm suporte de profissionais especialistas (De Castro *et al.*, 2016).

Atualmente, é comum encontrarmos indivíduos fisicamente ativos, buscando resultados imediatos, e sem acompanhamento nutricional. O caminho mais fácil é

recorrer ao uso de suplementos milagrosos, que, por vezes, são indicados por instrutores, amigos e funcionários de academias que não possuem um conhecimento aprofundado sobre tais substâncias (Maximiano; Santos, 2017). Em estudo realizado por Benetti e Chagas (2017), foi relatado que 45% da fonte de indicação de suplementos alimentares procedeu de educadores físicos, também observado na pesquisa de Belin, Da Silva e Gehring (2015), pois a indicação por educadores físicos foi maior do que a de nutricionistas. Deste modo, fica perceptível a necessidade de nutricionistas em ambientes, como as academias, onde o público é mais propenso a busca imediata de resultados.

Em consequência da comercialização irregular de suplementos e sem orientação de um nutricionista esportivo em vários estabelecimentos, o Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) realiza uma fiscalização, cobrando a inserção de um profissional habilitado nesses locais (CFN, 2022). Desta forma, entende-se que é importante que o nutricionista tenha conhecimento sobre nutrição esportiva, suplementação, prescrição individualizada.

Contudo, ao longo da sua formação profissional, o nutricionista constrói conhecimento acerca da fisiologia, métodos de avaliação das necessidades nutricionais e cálculo de dietas, mas nem todos adquirem o conhecimento específico para se trabalhar com atletas, bem como o uso de suplementações. De 1.104 nutricionistas empregados, somente 2,5% possuem conhecimento especializado em nutrição esportiva, segundo dados do CFN (2022).

A partir desses dados, é passível de se questionar o porquê de poucos nutricionistas buscarem atuar na nutrição esportiva. Buscando responder tal questionamento, o INEP (2016) analisou as matrizes curriculares de 50 cursos de graduação em Nutrição no Brasil. Foi feita uma busca através dos sites correspondentes de cada curso para verificar a prevalência da disciplina de Nutrição Esportiva nas grades curriculares. Vale ressaltar que, segundo as Diretrizes Curriculares Nacionais para o Curso de Graduação em Nutrição, tanto a disciplina de Nutrição esportiva como o estágio não é obrigatório (Lacerda; Figueiró, 2021).

No ranking dos 50 melhores cursos de Nutrição avaliados, 74% destes apresentaram a disciplina de Nutrição Esportiva como eletiva, 4% não apresentaram a disciplina na grade do curso e 22% não apresentavam a informação disponível para consulta no site. Como podemos verificar, existe pouca oferta no ensino de Nutrição Esportiva na formação acadêmica, o que pode justificar a baixa atuação de

profissionais na área esportiva, mesmo com o número expressivo de nutricionistas no Brasil.

2.2 NUTRIÇÃO APLICADA AO FUTEBOL

A nutrição esportiva proporciona um bom desempenho atlético, devido ao balanço energético diário, e uma boa distribuição de nutrientes, macronutrientes, minerais, vitaminas, fibras e líquidos. Por isso, a orientação de um profissional da área faz toda diferença na vida de um atleta. A baixa ingestão de carboidratos, por exemplo, ocasiona diversos problemas, além de prejudicar o desempenho físico que, por consequência, baixa o rendimento de treinos e competições, além de prejudicar a recuperação de microlesões pós-treino e afetar o estado imunológico, deixando o atleta predisposto a infecções (Rufino, 2013).

Um atleta de futebol passa por diversas alterações fisiológicas e desgastes nutricionais, causados pelo grande esforço físico em uma modalidade de alta intensidade (Mantovaneli *et al.*, 2023). Caso não haja uma alimentação e hidratação adequada para repor essas perdas geradas pelo esforço, a recuperação muscular pode não ocorrer de forma correta, causando lesões futuras e baixo desempenho nos jogos e nas competições. Esses fatos evidenciam a importância do aporte energético adequado e individualizado para cada atleta, a fim de otimizar o rendimento e manter a saúde (Ferigollo *et al.*, 2017).

Realizando uma busca nas bases de dados Scielo e Bireme, com a utilização dos termos “nutrição esportiva” and “futebol”, filtrando pelo período de 10 anos, 2013 - 2023, nos idiomas de português, espanhol e inglês, foram encontrados o total de 103 artigos. Em sua maioria, os estudos apresentam pesquisas relacionadas a fenômenos fisiológicos da nutrição esportiva, suplementos nutricionais, composição corporal de atletas entre outros assuntos voltados à ciência da nutrição no futebol. Somente um artigo foi encontrado relacionado ao cenário de atuação do profissional nutricionista no futebol (Quadro 1).

Tais dados corroboram para escassez de informações nessa área.

Quadro 1 – Estudos encontrados nas bases de dados.

<p>Fenômenos fisiológicos da nutrição esportiva</p>	<p>Different Types of Training Lead to Different Levels of Cardiovascular Energy Dissipation: Young Soccer Players Versus Ballet Dancers. Lemes, Lucia; Armentano, Ricardo L; Farro, Ignacio; Chatterjee, Parag; Scarponi, Gabriel; Cymberknop, Leandro J. <i>Annu Int Conf IEEE Eng Med Biol Soc</i> ; 2023: 1-4, 2023 07. Article em En MEDLINE ID: mdl-38082775</p>
	<p>Training Load and Carbohydrate Periodization Practices of Elite Male Australian Football Players: Evidence of Fueling for the Work Required. Routledge, Harry E; Graham, Stuart; Di Michele, Rocco; Burgess, Darren; Erskine, Robert M; Close, Graeme L; Morton, James P. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 30(4): 280-286, 2020 07 01.</p>
	<p>The Effects of Low- and High-Glycemic Index Sport Nutrition Bars on Metabolism and Performance in Recreational Soccer Players. Kaviani, Mojtaba; Chilibeck, Philip D; Gall, Spencer; Jochim, Jennifer; Zello, Gordon A.</p>
	<p>Australian team sports athletes prefer dietitians, the internet and nutritionists for sports nutrition information. Trakman, Gina L; Forsyth, Adrienne; Hoyer, Russell; Belski, Regina.</p>
	<p>Dietary intakes of professional Australian football league women's (AFLW) athletes during a preseason training week. Jenner, Sarah L; Devlin, Brooke L; Forsyth, Adrienne K; Belski, Regina. <i>J Sci Med Sport</i> ; 22(11): 1266-1271, 2019 Nov.</p>
	<p>Oral Ingestion of Deep Ocean Minerals Increases High-Intensity Intermittent Running Capacity in Soccer Players after Short-Term Post-Exercise Recovery: A Double-Blind, Placebo-Controlled Crossover Trial. Higgins, Matthew F; Rudkin, Benjamin; Kuo, Chia-Hua. <i>Mar Drugs</i> ; 17(5)2019 May 24.</p>
	<p>Energy expenditure and dietary intake in professional football players in the Dutch Premier League: Implications for nutritional counselling. Brinkmans, Naomi Y J; Iedema, Nick; Plasqui, Guy; Wouters, Loek; Saris, Wim H M; van Loon, Luc J C; van Dijk, Jan-Willem. <i>J Sports Sci</i> ; 37(24): 2759-2767, 2019 Dec.</p>
	<p>Hydrothermally Modified Corn Starch Ingestion Attenuates Soccer Skill Performance Decrements in the Second Half of a Simulated Soccer Match. Quinones, Manuel D; Lemon, Peter W R. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 29(5): 498-504, 2019 Sep 01.</p>
	<p>Assessment of Energy Expenditure of a Professional Goalkeeper From the English Premier League Using the Doubly Labeled Water Method. Anderson, Liam; Close, Graeme L; Morgans, Ryland; Hambly, Catherine; Speakman, John Roger; Drust, Barry; Morton, James P. <i>Int J Sports Physiol Perform</i> ; 14(5): 681-684, 2019 May 01.</p>
	<p>Nutritional Intake in Australian Football Players: Sports Nutrition Knowledge and Macronutrient and Micronutrient Intake. Lohman, Rachel; Carr, Amelia; Condo, Dominique. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 29(3): 289-296, 2019 May 01.</p>
<p>Are professional young rugby league players eating enough? Energy intake, expenditure and balance during a pre-season. Costello, Nessian; Deighton, Kevin; Preston, Thomas; Matu, Jamie; Rowe, Joshua; Jones, Ben. <i>Eur J Sport Sci</i> ; 19(1): 123-132, 2019 Feb.</p>	
<p>Dietary intake of professional Australian football athletes surrounding body composition assessment. Jenner, Sarah Louise; Trakman, Gina; Coutts, Aaron; Kempton, Thomas; Ryan, Samuel; Forsyth, Adrienne; Belski, Regina. <i>J Int Soc Sports Nutr</i> ; 15(1): 43, 2018 Sep 14.</p>	

	<p>Comparison of a sports-hydration drink containing high amylose starch with usual hydration practice in Australian rules footballers during intense summer training. O'Connell, Sinead Mary; Woodman, Richard John; Brown, Ian Lewis; Vincent, David Julian; Binder, Henry Joseph; Ramakrishna, Balakrishnan Siddartha; Young, Graeme Paul. <i>J Int Soc Sports Nutr</i> ; 15(1): 46, 2018 Sep 21.</p>
	<p>Energy Balance Coexists With Disproportionate Macronutrient Consumption Across Pretraining, During Training, and Posttraining Among Indian Junior Soccer Players. Cherian, Keren Susan; Sainoji, Ashok; Nagalla, Balakrishna; Yagnambhatt, Venkata Ramana. <i>Pediatr Exerc Sci</i> ; 30(4): 506-515, 2018 11 01.</p>
	<p>Adding omega-3 fatty acids to a protein-based supplement during pre-season training results in reduced muscle soreness and the better maintenance of explosive power in professional Rugby Union players. Black, Katherine Elizabeth; Witard, Oliver C; Baker, Dane; Healey, Philip; Lewis, Victoria; Tavares, Francisco; Christensen, Sam; Pease, Tom; Smith, Brett. <i>Eur J Sport Sci</i> ; 18(10): 1357-1367, 2018 Nov.</p>
	<p>Applying the Science of Nutrient Timing and Distribution On-and-Off the Soccer Pitch: Sports Nutritionist's Experience. Dardarian, Nyree; O'Donnell, Kellsey. <i>Curr Sports Med Rep</i> ; 17(7): 242-243, 2018 Jul.</p>
	<p>Macronutrient Intakes of Male Rugby Union Players: A Review. Black, Katherine Elizabeth; Black, Alistair David; Baker, Dane Frances. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 28(6): 664-673, 2018 Nov 01.</p>
	<p>The Precompetition Macronutrient Intake of Elite Gaelic Football Players. Cassidy, Cathal; Collins, Kieran; Shortall, Marcus. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 28(6): 574-579, 2018 Nov 01.</p>
	<p>Using Contemporary Behavior Change Science to Design and Implement an Effective Nutritional Intervention Within Professional Rugby League. Costello, Nessian; McKenna, Jim; Sutton, Louise; Deighton, Kevin; Jones, Ben. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 28(5): 553-557, 2018 Sep 01.</p>
	<p>Dietary habits and energy balance in an under 21 male international soccer team. Caruana Bonnici, Dorianne; Akubat, Ibrahim; Greig, Matthew; Sparks, Andy; Mc Naughton, Lars R. <i>Res Sports Med</i> ; 26(2): 168-177, 2018.</p>
	<p>Adding Fish Oil to Whey Protein, Leucine, and Carbohydrate Over a Six-Week Supplementation Period Attenuates Muscle Soreness Following Eccentric Exercise in Competitive Soccer Players. Philpott, Jordan D; Donnelly, Chris; Walshe, Ian H; MacKinley, Elizabeth E; Dick, James; Galloway, Stuart D R; Tipton, Kevin D; Witard, Oliver C. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 28(1): 26-36, 2018 Jan 01.</p>
	<p>Exercise physiology and nutritional perspectives of elite soccer refereeing. Schenk, K; Bizzini, M; Gatterer, H. <i>Scand J Med Sci Sports</i> ; 28(3): 782-793, 2018 Mar.</p>
	<p>Iron monitoring of male and female rugby sevens players over an international season. Clarke, Anthea C; Anson, Judith M; Dziedzic, Christine E; Mcdonald, Warren A; Pyne, David B. <i>J Sports Med Phys Fitness</i> ; 58(10): 1490-1496, 2018 Oct.</p>
	<p>Nutrition Status of Young Elite Female German Football Players. Braun, Hans; von Andrian-Werburg, Judith; Schänzer, Wilhelm; Thevis, Mario.</p>
	<p>A low-dose, 6-week bovine colostrum supplementation maintains performance and attenuates inflammatory indices following a Loughborough Intermittent Shuttle Test in soccer players. Kotsis, Yiannis; Mikellidi, Anastasia; Aresti, Cleopatra; Persia, Eleni; Sotiropoulos, Aristomenis; Panagiotakos, Demosthenes B; Antonopoulou, Smaragdi; Nomikos, Tzortzis. <i>Eur J Nutr</i> ; 57(3): 1181-1195, 2018 Apr.</p>

	<p>Brief Education Intervention Increases Nutrition Knowledge and Confidence of Coaches of Junior Australian Football Teams. Belski, Regina; Donaldson, Alex; Staley, Kiera; Skiadopoulos, Anne; Randle, Erica; O'Halloran, Paul; Kappelides, Pam; Teakel, Steve; Stanley, Sonya; Nicholson, Matthew. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 28(3): 259-265, 2018 May 01.</p>
	<p>Vitamin D3 Supplementation Does Not Improve Sprint Performance in Professional Rugby Players: A Randomized, Placebo-Controlled, Double-Blind Intervention Study. Fairbairn, Kirsty A; Ceelen, Ingrid J M; Skeaff, C Murray; Cameron, Claire M; Perry, Tracy L. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 28(1): 1-9, 2018 Jan 01.</p>
	<p>Normative data on regional sweat-sodium concentrations of professional male team-sport athletes. Ranchordas, Mayur K; Tiller, Nicholas B; Ramchandani, Girish; Jutley, Raj; Blow, Andrew; Tye, Jonny; Drury, Ben. <i>J Int Soc Sports Nutr</i> ; 14: 40, 2017.</p>
	<p>Pre-season dietary intake of professional soccer players. Raizel, Raquel; da Mata Godois, Allan; Coqueiro, Audrey Yule; Voltarelli, Fabrício Azevedo; Fett, Carlos Alexandre; Tirapegui, Julio; de Paula Ravagnani, Fabricio Cesar; de Faria Coelho-Ravagnani, Christianne. <i>Nutr Health</i> ; 23(4): 215-222, 2017 Dec.</p>
	<p>Practical nutritional recovery strategies for elite soccer players when limited time separates repeated matches. Ranchordas, Mayur Krachna; Dawson, Joel T; Russell, Mark. <i>J Int Soc Sports Nutr</i> ; 14: 35, 2017.</p>
	<p>Daily Distribution of Macronutrient Intakes of Professional Soccer Players From the English Premier League. Anderson, Liam; Naughton, Robert J; Close, Graeme L; Di Michele, Rocco; Morgans, Ryland; Drust, Barry; Morton, James P. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 27(6): 491-498, 2017 Dec.</p>
	<p>The influence of a 12% carbohydrate-electrolyte beverage on self-paced soccer-specific exercise performance. Harper, Liam D; Stevenson, Emma J; Rollo, Ian; Russell, Mark. <i>J Sci Med Sport</i> ; 20(12): 1123-1129, 2017 Dec.</p>
	<p>n-3 Fatty Acid Supplementation During 4 Weeks of Training Leads to Improved Anaerobic Endurance Capacity, but not Maximal Strength, Speed, or Power in Soccer Players. Gravina, Leyre; Brown, Frankie F; Alexander, Lee; Dick, James; Bell, Gordon; Witard, Oliver C; Galloway, Stuart D R. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 27(4): 305-313, 2017 Aug.</p>
	<p>Football nutrition: time for a new consensus? Collins, James; McCall, Alan; Bilsborough, Johann; Maughan, Ron. <i>Br J Sports Med</i> ; 51(22): 1577-1578, 2017 Nov.</p>
	<p>Updated Review of the Applied Physiology of American College Football: Physical Demands, Strength and Conditioning, Nutrition, and Injury Characteristics of America's Favorite Game. Fullagar, Hugh H K; McCunn, Robert; Murray, Andrew. <i>Int J Sports Physiol Perform</i> ; 12(10): 1396-1403, 2017 Nov 01.</p>
	<p>Beetroot Juice Supplementation Improves High-Intensity Intermittent Type Exercise Performance in Trained Soccer Players. Nyakayiru, Jean; Jonvik, Kristin L; Trommelen, Jorn; Pinckaers, Philippe J M; Senden, Joan M; van Loon, Luc J C; Verdijk, Lex B. <i>Nutrients</i> ; 9(3)2017 Mar 22.</p>
	<p>Energy Intake and Expenditure of Professional Soccer Players of the English Premier League: Evidence of Carbohydrate Periodization. Anderson, Liam; Orme, Patrick; Naughton, Robert J; Close, Graeme L; Milsom, Jordan; Rydings, David; O'Boyle, Andy; Di Michele, Rocco; Louis, Julien; Hambly, Catherine; Speakman, John Roger; Morgans, Ryland; Drust, Barry; Morton, James P. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 27(3): 228-238, 2017 06.</p>

	<p>Ecologically Valid Carbohydrate Intake during Soccer-Specific Exercise Does Not Affect Running Performance in a Fed State. Funnell, Mark P; Dykes, Nick R; Owen, Elliot J; Mears, Stephen A; Rollo, Ian; James, Lewis J. <i>Nutrients</i> ; 9(1)2017 Jan 05.</p>
	<p>Dietary Intake, Body Composition, and Nutrition Knowledge of Australian Football and Soccer Players: Implications for Sports Nutrition Professionals in Practice. Devlin, Brooke L; Leveritt, Michael D; Kingsley, Michael; Belski, Regina. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 27(2): 130-138, 2017 Apr.</p>
	<p>Vitamin D3 supplementation using an oral spray solution resolves deficiency but has no effect on VO2 max in Gaelic footballers: results from a randomised, double-blind, placebo-controlled trial. Todd, Joshua J; McSorley, Emeir M; Pourshahidi, L Kirsty; Madigan, Sharon M; Laird, Eamon; Healy, Martin; Magee, Pamela J. <i>Eur J Nutr</i> ; 56(4): 1577-1587, 2017 Jun.</p>
	<p>The Diet Quality of Competitive Adolescent Male Rugby Union Players with Energy Balance Estimated Using Different Physical Activity Coefficients. Burrows, Tracy; Harries, Simon K; Williams, Rebecca L; Lum, Cheryl; Callister, Robin. <i>Nutrients</i> ; 8(9)2016 Sep 07.</p>
	<p>Docosahexaenoic diet supplementation, exercise and temperature affect cytokine production by lipopolysaccharide-stimulated mononuclear cells Capó, Xavier; Martorell, Miquel; Sureda, Antoni; Batle, Juan Miguel; Tur, Josep Antoni; Pons, Antoni. <i>J. physiol. biochem</i> ; 72(3): 421-434, sept. 2016. <i>ilus, tab, graf</i> The Effects of Montmorency Tart Cherry Concentrate Supplementation on Recovery Following Prolonged, Intermittent Exercise. Bell, Phillip G; Stevenson, Emma; Davison, Gareth W; Howatson, Glyn. <i>Nutrients</i> ; 8(7)2016 Jul 22.</p>
	<p>Increasing Protein Distribution Has No Effect on Changes in Lean Mass During a Rugby Preseason. MacKenzie-Shalders, Kristen L; King, Neil A; Byrne, Nuala M; Slater, Gary J. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 26(1): 1-7, 2016 Feb.</p>
	<p>A Combination of Amino Acids and Caffeine Enhances Sprint Running Capacity in a Hot, Hypoxic Environment. Eaton, Tom R; Potter, Aaron; Billaut, François; Panchuk, Derek; Pyne, David B; Gore, Christopher J; Chen, Ting-Ting; McQuade, Leon; Stepto, Nigel K. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 26(1): 33-45, 2016 Feb.</p>
	<p>Changes in Anthropometry, Upper-Body Strength, and Nutrient Intake in Professional Australian Football Players During a Season. Bilsborough, Johann C; Greenway, Kate; Livingston, Steuart; Cordy, Justin; Coutts, Aaron J. <i>Int J Sports Physiol Perform</i> ; 11(3): 290-300, 2016 Apr.</p>
	<p>Case Study: Nutritional and Lifestyle Support to Reduce Infection Incidence in an International-Standard Premier League Soccer Player. Ranchordas, Mayur K; Bannock, Laurent; Robinson, Scott L. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 26(2): 185-91, 2016 Apr.</p>
	<p>The Influence of Carbohydrate Mouth Rinse on Self-Selected Intermittent Running Performance. Rollo, Ian; Homewood, George; Williams, Clyde; Carter, James; Goosey-Tolfrey, Vicky L. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 25(6): 550-8, 2015 Dec.</p>
	<p>The effect of a whey protein supplement dose on satiety and food intake in resistance training athletes. MacKenzie-Shalders, Kristen L; Byrne, Nuala M; Slater, Gary J; King, Neil A. <i>Appetite</i> ; 92: 178-84, 2015 Sep.</p>
	<p>The Measurement and Interpretation of Dietary Protein Distribution During a Rugby Preseason. MacKenzie, Kristen; Slater, Gary; King, Neil; Byrne, Nuala. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 25(4): 353-8, 2015 Aug.</p>

	<p>Diet supplementation with DHA-enriched food in football players during training season enhances the mitochondrial antioxidant capabilities in blood mononuclear cells. Capó, Xavier; Martorell, Miquel; Sureda, Antoni; Llompарт, Isabel; Tur, Josep A; Pons, Antoni. <i>Eur J Nutr</i> ; 54(1): 35-49, 2015 Feb.</p>
	<p>Nutrition and Gaelic football: review, recommendations, and future considerations. Beasley, Kevin J. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 25(1): 1-13, 2015 Feb.</p> <p>Influencia de la dieta y el ejercicio en el perfil proteómico de una población deportista / Diet and exercise influence on the proteomic profile of an athlete population Toro, Rocío; Mangas, Alipio; Quezada, Maribel; Rodríguez Rosety, Manuel; Fournielles, Gabriel; Rodríguez Rosety, Ignacio; Rodríguez Rosety, Miguel Angel; Alonso, Jose Angel; García Cozar, Francisco Jose; Duran, Maria del Carmen. <i>Nutr. hosp</i> ; 30(5): 1110-1117, nov. 2014. <i>tab, graf</i></p>
	<p>Performance nutrition guidelines for international rugby sevens tournaments. Dziedzic, Christine E; Higham, Dean G. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 24(3): 305-14, 2014 Jun.</p>
	<p>Effects of creatine supplementation on oxidative stress and inflammatory markers after repeated-sprint exercise in humans. Deminice, Rafael; Rosa, Flávia Troncon; Franco, Gabriel Silveira; Jordao, Alceu Afonso; de Freitas, Ellen Cristini. <i>Nutrition</i> ; 29(9): 1127-32, 2013 Sep.</p>
	<p>Organ size increases with weight gain in power-trained athletes. Miyachi, Sakiho; Oshima, Satomi; Asaka, Meiko; Kawano, Hiroshi; Torii, Suguru; Higuchi, Mitsuru. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 23(6): 617-23, 2013 Dec.</p>
	<p>Effect of a single dose of green tea polyphenols on the blood markers of exercise-induced oxidative stress in soccer players. Jówko, Ewa; Sacharuk, Jaroslaw; Balasinska, Bozena; Wilczak, Jacek; Charmas, Malgorzata; Ostaszewski, Piotr; Charmas, Robert. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 22(6): 486-96, 2012 Dec.</p>
	<p>Dietary, anthropometric, blood-lipid, and performance patterns of American College Football Players during 8 weeks of training. Kirwan, Rochelle D; Kordick, Lindsay K; McFarland, Shane; Lancaster, Denver; Clark, Kristine; Miles, Mary P. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 22(6): 444-51, 2012 Dec.</p>
Desempenho atlético	<p>Creatine Supplementation in Children and Adolescents. Jagim, Andrew R; Kerksick, Chad M. <i>Nutrients</i> ; 13(2)2021 Feb 18.</p>
	<p>Inside the Belly of a Beast: Individualizing Nutrition for Young, Professional Male Rugby League Players: A Review. Kelly, Vincent G; Oliver, Liam S; Bowtell, Joanna; Jenkins, David G. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 31(1): 73-89, 2021 01 01.</p>
	<p>Calidad de la dieta y rendimiento deportivo en jugadores de la selección peruana de fútbol sala con Síndrome de Down / Diet quality and sports performance in players of the peruvian futsal team with Down Syndrome Calle, Lady del Rosario; Giampierre Garcia Castillo, Pascual; Palomino Quispe, Luis; Gomez Rutti, Yuliana Yessy; Vega González, Patricia Maria del Pilar. <i>Nutr. clín. diet. hosp</i> ; 43(3): 74-77, Juli 26, 2023. <i>tab, graf</i> Artigo em Espanhol IBECs ID: ibc-223586</p>
	<p>An audit of performance nutrition services in English soccer academies: implications for optimising player development. Carney, Daniel J; Hannon, Marcus P; Coleman, Nicholas M; Murphy, Rebecca C; Close, Graeme L; Morton, James P. <i>Sci Med Footb</i> ; 7(2): 146-156, 2023 05. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-35300580</p>
	<p>The importance of nutrition in football: perspective of a national team's doctor. Meyer, Tim. <i>Br J Sports Med</i> ; 55(8): 412-413, 2021 Apr.</p>

	<p>UEFA expert group statement on nutrition in elite football. Current evidence to inform practical recommendations and guide future research. Collins, James, et al. <i>Br J Sports Med</i> ; 55(8): 416, 2021 Apr.</p>
	<p>Importance of nutrition in football: the coach's perspective. Wenger, Arsène. <i>Br J Sports Med</i> ; 55(8): 409, 2021 Apr.</p>
	<p>Infographic. UEFA expert group 2020 statement on nutrition in elite football. Collins, James, et al., <i>Br J Sports Med</i> ; 55(8): 453-455, 2021 Apr.</p>
	<p>Influence of Sunlight and Oral D3 Supplementation on Serum 25(OH)D Concentration and Exercise Performance in Elite Soccer Players. Michalczyk, Malgorzata Magdalena; Golas, Artur; Maszczyk, Adam; Kaczka, Piotr; Zajac, Adam.84 <i>Nutrients</i> ; 12(5)2020 May 04.</p>
	<p>A Low-Glycemic Index, High-Fiber, Pulse-Based Diet Improves Lipid Profile, but Does Not Affect Performance in Soccer Players. Mizelman, Eliran; Chilibeck, Philip D; Hanifi, Abdul; Kaviani, Mojtaba; Brenna, Eric; Zello, Gordon A. <i>Nutrients</i> ; 12(5)2020 May 06.</p>
	<p>The addition of β-Hydroxy β-Methylbutyrate (HMB) to creatine monohydrate supplementation does not improve anthropometric and performance maintenance across a collegiate rugby season. Mangine, Gerald T; VanDusseldorp, Trisha A; Hester, Garrett M; Julian, Jennifer M; Feito, Yuri. <i>J Int Soc Sports Nutr</i> ; 17(1): 28, 2020 May 27.</p>
	<p>Individualized Breakfast Programs or Glycogen Super-Compensation: Which Is the Better Performing Strategy? Insights from an Italian Soccer Referees Cohort. Regnoli, Rebecca; Rovelli, Marco; Gianturco, Vincenzo; Pregliasco, Fabrizio Ernesto; Bodini, Bruno Dino; Gianturco, Luigi. <i>Int J Environ Res Public Health</i> ; 17(3)2020 02 05.</p>
	<p>Previous intakes to a competitive match in young soccer players / Ingestas previas a un partido oficial en jugadores de fútbol jóvenes Hernández Camacho, Juan D; Fuentes Lorca, Elena; Martínez Sanz, José M. <i>Arch. med. deporte</i> ; 37(195): 19-23, ene.-feb. 2020. graf</p>
	<p>Composição corporal e consumo alimentar de jogadores de rúgbi / Body composition and food consumption of rugby players Cândido, Rafael Frata; Leite, Marco A. F. Jesus; Nobrega, Sheila Bezerra; Andretti, Ana Carolina C; Mendes, Edmar Lacerda. <i>Rev. bras. ciênc. mov</i> ; 25(1): 41-50, jan.-mar. 2017. tab</p>
	<p>Influence of carbohydrate mouth rinsing on running and jumping performance during early morning soccer scrimmaging. Pribyslavská, Veronika; Scudamore, Eric Michael; Johnson, Samantha Louise; Green, James Matthew; Stevenson Wilcoxson, Mary Caitlin; Lowe, Jordan Blaine; O'Neal, Eric Kyle. <i>Eur J Sport Sci</i> ; 16(4): 441-7, 2016.</p>
	<p>Nutritional Status and Daytime Pattern of Protein Intake on Match, Post-Match, Rest and Training Days in Senior Professional and Youth Elite Soccer Players. Bettonviel A, E O; Brinkmans N, Y J; Russcher, Kris; Wardenaar, Floris C; Witard, Oliver C. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 26(3): 285-93, 2016 Jun.</p>
	<p>Quantification of training load during one-, two- and three-game week schedules in professional soccer players from the English Premier League: implications for carbohydrate periodisation. Anderson, Liam; Orme, Patrick; Di Michele, Rocco; Close, Graeme L; Morgans, Ryland; Drust, Barry; Morton, James P. <i>J Sports Sci</i> ; 34(13): 1250-9, 2016.</p>
	<p>Sleep Hygiene and Recovery Strategies in Elite Soccer Players. Nédélec, Mathieu; Halson, Shona; Delecroix, Barthélémy; Abaidia, Abd-Elbasset; Ahmaidi, Said; Dupont, Gregory. <i>Sports Med</i> ; 45(11): 1547-59, 2015 Nov.</p>

Composição corporal	<p>Effect of body composition on the athletic performance of soccer referees. Ilhan, Azad; Muniroglu, Surhat; Rakicioglu, Neslisah. <i>J Nutr Sci</i> ; 12: e66, 2023. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-37396457</p>
	<p>Analysis of microbiota profile and nutritional status in male professional football players. Kenger, Emre B; Eren, Fatih; Ozlu, Tugce; Gunes, Fatma E. <i>J Sports Med Phys Fitness</i> ; 63(11): 1235-1243, 2023 Nov. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-37486255</p>
	<p>Estado nutricional y capacidad aeróbica en futbolistas adolescentes de alto rendimiento / Nutritional status and aerobic capacity in high-performance adolescent soccer players Tirado Nieto, Aaron Eduardo; Vega González, Patricia María del Pilar; Pavel Palomino Quispe, Luis; Niño Montero, José Segundo. <i>Nutr. clín. diet. hosp</i> ; 43(2): 90-96, May 1, 2023. graf, tab Artigo em Espanhol IBECS ID: ibc-219785</p>
	<p>Association of Low Energy Availability and Suppressed Metabolic Status in Korean Male Collegiate Soccer Players: A Pilot Study. Lee, Sihyung; Kuniko, Moto; Han, Seungah; Oh, Taewoong; Taguchi, Motoko. <i>Am J Mens Health</i> ; 14(6): 1557988320982186, 2020.</p>
	<p>Body composition differences by age and playing standard in male rugby union and rugby league: A systematic review and meta-analysis. Geeson-Brown, Tom; Jones, Ben; Till, Kevin; Chantler, Sarah; Deighton, Kevin. <i>J Sports Sci</i> ; 38(19): 2161-2176, 2020 Oct.</p>
	<p>DXA-derived estimates of energy balance and its relationship with changes in body composition across a season in team sport athletes. Bartlett, Jonathan D; Hatfield, Malcolm; Parker, Ben B; Roberts, Llion A; Minahan, Clare; Morton, James P; Thornton, Heidi R. <i>Eur J Sport Sci</i> ; 20(7): 859-867, 2020 Aug.</p>
	<p>Effects of enzymatically modified isoquercitrin in supplementary protein powder on athlete body composition: a randomized, placebo-controlled, double-blind trial. Omi, Naomi; Shiba, Hideki; Nishimura, Eisaku; Tsukamoto, Sakuka; Maruki-Uchida, Hiroko; Oda, Masaya; Morita, Minoru. <i>J Int Soc Sports Nutr</i> ; 16(1): 39, 2019 Sep 10.</p>
	<p>Longitudinal Changes and Seasonal Variation in Body Composition in Professional Australian Football Players. Bilsborough, Johann C; Kempton, Thomas; Greenway, Kate; Cordy, Justin; Coutts, Aaron <i>J.Int J Sports Physiol Perform</i> ; 12(1): 10-17, 2017 Jan.</p>
Conhecimentos e práticas em saúde	<p>Australian team sports athletes prefer dietitians, the internet and nutritionists for sports nutrition information. Trakman, Gina L; Forsyth, Adrienne; Hoye, Russell; Belski, Regina. <i>Nutr Diet</i> ; 76(4): 428-437, 2019 09. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-31397068</p>
	<p>Changes in Sport Nutrition Knowledge, Attitudes/Beliefs and Behaviors Following a Two-Year Sport Nutrition Education and Life-Skills Intervention among High School Soccer Players. Patton-Lopez, Megan M; Manore, Melinda M; Branscum, Adam; Meng, Yu; Wong, Siew Sun. <i>Nutrients</i> ; 10(11) 2018 Nov 02. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-30400200.</p>
	<p>Room for Improvement in Sports Nutrition Knowledge amongst Parents and Caregivers of Male Academy Soccer Players in the UK: A Cross-Sectional Study. Callis, Luke; Russell, Mark; Hurst, Howard; Hardwicke, Jack; Roberts, Charlie Jon. <i>Nutrients</i> ; 15(20)2023 Oct 11. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-37892407</p>
	<p>Processos de reflexividade dos psicólogos do esporte e coaches: um estudo fenomenológico / Reflexivity processes of sport psychologists and coaches: a phenomenological study / Procesos de reflexividad de psicólogos del deporte y coaches: un estudio fenomenológico Barreira, Cristiano Roque Antunes; Matos, Telma Sara Queiroz. <i>Psicol. ciênc. prof</i> ; 43: e252743, 2023. Artigo em Português LILACS, Index Psicologia - Periódicos ID: biblio-1448951</p>

	<p>A disciplina psicologia do esporte nos cursos de psicologia e educação física / Sports psychology in psychology and physical education courses / La materia psicología del deporte en los cursos de psicología y educación física Raupp, Fabricio Antonio; Teixeira, Karen Cristine; Nunes, Cyntia; Gotardo dos Santos, Maryon; Pesca, Andréa Duarte; Nunes, Carlos Henrique Sancineto da Silva; Moraes Cruz, Roberto. <i>Psicol. ciênc. prof</i> ; 43: e253333, 2023. tab, graf Artigo em Português LILACS, Index Psicologia - Periódicos ID: biblio-1440788</p> <p>The state mindfulness scale for physical activity: further psychometrics properties / Escala de estado de mindfulness para atividade física: novas propriedades psicométricas / Escala de mindfulness en la actividad física: nuevas propiedades psicométricas Peixoto, Evandro Moraes; Pallini, Ana Celi; Palma, Bartira Pereira; Cox, Anne Elizabeth. <i>Psicol. ciênc. prof</i> ; 43: e257372, 2023. tab, graf Artigo em Inglês LILACS, Index Psicologia - Periódicos ID: biblio-1529207</p> <p>Apropriação dos espaços urbanos na infância e na velhice em Brasília (DF) / Occupation of urban spaces in childhood and old age in Brasília, Brazil / Apropiaación de espacios urbanos en la infancia y en la vejez en Brasília, Brasil Albuquerque, Dayse da Silva; Günther, Isolda de Araújo. <i>Psicol. ciênc. prof</i> ; 43: e255684, 2023. tab, graf, ilus Artigo em Português LILACS, Index Psicologia - Periódicos ID: biblio-1529232</p> <p>WAVE~Ripples for Change Obesity Two-Year Intervention in High School Soccer Players: Process Evaluation, Best Practices, and Youth Engagement. Meng, Yu; Wong, Siew Sun; Manore, Melinda M; Patton-López, Megan. <i>Nutrients</i> ; 10(6)2018 Jun 01. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-29865179</p> <p><i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 28(3): 259-265, 2018 May 01. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-29091476</p> <p>Nutrition practices and knowledge among NCAA Division III football players. Abbey, Elizabeth Lea; Wright, Cynthia Joy; Kirkpatrick, Christina M. <i>J Int Soc Sports Nutr</i> ; 14: 13, 2017. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-28529463</p> <p>Sport Nutrition Knowledge, Behaviors and Beliefs of High School Soccer Players. Manore, Melinda M; Patton-Lopez, Megan M; Meng, Yu; Wong, Siew Sun. <i>Nutrients</i> ; 9(4)2017 Apr 01. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-28368321</p> <p>Room for Improvement in Nutrition Knowledge and Dietary Intake of Male Football (Soccer) Players in Australia. Andrews, Michael C; Itsiopoulos, Catherine. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 26(1): 55-64, 2016 Feb. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-26251549</p> <p>Exploring General and Sports Nutrition and Food Knowledge in Elite Male Australian Athletes. Devlin, Brooke L; Belski, Regina. <i>Int J Sport Nutr Exerc Metab</i> ; 25(3): 225-32, 2015 Jun. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-25387042</p>
<p>Ciências da nutrição e do esporte</p>	<p>Australian team sports athletes prefer dietitians, the internet and nutritionists for sports nutrition information. Trakman, Gina L; Forsyth, Adrienne; Hoye, Russell; Belski, Regina. <i>Nutr Diet</i> ; 76(4): 428-437, 2019 09. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-31397068</p> <p>Nutritional Intake, Sports Nutrition Knowledge and Energy Availability in Female Australian Rules Football Players. Condo, Dominique; Lohman, Rachel; Kelly, Monica; Carr, Amelia. <i>Nutrients</i> ; 11(5)2019 Apr 28. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-31035346</p> <p>Metabolic demands and replenishment of muscle glycogen after a rugby league match simulation protocol. Bradley, Warren J; Hannon, Marcus P; Benford, Victoria; Morehen, James C; Twist, Craig; Shepherd, Sam; Cocks, Matthew; Impey, Samuel G; Cooper, Robert G; Morton, James P; Close, Graeme L. <i>J Sci Med Sport</i> ; 20(9): 878-883, 2017 Sep. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-28238618</p>

	<p>Effect of low dose, short-term creatine supplementation on muscle power output in elite youth soccer players. Yáñez-Silva, Aquiles; Buzzachera, Cosme F; Piçarro, Ivan Da C; Januario, Renata S B; Ferreira, Luis H B; McAnulty, Steven R; Utter, Alan C; Souza-Junior, Tacito P. <i>J Int Soc Sports Nutr</i> ; 14: 5, 2017. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-28190980</p>
	<p>Screening for Low Energy Availability in Male Athletes: Attempted Validation of LEAM-Q. Lundy, Bronwen; Torstveit, Monica K; Stenqvist, Thomas B; Burke, Louise M; Garthe, Ina; Slater, Gary J; Ritz, Christian; Melin, Anna K. <i>Nutrients</i> ; 14(9)2022 Apr 29. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-35565840</p>
	<p>The influence of caffeinated and non-caffeinated multi-ingredient pre-workout supplements on resistance exercise performance and subjective outcomes. Stratton, Matthew T; Siedler, Madelin R; Harty, Patrick S; Rodriguez, Christian; Boykin, Jake R; Green, Jacob J; Keith, Dale S; White, Sarah J; DeHaven, Brielle; Williams, Abegale D; Tinsley, Grant M. <i>J Int Soc Sports Nutr</i> ; 19(1): 126-149, 2022. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-35599920</p>
	<p>Sport Nutrition Knowledge, Attitudes, Sources of Information, and Dietary Habits of Sport-Team Athletes. Vázquez-Espino, Karla; Rodas-Font, Gil; Farran-Codina, Andreu. <i>Nutrients</i> ; 14(7)2022 Mar 23. Artigo em Inglês MEDLINE ID: mdl-35405958</p>
Cenário da nutrição esportiva	<p>CONDE, Simara Rufatto et al. Estudo de Cenário da Atuação de Nutricionistas nas Equipes Esportivas Profissionais do Vale do Taquari. Vita et Sanitas, v. 9, n. 1, p. 63-71, 2015. Artigo em Português MEDLINE ID: mdl-35405958</p>

Fonte: Elaborado pela autora (2023).

A área de nutrição esportiva tem sido citada fortemente na literatura, por vários estudos relacionados ao desempenho e à performance de atletas de futebol. Sessenta dos artigos encontrados são referentes a esses assuntos, o que permite concluir o quão importante é o papel do nutricionista em um clube de futebol, para atingir tais resultados (Conto, 2019; Routledge *et al.*, 2020). A nutrição contribui não só para atletas profissionais, como para qualquer praticante de atividade física que visa bem estar e melhor qualidade de vida (Kaviani *et al.*, 2020).

Buscando na literatura, os resultados indicam que é unânime a importância do profissional de nutrição dentro dos clubes esportivos, sendo fundamental para redução do risco de lesões, aumento do rendimento do atleta, recuperação após os desgastes em treinamentos e jogos. Embora aparente ter grande importância, somente 60% dos clubes relataram ter nutricionista atuando em sua equipe de profissionais (Conde *et al.*, 2015).

Para que o jogador de futebol tenha bom desempenho, a nutrição e o treinamento são alguns aspectos fundamentais. A demanda energética dos treinamentos e das competições requer o consumo de dieta balanceada, rica em carboidratos. As necessidades energéticas dos jogadores de futebol ficam em torno de 3.150 a 4.300kcal, devido à intensidade dos treinamentos. O tipo de treinamento

vai influenciar diretamente no gasto energético, e a partir disso que todo cálculo dietético será formado (Amaral; Carbones; Palma, 2021).

Silveira *et al.*, (2020) realizaram um estudo para avaliar a alimentação de jogadores de futebol da categoria de base, que residem nas dependências do clube. Foram acompanhadas as quatro refeições ofertadas pelo clube por um período de dez dias. Após os cálculos das necessidades nutricionais de cada um e das refeições ofertadas, foi concluído que as refeições não atingiam as recomendações nutricionais, nem de micronutrientes e nem de macronutrientes. O clube não tinha nutricionista responsável pelas dietas, e, desta forma, fica claro a importância de ter um profissional no planejamento alimentar das refeições oferecidas aos atletas, com o intuito de adequar os hábitos alimentares e potencializar o desempenho.

Uma alimentação balanceada e planejada por um profissional faz toda diferença não só nos dias de competições, como nos treinos. Alguns exemplos da forma como um macronutriente pode influenciar no rendimento do atleta durante toda uma partida são citados abaixo (Mendes; Neto, 2022). O glicogênio muscular é o responsável pela produção de energia durante o exercício, e a depleção de seus estoques causa a fadiga. Os jogadores podem iniciar uma partida com baixos níveis de glicogênio muscular, devido aos hábitos alimentares, e/ou excesso de treinos e jogos. Existe uma relação direta entre os estoques iniciais do glicogênio muscular, as distâncias percorridas e os níveis de esforços dos jogadores durante a segunda metade da partida, que podem influenciar o desempenho no campo, pois, na ausência do glicogênio, o trabalho muscular é mantido pela energia fornecida pela gordura, em processo aeróbio, diminuindo em 50% a sua eficiência na partida (Martinho *et al.*, 2022).

A ingestão de carboidratos dez minutos antes do início de um jogo diminui a utilização de glicogênio muscular em 39%, aumenta a velocidade de corrida e a distância percorrida na segunda metade da partida. Ou seja, os jogadores que ingerem bebidas contendo carboidratos mantêm intensidade maior de exercício durante o jogo se comparados com os que consomem somente água (Alves; Lopes, 2021). Nas quatro horas antes da partida, é necessária a ingestão de 312g de carboidratos, desta forma há um aumento de 15% no desempenho físico (Costa *et al.*, 2021).

A recuperação após um exercício também é influenciada pela ingestão de carboidratos. Uma boa recuperação inclui a restauração dos estoques hepáticos e

musculares de glicogênio, reposição de fluidos e eletrólitos, regeneração e reparo de lesões causadas pelo exercício e adaptação após o estresse catabólico (Lopes-Silva; Franchini, 2021). A ótima taxa de reposição de glicogênio ocorre com o consumo de carboidratos de 0,7 a 1g/kg de peso corporal a cada duas horas, nos primeiros estágios de recuperação, perfazendo total de 7 a 10g/kg de peso corporal, em 24 horas 16. Assim, o total de carboidratos na dieta é fator importante não só para o rendimento no jogo, como para a recuperação do atleta após treinos e competições (Hulton *et al.*, 2022; Dolci *et al.*, 2020).

A partir dos estudos acima, pode-se constatar que a nutrição esportiva representa uma das áreas emergentes das ciências da nutrição, abrangendo clubes esportivos e academias, atendendo atletas e praticantes de atividade física (CFN, 2024). O esforço e desempenho durante os exercícios causam interferência no organismo dos indivíduos, fazendo necessário o acompanhamento do nutricionista, para minimizar lesões, desgastes e baixo rendimento, reforçando a necessidade de um entendimento especializado na prescrição de suplementos, conhecimento dos macronutrientes e micronutrientes e suas quantidades, para desempenho do atleta (Hahn; Benetti, 2020).

3 METODOLOGIA

3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

O presente estudo possui natureza aplicada e descritiva, adotando-se como procedimento técnico a abordagem qualitativa. A pesquisa qualitativa é guiada por um desejo de explicar fenômenos, acontecimentos e fatos, por meio de conhecimentos e conceitos existentes, ou que estão em transformação (Yin, 2016). No entendimento de Silverman (2009), um ponto forte da pesquisa qualitativa é a utilização de dados que ocorrem naturalmente, em que os significados dos participantes são exibidos e, assim, estabelecem o caráter de algum fenômeno.

3.2 PARTICIPANTES DO ESTUDO

Participaram do estudo 9 nutricionistas de 3 clubes, sendo 7 mulheres e 2 homens, do total de 12 clubes participantes do campeonato gaúcho de futebol masculino da Série A. A quantidade amostral em uma pesquisa qualitativa irá depender da profundidade e abrangência do estudo (Viera, 2022). Como critério de inclusão na pesquisa, situam-se os clubes profissionais de futebol, vinculados à Confederação Brasileira de Futebol (CBF), participantes do Campeonato Gaúcho Série A de 2023. Os participantes incluídos no estudo eram profissionais nutricionistas que estavam atuando dentro do clube. A fim de responder os objetivos do trabalho, foram convidados a participar de maneira voluntária, respeitando o risco de intimidação, ou qualquer dano de ordem social, cultural, psíquica do ser humano, podendo retirar-se da pesquisa a qualquer momento. Bem como, seus dados foram utilizados somente com consentimento aos procedimentos desta pesquisa.

3.3 INSTRUMENTOS UTILIZADOS

Foi utilizado como instrumento para coleta de dados, a entrevista semiestruturada. Para Triviños (1987), a entrevista semiestruturada tem como característica questionamentos básicos que são apoiados em teorias e hipóteses que se relacionam ao tema da pesquisa. Portanto, capturar as perspectivas dos sujeitos pode ser um propósito importante de um estudo qualitativo.

3.4 PROCEDIMENTOS PARA COLETA DE DADOS

A coleta de dados iniciou-se através de contato inicial com a Federação Gaúcha de Futebol, a qual autorizou a participação dos clubes neste estudo (Apêndice A). Após a anuência da instituição, os clubes foram contatados para verificar quais possuíam nutricionista integrado na comissão técnica. Logo após, foi feito contato direto com os nutricionistas, por meio telefônico e redes sociais (*WhatsApp*), onde foi apresentada a proposta da pesquisa e solicitada resposta de interesse em participar do estudo. A mensagem através do aplicativo *WhatsApp* que foi enviada aos participantes segue abaixo:

“Prezado(a), Nutricionista.

Venho por meio desta mensagem, solicitar a sua participação na pesquisa intitulada “*Cenário de atuação dos nutricionistas nos clubes de futebol do estado do Rio Grande do Sul*” que está sendo desenvolvida pelo Professor Dr. Rogério da Cunha Voser - como professor responsável - e pela pesquisadora Priscila Antunes Marques, do Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano da Universidade Federal do Rio Grande do Sul”. (Elaborado pela autora.)

Após o contato com os clubes e nutricionistas, os indivíduos participantes obtiveram os objetivos explicados e as possíveis dúvidas sanadas, através da entrega do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice B), para então efetivar a marcação das entrevistas, as quais foram realizadas em dias e horários pré-determinados por ambas as partes, de forma online. Posterior aos procedimentos éticos, foi realizada uma entrevista semiestruturada, com um roteiro definido previamente, com questões que continham o tema-chave e que deveriam ser explorados (Cauduro, 2004).

A fim de conhecer o perfil dos participantes do estudo, foi realizada uma entrevista de identificação, com perguntas sobre a formação e a atuação profissional (Apêndice C) de cada sujeito. Então, posteriormente realizou-se a entrevista semiestruturada, elaborada preliminarmente a fim de responder os objetivos da pesquisa. O tempo médio para realização da entrevista foi de 40 minutos.

O roteiro de entrevista foi composto por 17 questões (Apêndice D), no qual foram submetidas à avaliação por um pesquisador da área qualitativa, com

experiência no assunto, a fim de avaliar o roteiro apresentado com relação à clareza e pertinência das indagações.

Esta etapa de coleta de dados deve ser praticada com o devido cuidado, pois da mesma forma que o pesquisador pode auxiliar o entrevistado, pode também inibir a ponto de prejudicar os objetivos da tarefa de pesquisa (Gil, 2008). Portanto, a entrevista foi realizada em local privado, sugerido pelo participante, e que possuía um espaço tranquilo e confortável, mesmo que virtualmente, a fim de assegurar um ambiente agradável para o entrevistado. No local de realização da entrevista, estavam somente o entrevistado e o pesquisador, assegurando a mínima exposição dos participantes deste estudo.

A entrevista foi gravada por vídeo e áudio, com consentimento do participante (seguindo as normas dispostas na resolução CNS n.º 510, de 2016, em seu Artigo 9.º), através de um gravador de voz do celular modelo *Iphone 7* e também pelo programa de gravação de tela e áudio da chamada de vídeo *Google Meet*. Posteriormente a entrevista foi transcrita, em um *notebook* da marca “Dell” do modelo “*Inspiron 11-3000*”.

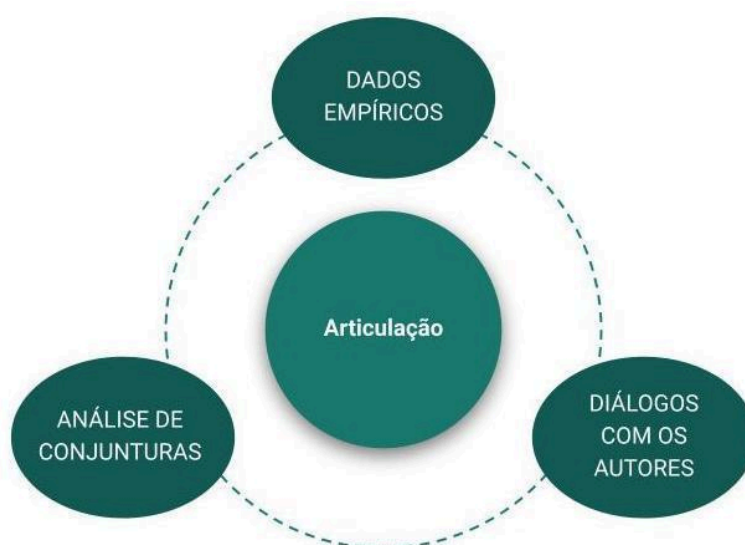
3.5 ANÁLISE DE DADOS

A análise de dados tem por objetivo identificar os procedimentos adotados pelo autor para obter informações sobre o material coletado (Prodanov; Freitas, 2013). Para Yin (2016), a análise das informações na pesquisa qualitativa deve seguir um rigor metodológico, ser planejada e organizada para se chegar aos objetivos do estudo. A partir dos dados coletados nas entrevistas, foi elaborada uma matriz de análise (APÊNDICE E), a qual desenvolveu as dimensões finais, com base nos conteúdos das respostas dos entrevistados.

Neste estudo, foi utilizado o procedimento de análise de Triangulação de Métodos, que, para Marcondes e Brisola (2014), pauta-se na preparação do material coletado (dados empíricos), interpretação das informações obtidas e articulação com autores da área da temática da pesquisa. O método de triangulação permite que a pesquisa seja efetuada através da modelagem de triangulação por fontes, que possibilitará a comparação de informação dos relatos de diferentes participantes, da triangulação teórica, que considerou trabalhos e estudos já relacionados com o tema (Cauduro, 2004).

No processo de análise por triangulação de métodos (Figura 1), encontram-se as informações concretas coletadas com a pesquisa, como os dados empíricos e as narrativas dos entrevistados, o diálogo com os autores, que é um aprofundamento teórico com especialistas da temática em questão, e a análise da conjuntura, na qual deve-se relativizar o contexto, de forma ampla e abstrata da realidade, a fim de realizar as próprias interpretações (Marcondes; Brisola, 2014).

Figura 1 – Processo de análise pelo procedimento de Triangulação de Métodos



Fonte: Elaborado pela autora (2023)

Na análise de informações por Triangulação de Métodos, operacionalizam-se procedimentos e etapas relativas aos processos adotados para interpretação das informações.

A operacionalização do **primeiro procedimento** de análise seguiu três etapas. Primeiramente foi realizada a transcrição e organização das informações coletadas, seguido de reflexão e enquadramento aos objetivos da pesquisa, finalizando com a elaboração das categorias de análise.

Na **primeira etapa**, deste procedimento, foram transcritas todas as entrevistas. Na medida em que as suas falas foram transcritas, algumas marcações e comentários foram realizados, para destacar repetições de falas, frases com impacto, termos técnicos e discursos que exploravam os objetivos da pesquisa.

Na **segunda etapa**, foi realizada a avaliação dos dados primários coletados, juntamente com a avaliação das marcações e os comentários realizados na etapa

anterior. Segundo Marcondes e Brisola (2014), essa fase é chamada de pré-análise, sendo realizada uma releitura dos objetivos do estudo e a possibilidade de direcionar o estabelecimento de categorias de análise de forma ampla.

Na **terceira etapa**, ocorreu a contextualização das diversas dimensões do estudo, de forma a filtrar os conteúdos, separando o que destoava do objetivo da pesquisa. Ainda nesse processo, foi concretizada a elaboração das categorias de análise.

O **segundo procedimento** de análise é um momento de aprofundamento prático-teórico, no qual utilizou-se de reflexões e interpretação de autores da literatura, para abordar o objetivo da pesquisa, com as falas dos entrevistados.

Na **primeira etapa** desse processo, caracterizado pela leitura aprofundada do material selecionado, buscou-se uma contextualização ampla dos dados com a realidade. Em seguida, na **segunda etapa**, foi realizado o diálogo com autores que abordam questões pertinentes às categorias de análise. Esse processo ocorreu baseado em trabalhos que apresentavam relevância acerca da temática da atuação do nutricionista esportivo no futebol.

Na **terceira etapa**, foi realizado o exercício de interpretar as informações emergidas, e a partir disso, perspectivar novas ideias e cenários para o objeto de estudo.

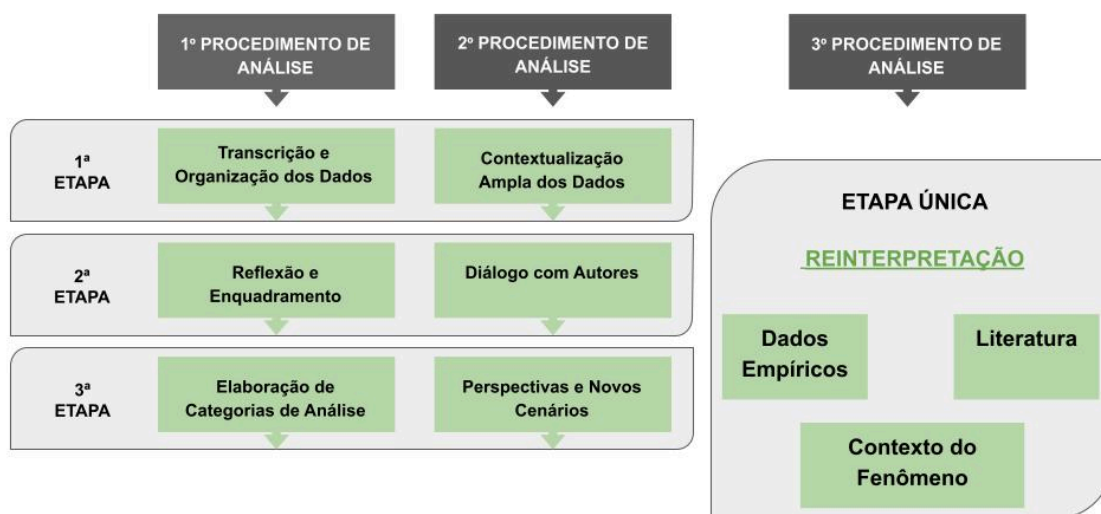
Por conseguinte, no **terceiro e último procedimento** de análise, foi realizada uma construção sintetizada com diálogo entre os dados empíricos, literatura especializada na temática e a análise contextual do fenômeno estudado.

Para Marcondes e Brisola (2014, p. 206), esse processo é caracterizado “pela reinterpretção, em outras palavras, uma interpretação das interpretações”. A escolha pelo procedimento de análise baseado na Triangulação de Métodos permite que as diferentes perspectivas complementem com riqueza de interpretações a temática pesquisada, aumentando a consistência das conclusões.

Torna-se importante salientar que a análise das informações ocorreu desde o início das entrevistas. Todas as etapas dos procedimentos de análise foram realizadas pela autora da pesquisa.

Para melhor compreensão dos procedimentos de análise por Triangulação de Métodos adotados neste trabalho, coloca-se abaixo uma figura que sintetiza os processos desejados.

Figura 2 – Procedimentos de análise adotados para a pesquisa



Fonte: Elaborado pela autora (2023)

3.6 ASPECTOS ÉTICOS

O presente estudo foi aprovado pela Comissão de Pesquisa da ESEFID/UFRGS (Anexo A) e pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (CEP/UFRGS) sob o parecer número 5.898.943 (Anexo B).

Antes da aplicação dos instrumentos, os entrevistados assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, para a permissão de realização da coleta dos dados. Os entrevistados poderiam desistir da pesquisa a qualquer momento sem prejuízo algum. As transcrições das entrevistas foram enviadas por e-mail aos participantes para a devida validação, ou seja, verificar a veracidade das respostas fornecidas. Os resultados da pesquisa também foram disponibilizados por e-mail. O estudo tem como base as diretrizes apresentadas no CNS Nº 466/12, que desenvolve os aspectos éticos dos seres humanos. Dúvidas foram esclarecidas a qualquer momento através do e-mail e de *WhatsApp* fornecido pela pesquisadora. Essa pesquisa mantém o comprometimento de respeitar os valores culturais, sociais, morais, religiosos e éticos de cada entrevistado.

O processo de consentimento livre e esclarecido tem como objetivo permitir que o participante da pesquisa compreenda os procedimentos, riscos, desconfortos, benefícios e direitos envolvidos, permitindo uma decisão autônoma. Esse Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) documenta a autorização do indivíduo na

pesquisa, permitindo assim que as informações básicas possam ser mantidas para leitura posterior (Goldim *et al.*, 2003).

3.7 RISCOS E BENEFÍCIOS

Os participantes desta pesquisa poderiam sentir-se constrangidos em algum momento da entrevista e/ou desconfortáveis em expor as suas atividades realizadas dentro das respectivas instituições. Para minimizar tais situações, os nomes foram mantidos em sigilo e as entrevistas ocorreram em locais reservados, onde o contato era somente entre o participante da pesquisa e o pesquisador. O tempo de entrevista poderia causar cansaço, e os participantes poderiam pausar a qualquer momento, sem prejuízos. Os entrevistados estavam cientes que as entrevistas realizadas em modalidade remota/online poderiam conter risco característico do ambiente virtual, como o de vazamento de dados, o qual foi minimizado por meio do armazenamento adequado dos dados coletados, ou seja, através do *download* dos dados coletados para um dispositivo eletrônico local, apagando todo e qualquer registro em qualquer plataforma virtual, ambiente compartilhado ou "nuvem".

Como benefícios, têm-se a contribuição para ampliar o conhecimento de profissionais da área deste estudo, que poderão qualificar seu processo de formação e adquirir mais conhecimento sobre a atuação de nutricionistas dentro de clubes de futebol.

Conforme as orientações do Ofício Circular nº 2/2021/CONEP/SECNS/MS, como a de riscos à utilização do ambiente virtual, destaca-se que após a realização da entrevista e envio do TCLE, os arquivos foram baixados das plataformas virtuais e armazenados no computador da pesquisadora. Dessa forma, os dados dos entrevistados estão depositados em um ambiente seguro, com acesso somente dos pesquisadores.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Neste capítulo de resultados e discussão serão apresentadas e interpretadas as entrevistas realizadas com os 9 nutricionistas de 3 clubes de futebol. Tais relatos contribuirão para atingir o objetivo geral e os objetivos específicos desta pesquisa. No tocante a apreciação desses objetos de estudo, dividir-se-ão as análises em 5 categorias para uma melhor compreensão dos aspectos investigados que seguem: **A formação e o perfil:** Que abrangem informações sobre processo de formação acadêmica profissional, e dados pessoais do nutricionista; **O processo de inserção na nutrição esportiva e dentro do clube de futebol:** O percurso realizado pelo profissional e como ocorreu a sua entrada no clube de futebol; **Atividades realizadas, técnicas desenvolvidas e planejamento de trabalho:** O profissional relata qual a sua rotina de trabalho dentro do clube, com os atletas e com as equipes de profissionais que atuam junto; **Desafios na atuação do nutricionista esportivo em clubes de futebol:** A profissão é respeitada e valorizada como as demais?; **A importância e as perspectivas futuras da participação de nutricionistas em clubes de futebol:** Como um nutricionista pode auxiliar no desempenho dos atletas? Será que futuramente todos os clubes contarão com um profissional nutricionista em sua equipe técnica?

4.1 A FORMAÇÃO E O PERFIL

A primeira categoria de análise apresenta as características de cada nutricionista entrevistado: dados sobre sua formação acadêmica e o perfil profissional. São discriminadas as etapas de sua formação durante a graduação, experiências que tiveram enquanto estudantes, na área da nutrição esportiva e, por consequência, no futebol.

Para tal, torna-se necessária a apresentação do Quadro 2, em que expõe de maneira geral as características de cada entrevistado. Posteriormente, ocorrerá o diálogo entre os relatos e a literatura especializada com base no intuito desta categoria de análise.

QUADRO 2 – Caracterização dos participantes do estudo

CLUBES	NUTRICIONISTA	SEXO	IDADE	LOCAL E ANO DE FORMAÇÃO	ESPECIALIZAÇÃO	TEMPO DE EXPERIÊNCIA EM CLUBE DE FUTEBOL	CATEGORIA
CLUBE 1	A1	MASCULINO	39	PRIVADA 2008	LATO SENSU	10 ANOS	PROFISSIONAL
	B1	MASCULINO	26	PÚBLICA 2021	LATO SENSU	1 ANO	PROFISSIONAL
	C1	FEMININO	44	PRIVADA 2004	LATO SENSU	10 ANOS	BASE
CLUBE 2	A2	FEMININO	29	PÚBLICA 2015	STRICTO SENSU	10 ANOS	PROFISSIONAL
	B2	FEMININO	24	PRIVADA 2013	LATO SENSU	2 ANOS	PROFISSIONAL
	C2	FEMININO	26	PRIVADA 2020	LATO SENSU	3 ANOS	BASE
	D2	FEMININO	23	PRIVADA 2022	LATO SENSU	1 ANO	BASE
	E2	FEMININO	25	PÚBLICA 2019	LATO SENSU	1 ANO	BASE
CLUBE 3	A3	FEMININO	35	PRIVADA 2012	LATO SENSU	6 ANOS	PROFISSIONAL

Fonte: Elaborado pela autora (2023), com base nos relatos dos nutricionistas.

Observa-se que todos os entrevistados relataram ter especialização em nutrição esportiva concluída ou em andamento. Mesmo não sendo um pré-requisito para obtenção da vaga como nutricionista em clubes de futebol, todos relataram a importância de ter tal experiência, para sentir-se mais seguro e preparado para atuar com esse público.

De acordo com Moreira e Velho (2008), possuir uma pós-graduação, amplia as possibilidades de atuar em cargos de liderança e se diferenciar no mercado de trabalho. Quanto mais ampla a formação, maior a chance de percorrer áreas correlatas, diversificando seu campo de atuação. Apesar de, nos últimos anos, o Brasil ter aumentado sua contribuição científica de forma mundial, devido à consolidação da pós-graduação no país, segundo Ribeiro, Oliveira e Faria (2020), ainda se faz necessário aumentar essa contribuição no âmbito internacional, portanto, é recomendado incentivar jovens cientistas a ingressarem na pós-graduação brasileira.

Diante dos relatos, os nutricionistas A2 e C2 salientaram a importância de uma especialização em suas carreiras. O nutricionista A2 explicou ser um

diferencial, pois algumas faculdades não oferecem um conhecimento prático e necessário para atuar na área esportiva:

Não me cobraram, mas eu acho que é um diferencial até porque, hoje em dia, nas faculdades de nutrição não tem tanta cadeira de nutrição esportiva. Tu não consegue ter uma bagagem muito grande, não tem estágio obrigatório de nutrição esportiva, então não me cobraram, mas eles já me conheciam do estágio [...]. (A2)

O entrevistado C2 complementa relatando a falta de um conhecimento prático durante a graduação, e a necessidade de ter uma especialização na área, que trouxesse mais segurança para atuar:

[...] Quando eu fui contratada não foi uma exigência, até porque eu não tinha experiência com futebol quando comecei, tinha com esporte mas é totalmente diferente, não dá pra comprar. Só que, ali dentro, eu vi que precisava de algo a mais para conseguir acompanhar e para realmente ter um trabalho que eu conseguisse ver e saber quando intervir aqui ou ali. Então depois que eu comecei a trabalhar no clube, eu fiz a minha especialização que nem foi no futebol, foi na nutrição esportiva geral [...]. (C2)

Dois nutricionistas entrevistados (A1 e C1) relataram que é necessário ter uma especialização para concorrer a vaga. Na época em que entraram, não havia necessidade, mas atualmente é um título que se destaca na hora da seleção. O entrevistado A1, relata ser muito importante pois atualiza o profissional a respeito dos conhecimentos da área:

Com certeza, ainda mais eu que me formei já faz algum tempo, né?! Na época você escolhia, eu escolhi fazer nutrição esportiva, deu uma base muito legal, dúvidas específicas da área, a questão da bioquímica, fisiologia, e parte clínica também, não só esportiva. [...] Fiz uma pós graduação em nutrição esportiva, que foi muito interessante, uma sala cheia de pessoas interessadas em esporte, não tinha outras matérias aleatórias, era tudo muito voltado pro esporte. Colegas que contribuíram muito, estavam atuando em consultórios, clubes. (A1)

O entrevistado C1 relata que na época em que entrou, não havia um pré-requisito de especialização para concorrer a vaga, porém, atualmente já é solicitado que o candidato possua no mínimo as mesmas características que o nutricionista antigo do clube:

[...] Na época que eu entrei, entrei em 2013, né?! Aí não foi solicitado, mas, por exemplo, hoje.. para entrar tem que ter todas as minha características né.. ficou registrado isso nos protocolos. Para entrar tem que ter no mínimo a formação que eu tenho para poder atuar. [...] É porque não tinha determinados cursos naquele tempo, né?! E agora tem muita coisa. (C1)

Os demais entrevistados, B1 e B2, deixaram claro que não existe uma obrigatoriedade em ter uma especialização para concorrer às vagas, que o importante é ter interesse de aprender e ser comprometido, como vemos na fala do nutricionista E2:

[...] Acredito que dependa mais do currículo geral e da vontade de trabalhar. Não foi cobrado uma especialização, a gente contrata pessoas em formação que tem vontade de aprender. (E2)

Observamos que todos que comentaram não ser obrigatório uma especialização atuam na categoria de base, em que a tarefa é mais técnica, executar o que o nutricionista coordenador planeja. Então acaba sendo menos exigente, e um local de aprendizado para aqueles que entram logo que se formam. O nutricionista B1 retrata de uma forma objetiva como funciona essa hierarquia dentro dos clubes, e o quanto ter ou não uma especialização influencia nisso.

[...] O futebol tem alguns cargos, cargo júnior, cargo pleno, no próprio CLT tem essas classificações, se tem mais ou menos experiência. Eu tenho o cargo de auxiliar, existe um coordenador. O que diferencia é que quando tem um cargo acima, eles cobriam uma pós-graduação, experiência, e esse cargo mais inicial, que foi o que entrei é um cargo mais executivo, de executar aquilo que foi pensado pelo coordenador, tenho uma função mais operacional, faço a suplementação todos os dias, entrego os suplementos para os atletas, e enquanto o nutricionista que lidera a equipe, ele tem a função de racionalizar as operações. Determina o que vai ser feito, qual protocolo de suplementação vai ser feito. Ele que pensa e eu executo. Mas uma especialização facilita. (B1)

Em consequência dos resultados obtidos, percebe-se que todos relataram não ser cobrado pelo clube a necessidade de ter uma especialização na área, mas alguns evidenciaram a importância que o conhecimento a mais agrega nas suas funções profissionais dentro do clube. Alguns entrevistados apontaram que atualmente possuem mais cursos e especializações, do que anos atrás, o que talvez justifique uma futura cobrança quanto a formação profissional mais qualificada.

Os estágios acadêmicos são componentes curriculares obrigatórios, que previstos por lei, são de fundamental importância para uma formação acadêmica mais completa. Nos quais, o futuro profissional terá um conhecimento real da situação de trabalho que a sua profissão exigirá (Luz; Bego, 2022). Ainda assim,

poucas instituições de ensino oferecem em sua grade curricular obrigatória o estágio em nutrição esportiva. Dos 9 entrevistados, somente um teve estágio obrigatório em nutrição esportiva, como vemos na fala do nutricionista C2: “Na Uniritter, eu tive cadeira obrigatória de nutrição esportiva e estágio, não sei se ainda tem porque mudou o currículo, mas quando me formei ainda tinha estágio curricular de esportiva”.

O restante dos entrevistados relataram não ter na grade curricular a oferta de estágio em nutrição esportiva, somente a cadeira obrigatória e de poucos créditos, o que tornava pouco tempo para conhecer essa área de atuação. Quatro dos entrevistados relataram buscar, fora da instituição, estágios em clubes esportivos para que pudessem adquirir conhecimento extracurricular, sendo que um desses, o entrevistado B2, conseguiu estágio no clube de futebol que trabalha atualmente, e acredita que esse estágio facilitou sua entrada como nutricionista do clube: “Eu entrei no clube por estágio extracurricular, e a minha cadeira na graduação era junto com fisiologia do exercício, era uma vez na semana e um semestre só. Não tinha estágio obrigatório nessa área, tive que buscar por fora”.

Fica evidente, nas falas dos entrevistados, que a falta de conhecimento sobre a nutrição esportiva durante a graduação, acaba gerando certa insegurança para quem deseja trabalhar nessa área futuramente. É um conhecimento que fica vago, e que quem realmente quer deve correr atrás de cursos, especializações e estágios extracurriculares, para que assim possa conhecer outros profissionais e passar a ser reconhecido nesse meio. Encerramos com o trecho do nutricionista A1, que mostra exatamente essa necessidade da busca pelo conhecimento:

Eu me ofereci pra ser estagiário de futebol, fui atrás do conhecimento, na própria graduação mesmo comecei estágios na área, cursos extracurriculares, depois de 5 anos de formado, pós graduação e atualmente to fazendo mais uma pós graduação, pela USP. Posso te falar que tenho 100 cursos na nutrição, desses 100, mais da metade, são na nutrição esportiva. Preciso ouvir outros professores, pessoas de região diferente, esportes diferentes. Então a formação é contínua, até porque na nossa área, os pacientes são muito informados, então não passe vergonha de estar no consultório e o atleta te contar algo que você não sabe. (A1)

4.2 O PROCESSO DE INSERÇÃO NA NUTRIÇÃO ESPORTIVA E DENTRO DO CLUBE DE FUTEBOL

A segunda categoria de análise traz informações sobre como os profissionais entraram nos clubes de futebol e o que motivou a escolha dessa profissão. Muitos relataram já ter alguma ligação com o esporte quando criança, ou incentivo da família para atuar na área.

A família é uma das principais bases de formação do indivíduo, transmitindo valores, hábitos e costumes aos seus membros (Rozemberg *et al.*, 2014). Segundo Fagundes, Aquino e Paula (2010), é pela vivência familiar que as representações internas são desenvolvidas, influenciando seu comportamento, bem como no futuro profissional. Almeida e Pinho (2008) e Tessaro e Schmidt (2017) acreditam que as expectativas familiares podem aparecer no processo de escolha profissional.

Os pais projetam em seus filhos os sonhos profissionais que eram seus e que não puderam realizar, não se dando conta de que acabam por transferir a responsabilidade aos filhos de escolher uma profissão que não puderam seguir (Santos, 2005).

Estar inserido no meio do esporte, também foi um relato forte nas falas dos entrevistados, como motivação para inserção na área da nutrição esportiva. A iniciação esportiva, também está relacionada com o incentivo da família. O acompanhamento dos pais na prática esportiva de seus filhos, proporciona um momento de prazer e satisfação para crianças e adolescentes. Harris (1996, p. 89) já afirmava que “a criança pode almejar certas realizações não pelo prazer, mas a fim de obter a aprovação parental”. Exemplos ocorrem numa partida de futebol, quando a criança ou o adolescente realiza uma jogada especial e recebe aplausos como forma de aprovação dos pais.

Os entrevistados A1, B1 e A2, citaram fortemente a influência da família, tanto na prática de esportes quando criança, quanto na inserção da nutrição como curso de graduação. E o entrevistado E2, não cita a família, mas relata como o esporte e a nutrição estavam presentes na sua infância e influenciaram positivamente na sua escolha profissional.

Discorrendo em seu relato, o nutricionista A1, apresenta que o esporte faz parte da sua vida desde os primeiros anos de idade. E que os pais sempre foram preocupados em acompanhar suas práticas esportivas e incentivá-lo:

Comecei a atuar, porque eu sou envolvido com esporte desde criança, desde muito novo. Desde a escola, eu já praticava o judô. Com 2 e 3 anos de idade, já fui inserido na natação, então sempre fui envolvido com esporte. Na adolescência, ainda mantive a prática esportiva e queria fazer também musculação. Iniciei muito novo, na adolescência, comecei a capoeira e, do lado, tinha academia de musculação e, na época, era novidade. Eu tinha 14 anos de idade, então, 25 anos atrás a musculação não era tão difundida, tão famosa e, com 14 anos, eu era bem magrinho, bem alto, e aquilo ali me incomodava, e meus pais acompanhavam. Conheceram a academia e decidiram deixar eu fazer. (A1)

Seguindo na linha do esporte, o nutricionista relata como a prática o envolveu com a nutrição, o que despertou seu interesse e quando entrou no curso de nutrição:

[...] E quando eu estava com 18 anos começou a questão de suplementação, antes já tinha, mas eu não tinha dinheiro meu para comprar e tomar também. Então com 18 anos, comecei a iniciar com suplementação e iniciei com jiu-jitsu, e isso foi me levando a querer fazer a nutrição, entender como funcionava. Comecei o curso de nutrição para mim, curar uma dor minha, entender o que fazia diferença nos meus treinos. Ainda mais jiu-jitsu, que precisa acompanhar o peso. Na época, prestei o vestibular para Educação Física e Nutrição, passei nos 2 e optei pela Nutrição, pois eu tinha um interesse maior, entender a suplementação, que muitos confundiam com anabolizante, e eu queria distinguir e saber como utilizar. (A1)

Corroborando com a importância do esporte na inserção na nutrição esportiva, o entrevistado B1, relata que era praticante de esportes desde criança:

Quando eu entrei na Nutrição, queria o esporte, porque desde os 5 anos fui atleta, fiz ginástica olímpica e treinei no Grêmio Náutico União esses 8 anos, e depois fiz uma transição e fui para o futebol, do futebol fiquei dos 13 aos 17 anos. Depois que abandonei, fiz o cursinho para o vestibular, passei na Fundação que é onde gostaria de estudar. Não esperava ir para o clube de futebol tão cedo, mas surgiu a oportunidade, mas tinha muito em mente trabalhar com pessoas fisicamente ativas em consultórios. (B1)

O profissional A2 ressalta o quanto a família teve influência na sua escolha, não só no incentivo da prática esportiva, bem como auxiliando na dúvida entre a escolha do curso. Família estando presente em um momento muito delicado e importante da vida de um adolescente:

Eu sempre gostei de me alimentar bem, de forma saudável e equilibrada, desde pequena, porque minha mãe tinha hábitos saudáveis e incentivava esse hábitos, então desde pequena sempre pensei em ir para área da saúde, porque sempre gostei da saúde e sempre praticava esportes, então quando terminei o ensino médio estava bem na dúvida sobre o que fazer, e a minha mãe sugeriu o curso de nutrição. (A2)

Para finalizar os relatos daqueles que entraram na área esportiva por influência do esporte ou da família, o entrevistado E2 enfatiza a sua prática esportiva desde a infância como meio que levou a procurar uma profissão relacionada. Não citou a família como incentivadora:

Eu fui atleta de ginástica olímpica. Na época era artística, e, dentro da minha formação de atleta, eu não tinha assistência nutricional e não sabia a importância. Então alguns anos depois eu descobri que eu poderia ter me saído melhor no esporte, ter conseguido me manter no esporte, se eu tivesse acompanhamento nutricional, que por ser um esporte estético que é a ginástica, eu tive alguns problemas psicológicos, desconforto com o peso e ninguém me ajudou, então eu escolhi a nutrição para ajudar os atletas. (E2)

Os demais entrevistados (B2, D2 e C1) não relacionaram a inserção na nutrição esportiva por vivência anterior com esporte, ou influência familiar. Em sua maioria, não pretendiam estudar nutrição como primeira opção, e nem tinham interesse na área esportiva, mas por outros motivos e percursos ao longo da graduação, optaram por trabalhar nessa área. A fala do entrevistado B2 nos mostra, que nem sempre a nutrição foi a primeira opção:

Fiz 2 anos de engenharia química antes de fazer nutrição, e acabei me tornando nutricionista por gostar muito de esportes e por mudar meus hábitos alimentares. Sempre fui uma criança que se alimentou bem, mas com o tempo fui gostando de cozinhar e pensei: por que não nutricionista? [...] E a área do esporte, eu queria área hospitalar quando entrei na faculdade. Mas como peguei um pouco da pandemia no curso, acabei optando pela cadeira de nutrição esportiva, para adiantar a cadeira [...]. (B2)

A dúvida entre dois cursos também aparece nas falas do entrevistado D2:

[...] Sempre fui muito fanática pelo meu clube e queria trabalhar lá, e daí eu fui procurando áreas onde eu conseguia trabalhar dentro do clube e eu fiquei entrei jornalismo ou nutrição, porém por conta da timidez, eu pensei: “não, jornalismo não tem como, tem que dar entrevista, vou ter que falar, melhor não.. daí me encontrei na nutrição [...]. (D2)

Sob um outro prisma, o entrevistado C1 escolheu a nutrição como primeira opção de curso, mas não almejava trabalhar com o esporte. Suas primeiras experiências como profissional graduado foram em outras áreas, que, segundo ele, é uma das portas de entrada no mercado de trabalho da nutrição:

[...] Bom, na nutrição eu me formei em 2004 e atuei um tempo em hospital e em algumas empresas. Empresas assim de refeições coletivas, que é uma

das maiores portas de abertura para área da nutrição, assim.. sem questionamento, porque é meio que obrigatório, todo mundo precisa então.. é meio que a gente acaba entrando e começando né.. e aí fiquei um tempo no hospital, aprendendo, trabalhando com a nutrição clínica.. gerei restaurantes. Por uns 8 anos eu fiz isso, e aí comecei o trabalho também de lecionar.. lecionava em curso técnico né. Lá pelas tantas surgiu o trabalho no clube.. na verdade no meu caso é diferente tá.. eu não fui atrás do futebol, o futebol veio até mim. (C1)

Desse modo, enfatizando a temática a respeito do processo de inserção na nutrição esportiva e dentro dos clubes de futebol, verifica-se que quatro dos nove nutricionistas esportivos - A1, B1, A2, C2, E2 e A3 - já pensavam em trabalhar com nutrição esportiva ao iniciar a graduação, fosse por influência da família ou pela proximidade e inserção no esporte desde a infância. Três entrevistados - B2, D2 e C1 - optaram pela nutrição ao escolher um curso, mas não almejavam trabalhar na área esportiva. O esporte acabou surgindo como uma opção durante a sua formação acadêmica, ou durante a sua atuação em outros ramos da nutrição, como o caso do entrevistado C1.

Diante dos fatos, abrangendo o objetivo específico do estudo, torna-se relevante o conhecimento acerca das tarefas realizadas por um nutricionista esportivo. Para esse propósito, segue a terceira categoria de análise, levando em consideração as atividades realizadas, técnicas desenvolvidas e planejamentos necessários de um nutricionista esportivo que atua dentro de clubes de futebol.

4.3 ATIVIDADES REALIZADAS, TÉCNICAS DESENVOLVIDAS E PLANEJAMENTO DE TRABALHO

O nutricionista se faz imprescindível na mobilização do sujeito para o aprendizado ou para a mudança de hábitos alimentares, pois este profissional em sua formação adquire conhecimentos acerca da nutrição e da dietética, da epidemiologia, além dos mecanismos de não limitar a alimentação apenas ao fenômeno do comer.

Se há o desconhecimento de todas as áreas de atuação, há também o desejo de integração junto às equipes de saúde. E cabe à própria classe, exigir sua presença em locais que necessitam de um nutricionista, bem como divulgar a sua importância para a sociedade. Nesta categoria, iremos descrever as atividades

realizadas pelo nutricionista esportivo, como funciona sua rotina e planejamento de trabalho, bem como a sua relação com a equipe e comissão técnica.

É notório que as tarefas realizadas pelo nutricionista que atua na equipe profissional difere das tarefas realizadas pelo nutricionista da base, em questões de acompanhamento dos atletas e rotina de treino de cada um deles. Todos os entrevistados relataram essa diferença, e também a mudança da rotina em dias de treino e dias de competições. O nutricionista A2, da equipe de profissionais explica em sua narrativa o funcionamento da rotina do nutricionista em dias de treino e dias de competições:

Dia de treino a gente sempre tem duas partes que são fundamentais: a parte de alimentação, onde o atleta chega para treinar e vai fazer uma refeição e a parte de suplementação. Pós treino ele vai fazer uma suplementação pós-treino e depois alimentação. Os atendimentos acontecem pós treino, o atendimento particular, mas antes disso tem todo atendimento na suplementação. No dia de jogo é bem diferente, porque ele está concentrado, o atendimento não funciona particularmente, a gente faz só a parte da alimentação e suplementação. Chegando no estádio a gente faz toda a parte de alimentação de frutas, carboidratos de rápida absorção e lenta absorção e a suplementação, então os atletas tomam suplemento antes, no meio, e depois do jogo, e quem é responsável por isso são as nutricionistas. (A2)

O nutricionista B2 salienta em sua fala a importância de compreender os aspectos fisiológicos que estão ocorrendo com os atletas em dias de treino e dias de jogos, pois podem ser demandas diferentes e que necessitam de um suporte nutricional diferenciado.

Para cada tipo de treino é necessário uma suplementação e nutrição mais específica [...] Então, para mim, precisa um olhar um pouco diferente. Acho que a gente tem que trabalhar bastante essa questão de olhar e entender que o atleta está sendo demandado fisiologicamente, então tem uma diferença. (B2)

Essa importância de saber lidar e conduzir as diferenças entre os treinos e competições também está fortemente citada na fala do nutricionista A1, da equipe profissional. Ele ressalta que, dependendo do clube, pode ser diferente a forma de atuar do nutricionista durante esses dias:

Isso varia de profissional, varia de clube né. Tem clubes que conseguem realmente integrar o nutricionista dentro da comissão técnica, dentro do staff né.. porque quando eu falo assim, dentro do staff, acaba que o nutricionista tem um momento que vai fazer consultas principalmente no início de temporada, vai fazer anamnese, plano alimentar, vai conversar sobre hábito de vida. Esse tipo de consulta no início da temporada é muito comum, todos os atletas passam por isso. [...] Então, em dias de treino, no início a gente

tem essa anamnese completa, e no dia a dia a gente começa com orientações. Todo o mês eles passam por avaliação física, claro que tem as peculiaridades, o atleta que tá ganhando massa, que tá perdendo peso, ele passa por avaliações mais seguidas, de 15 em 15 dias por exemplo. [...] Nos dias de competições, a gente consegue fazer uma intervenção nos intervalos de jogo, para o atleta que está com fadiga, com câibra, suplementar um carboidrato, como no pós jogo também. O atleta que acaba desgastado você já consegue aplicar uma estratégia mais agressiva, digamos assim, melhora a suplementação dele no momento, aumenta a refeição dele para ter uma recuperação mais completa. Então as intervenções ocorrem o tempo todo, seja no CT, seja nas avaliações mensais, seja nos períodos de jogos tbm e nos finais de jogos. (A1)

Ao contrário do que percebemos nos relatos acima, o entrevistado A3, também nutricionista da equipe profissional, não consegue ter o mesmo acesso para atuar presencialmente em competições. Somente em jogos que ocorrem na sua cidade, que o nutricionista acompanha a equipe. Ainda assim, existe diferença entre treinos e competições, na forma como acompanha os atletas:

Nos dias de jogos, eu não tenho um atendimento individualizado, então quando eles estão aqui, os jogos são na cidade, eu faço acompanhamento na concentração, mas daí é do grupo. Nos dias de treino, eu acabo fazendo o atendimento antes e direcionando as necessidades de cada um, e aí conforme o dia, tu vai acompanhando o treino, para ir apontando as questões alimentares. Mas em dias de jogos, eu não tenho atendimento individualizado e nem acompanho o clube em viagens... faço todo cardápio, orientação, mas não me envolvo em viagens, faço o acompanhamento com os responsáveis pela alimentação via *WhatsApp*. (A3)

A atuação do nutricionista da categoria de base já costuma ser um pouco diferente e menos rígida, se comparada ao futebol profissional. Atualmente, a nutrição é vista como apoio e não como uma peça importante no desempenho dos atletas. Embora a profissão esteja em ascensão, é muito comum ver atletas suplementando sem orientação de um profissional da nutrição, ou sendo prescrito por um educador físico. É necessário um posicionamento do nutricionista e uma luta para conseguir seu espaço e seus direitos (Lacerda; Figueiró, 2021).

Ainda é muito comum no esporte, o nutricionista ver o seu papel sendo desenvolvido por outro profissional, no caso por médicos da comissão técnica de uma equipe de futebol. Notamos, durante as falas, essa dificuldade de acompanhar em viagens, de acessar vestiários e ter um contato mais próximo com os jogadores no momento de competição, em que é tão necessário o aporte nutricional. Abaixo, seguem as citações dos nutricionistas das categorias de base, sobre a atuação diária nos clubes e em competições. Iniciamos com a fala do entrevistado C2, que

evidencia esse desafio de atuar como nutricionista esportivo em clube de futebol na categoria de base:

Os treinos, os momentos de treino em si, eles ainda são muito fechados à comissão técnica, então a gente consegue fazer planejamento mas eles precisam ser estruturados, precisam ser introduzidos com calma para eles aceitarem e tudo mais. A nutrição ela é vista hoje no geral, como um apoio e não como um membro do processo sabe, para os próprios profissionais é difícil entender qual o papel da nutrição na performance do atleta que tá ali então acabamos consentindo. [...] eu vejo que é muito mais fácil introduzir um trabalho para jogo do que para treino, porque eu acho que para jogo como o resultado influencia muito aí eles se preocupam com a questão de não dar nada errado, porque aí vai influenciar na vida de todo mundo, e no treino infelizmente ainda é difícil tu encontrar um profissional que tenha a visão de que na verdade o mais importante é o treino, que é quando tu vai desempenhar lá no final né. (C2)

O entrevistado D2 também relata essa dificuldade de atendimento, principalmente com aqueles que não moram no centro de treinamento (CT), mostrando que é uma realidade bem diferente do que é trabalhar com equipe profissional.

Nossos atendimentos não são fixos né... então por exemplo, ahh... tem jogo amanhã.. da sub 16, então a gente vai procurar não atender aquele atleta, mas se é um caso muito específico, aí a gente vê se ele consegue passar lá antes do jogo. [...] Quem mora fora já é um pouco mais difícil.. vai se apresentar naquele horário e deu, não tem como falar com ele. Treino, eles treinam quase todo o dia então, é... acontece ah, o treino é de manhã, a gente chama no *Whats* ali: “ô fulano, pode passar aqui pra falar com a gente..” e eles vão.. às vezes eles não vão, e a gente tem que ficar correndo atrás. (D2)

Os relatos do entrevistado E2 detalham melhor quais os trabalhos feitos pelo nutricionista da base com os atletas, como eles atuam e contribuem durante os treinos e jogos. Assim como no relato anterior, podemos perceber que morar dentro do CT é um facilitador.

A gente tenta trabalhar muito no pré, durante e pós-treino, explicando a importância do carboidrato, na recuperação de glicogênio no músculo, pois eles tiveram treinando a semana inteira. O pré vai desde uma janta, café da manhã, almoço, e uma suplementação pré-jogo. Durante o intervalo a gente tem a reposição de fluidos, eletrólitos, e o pós nós trabalhamos com a recuperação mais imediata, porque o atleta no outro dia provavelmente tem treino. [...] Se é no internato tem jogos seguidos, então a gente faz essa recuperação de fadiga mais imediata, mas a gente tá bem próximo nesses momentos, dentro do possível aqui no CT né. (E2)

Em relação às avaliações realizadas com os atletas pelo setor da nutrição, todos os entrevistados relataram a anamnese e triagem nutricional, sendo as demais avaliações realizadas por outros profissionais e tendo os dados compartilhados em

reuniões de equipe. A anamnese nutricional é uma ferramenta que coleta informações qualitativas e quantitativas sobre a alimentação dos atletas. Deve ser realizada de forma bem detalhada, possibilitando conhecer hábitos alimentares, frequência das refeições e acometimento de doenças (Neves *et al.*, 2022). Através das informações obtidas, o nutricionista consegue direcionar a dieta do atleta e individualizar os cuidados, respeitando as peculiaridades de cada um.

Identifica-se entre as respostas dos entrevistados que todos os nutricionistas da equipe profissional, baseiam-se na anamnese nutricional como ponto de partida do seu trabalho, e compartilham os resultados obtidos em avaliações realizadas por outro departamento, para complementar seus dados, sendo destacado na fala do entrevistado A2: “Realizamos anamnese com atletas para análise do estado nutricional. E também os exames de sangue, junto com equipe médica e avaliação corporal que a fisiologia que faz, mas atendemos juntos”. Além disso, salienta-se um fragmento do entrevistado B1, que reforça o trabalho em equipe durante as avaliações: “A avaliação física é multidisciplinar. Por ser uma avaliação complexa, de densidade óssea, prega cutânea, marcação de pontos anatômicos, participam 4 pessoas”. O entrevistado A1, esclarece a importância dessas avaliações, e a frequência que devem ser realizadas: “A exigência com os atletas é muito grande, se espera um retorno muito grande devido a todo investimento que tem neles, então esse monitoramento deve ser diário”. Ainda em sua fala, ele relata todas as avaliações que são feitas e todos os departamentos que estão envolvidos:

É realizada anamnese completa, desde histórico familiar, hábitos alimentares, histórico de lesões, histórico de medicações, suplementação, como foi infância e adolescência, se teve déficit nutricional, exames bioquímicos, laboratoriais bem completos a cada três meses, como os exames pós-jogo: CK, PCR, 4 a 8h depois tem coleta de capilar sanguíneo, tem questionários diários para os atletas, onde ele vai relatar cor de urina, cansaço, escala de esforço, peso diário de atleta, cálculo em dias de jogo para taxa de desidratação, que vai ser acessado por fisiologista, preparador, médico, nutricionista...(A1)

Os relatos dos nutricionistas que trabalham com a categoria de base, não foram diferentes dos citados anteriormente. Todos eles informaram receber os resultados das avaliações realizadas por outros setores e avaliam junto com a equipe. O entrevistado C2 comenta: “As avaliações físicas não somos nós que realizamos, tem um departamento responsável por isso, então a gente faz apenas a análise dos resultados e chama os atletas para conversar”. Podemos observar a

mesma fala no entrevistado C3: “A avaliação física tem um setor que faz, então não faz sentido a gente fazer duplamente. Utilizamos os mesmos dados da fisiologia”. Encerramos com a fala do nutricionista E2, que nos complementa com a informação de avaliações feitas pela equipe de nutrição em dias de jogos:

A composição corporal é com a fisiologia, a gente faz a triagem nutricional com os atletas 3x por semana, cuida da hidratação no pré e pós-jogo através da pesagem, e faz uma intervenção imediata pós-jogo para hidratação. Outras avaliações são avaliações de recordatório alimentar, de qualidade de variedade, anamnese mais completa. (E2)

É importante ressaltar que todas as informações obtidas nas avaliações realizadas são compartilhadas com os atletas. “Os atletas devem ter acesso mensal para acompanhamento”, segundo o entrevistado C1. A categoria de base, principalmente, demonstra muito interesse em obter os resultados das avaliações, pois, segundo o nutricionista D2, aqueles que apresentam um percentual de gordura alto nas avaliações, são cortados dos jogos. Dessa forma, os atletas se obrigam a buscar auxílio nutricional para obter os resultados desejados:

Toda avaliação é coisa que eles se cobram muito, porque nas categorias maiores, por exemplo, quem tem o “percento” acima de 12% é cortado de jogo. Então quando eles fazem avaliação, e deu “percento” acima, eles já vão lá correndo pedindo pra eu atender, pois não querem ser cortados dos jogos. (D2)

Desse modo observamos que todos enfatizaram em suas falas a participação de outras equipes envolvidas em um mesmo objetivo, o que torna um trabalho transdisciplinar. É uma troca de conhecimento, em que um profissional depende do outro para dar segmento ao seu trabalho. Podemos observar durante a fala do entrevistado A2, que o seu clube consegue alinhar as funções de cada profissional da equipe, e reconhecer a importância do nutricionista.

A nossa equipe é bem unida, para ter ideia, por dia temos duas reuniões, antes e depois do treino, para alinhar como vai ser o treino, a semana, a rotina e alimentação nas viagens. É uma equipe transdisciplinar, que funciona super bem. A preparação física planeja os treinos, eu já entro com a suplementação dentro disso, a fisioterapia já organiza como vai ser o departamento médico, DM da semana, a gente já entra com suplementação para DM, então já está tudo alinhado. As informações chegam muito rápido e para o nosso trabalho de nutrição é muito fundamental. (A2)

A transdisciplinaridade vem sendo discutida há muito tempo, como uma forma de discussão mais ampla, considerando os aspectos de atuação de cada profissional da saúde. A proposta é considerar o ser humano em sua globalidade, através de uma abordagem plural, que cuide não só o homem e suas doenças fisiológicas, mas também o seu entorno, tendo uma humanização dos cuidados. Em uma equipe, de diferentes profissionais, as competências são variadas, o que torna mais amplo e completo esse atendimento (Ribeiro; Candido, 2021).

Segundo Nicolescu (1999), numa perspectiva transdisciplinar, amplia-se a visão de mundo e do homem, exigindo uma formação capaz de abarcar toda a complexidade humana. Ela ultrapassa as barreiras existentes entre as diversas áreas do conhecimento, sendo contra a fragmentação e propondo uma unidade entre as especialidades onde um campo de conhecimento transita entre os demais.

O nutricionista B2 reforça a importância de um trabalho transdisciplinar, para entregar o melhor resultado ao atleta.

O desempenho do atleta é totalmente transdisciplinar, então a gente trabalha com departamento médico, fisiologia, fisioterapia, e todo mundo faz o grande conjunto para dar e entregar o melhor que o atleta precisa. Então, sim, a gente tem uma comunicação entre todos os departamentos. Diariamente a gente compartilha resultados, questionamentos. (B2)

Essa relação entre diferentes equipes é tão necessária, que o entrevistado A1 deixa claro em sua fala que não tem como realizar um serviço de qualidade para os atletas, sem essa relação. Está tudo interligado, a comunicação entre os diferentes profissionais se faz necessária o tempo inteiro, principalmente em competições.

Não tem jeito de trabalhar sozinho, o fisiologista analisa, preparador físico começa com aumento de carga e treinos específicos, médicos atuam com atletas gripados... porque isso vai acontecer, eles treinam o ano inteiro, então é tudo interligado. Já tivemos em Alagoas com crise de rotavírus, atletas contaminados [...] e você precisa estar ali controlando, mudar dieta, mudar orientação, como isso vai ser controlado, qual suplementação vai entrar, qual medicação o médico vai usar. Então a gente trabalha juntos o tempo inteiro, as decisões passam por todos nós. Reuniões diárias, com todos os coordenadores, médico, fisiologista, fisioterapeuta, nutricionista, revisamos os questionários e já traçamos as demandas da semana. (A1)

Em relação aos profissionais que atuam com a categoria de base, o trabalho transdisciplinar também ocorre, as reuniões não ocorrem com tanta frequência, e o contato diário não é com todos os profissionais. O nutricionista C2, relata que a relação mais próxima é entre nutrição, fisiologia e preparação física.

Sim, tem.. a gente trabalha em conjunto com parte do departamento médico então é desde fisio, psico, serviço social, toda essa parte a gente trabalha bem próximo, a gente também tem a área de performance, né, que só na verdade que a gente tem maior contato, né, que seria fisiologia e preparação física. Então basicamente seriam esses que a gente tem mais contato. (C2)

O nutricionista C1 também trabalha com a categoria de base, e em sua fala percebemos que as reuniões ocorrem de forma mais esporádica e sem dia pré-definido como ocorre no futebol profissional:

Todo dia não dá pra gente se reunir...a gente recebe informações diárias de todos os atletas, mas as reuniões são esporádicas assim sabe.. tipo mesa redonda pra poder discutir as situações dos atletas, né.. e não tem um dia certo. [...] A nutrição está contida dentro do departamento médico, então ali a gente consegue entrar em contato e ver o que que as outras áreas estipulam, né.. [...] (C1)

Ainda que não exista uma certa frequência nas reuniões de equipe, a transdisciplinaridade na categoria de base existe, e é uma relação que fortalece os profissionais envolvidos. Nos mostra o verdadeiro conceito transdisciplinar, que nada mais é do que o próprio diálogo e cooperação entre as diferentes áreas de conhecimento (Almeida Filho, 2020). O entrevistado D2 expressa a força do trabalho em equipe:

A nutrição faz parte do departamento médico e daí a gente trabalha junto com psicologia, assistente social, fisioterapia, fisiologia, médico, todo esse grupo de apoio aí... [...] Isso é tudo dividido, e a gente tem um trabalho em conjunto bem forte. O round é 1h de debate sobre os atletas, lesões, atendimentos. (D2)

Diante dos fatos, observamos que o trabalho em equipe é importante, e ocorre em diversos momentos, mas ainda assim a equipe de nutrição encontra algumas barreiras, que, por vezes, podem dificultar a sua atuação. Para esse propósito, segue a quarta categoria de análise, levando em consideração os desafios encontrados pelos nutricionistas na sua atuação dentro dos clubes de futebol.

4.4 DESAFIOS NA ATUAÇÃO DO NUTRICIONISTA ESPORTIVO EM CLUBES DE FUTEBOL

Estudos na área da nutrição têm demonstrado que atualmente há uma grande variedade de informações sobre alimentação e orientações sobre o que deve ser consumido ou evitado. Porém, diante de tantas notícias, principalmente nas redes sociais, observa-se que as pessoas acabam sentindo-se desorientadas, entre o que é modismo e o que realmente faz bem para saúde (Teles; Medeiros, 2020). Desta forma, trabalhar com hábitos alimentares pode tornar-se um desafio, visto que as orientações nutricionais estão cada vez mais disseminadas e contraditórias (Visconde *et al.*, 2020).

Retratando o exposto acima, os entrevistados B1, A2, B2, D2 e E2 apresentam em suas falas trechos sobre a dificuldade de lidar com informações equivocadas que são disseminadas na internet, como podemos ver na fala abaixo do nutricionista B2:

Eu acho que não só na área esportiva, mas a gente vê muita coisa na internet. Então chega muitos pacientes com informações de internet, achando que é melhor. Acho que essa é uma das grandes dificuldades que temos, desmistificar um pouco o que tem um aporte social, de mídia. (B2)

O entrevistado D2 reforça o quanto a mídia pode afetar a profissão, levando a desvalorização do profissional, pois os pacientes preferem acreditar nas dietas milagrosas de internet:

A gente é desvalorizado em todos os sentidos.. desde o salário até uma informação que a gente vai dar... As pessoas se influenciam muito pela mídia, mas nem sempre a mídia fala a verdade, nem sempre está a nosso favor né.. (D2)

Outro ponto, é a preferência das pessoas por seguir os conteúdos que são passados pelos blogueiros e sites, do que procurar um profissional da área, em função do custo financeiro. Como relata o nutricionista D2:

Alguém me procura pra fazer uma dieta... “Quanto é a consulta?”. “É tanto...”. “Ah, não, na internet eu encontro dieta para emagrecer mais barato!”. E vai ter.. claro que a gente sabe que cada paciente é individual.. mas tem coisas que é o básico. (D2)

Dando continuidade, percebemos na fala do entrevistado B1 o desafio de lidar com a desinformação gerada pela mídia atualmente:

Tem aquela bem clássica da nutrição que é muita desinformação sobre alimentação, suplementação, se faz mal ou se faz bem, coisas que às vezes fica complicado explicar para uma pessoa leiga. A dificuldade é essa, lidar com a desinformação, às vezes tu vai lidar com uma conduta e a pessoa tem um preconceito com aquilo. Às vezes a pessoa nem precisa tomar suplemento, mas quer tomar alguma coisa, excesso de suplemento desnecessário. Essa falta de informação é a dificuldade da nutrição. (B1)

O entrevistado E2 confirma a dificuldade de lidar com as informações vinda da internet juntamente com as atualizações científicas acerca dos alimentos e da ciência da nutrição. Fazendo com que o profissional tenha que se dedicar muito mais e manter-se atualizado, para ter base suficiente contra as informações divulgadas nas redes sociais.

A nutri esportiva varia conforme artigos e publicações, a todo tempo, então a gente fica muito suscetível a redes sociais, e a gente tem que ir contra ou às vezes mostrar nosso ponto de vista quando essas informações partem de pessoas que não são formadas. Então existem muitos mitos e verdades e a gente acaba ficando à mercê dessas informações. (E2)

Finalizamos com a fala do nutricionista A2, o qual enfatiza a importância de sempre seguir estudando e buscando informações atualizadas da área: “A nutrição é uma ciência que muda a qualquer momento, então tem que estar se atualizando sempre, lendo artigos, e muita gente não vai atrás das informações”.

Além da dificuldade de lidar com a disseminação de informações falsas da *internet*, outros pontos citados foram o reconhecimento da nutrição por parte da comissão técnica, a pressão e tomada de decisões, além do machismo ainda presente no mundo do futebol. Este fato acaba reafirmando a existência de certo machismo social, já que historicamente as mulheres foram acostumadas a serem vistas como donas de casa e não a ocuparem cargos reconhecidos e de liderança dentro de uma organização, principalmente quando existe a presença de indivíduos do sexo masculino. No esporte, a presença da mulher ainda é reduzida. No caso do futebol é menor ainda, visto que a predominância, na área, de treinadores e comissões técnicas é ocupada geralmente por homens (Trova, 2020).

Três nutricionistas relataram a dificuldade que encontram, em alguns momentos, por serem mulheres no meio de tantos homens, e que, atualmente, alguns clubes ainda preferem contratar somente homens para cargos como esse, como podemos perceber na fala da nutricionista E2:

[...] A nutrição esportiva no futebol para uma mulher é outro desafio. Então eu acho que um pouquinho de bater a tecla do machismo, tem locais que não querem nutri mulher no futebol, a gente precisa lutar para trabalhar. [...] Diariamente, tanto em relação a comissão técnica, precisamos mostrar quanto nosso trabalho é importante, e por último em relação aos atletas, a gente tem que lidar com a cultura geral da sociedade, no hospital, por exemplo tu vai fazer uma avaliação no paciente acamado, se ele tiver só de cueca não tem problema nenhum é até melhor, agora aqui não, aqui no futebol é diferente. (E2)

A nutricionista C1 corrobora em sua fala, com as mesmas problemáticas e desafios encontrados pela nutricionista E2. Por ser mulher, seu acesso é restrito em algumas partes do clube, o que não ocorreria se fosse um nutricionista homem.

[...] um ambiente que é muito masculino, que a gente ainda tem isso, não adianta a gente fugir... O machismo, ele é entranhado culturalmente... a gente passa por isso... a gente tem que matar um leão por dia... Se a gente não aguenta a pressão, o futebol é um ambiente muito pressionável.. a gente trabalha com resultado. [...] Até hoje eu não tenho acesso ao vestiário, eu só vou até a página 2 ali... então, por exemplo, eu vou ali no vestiário, faço o que tenho que fazer, depois saio e eles entram... eu só entro quando eles não estão. Claro, eu até tenho um bom acesso, com os meninos da base, mas, no profissional, eu tinha que pedir ajuda para o segurança, para poder entrar. (C1)

A nutricionista A3, apesar de não relatar dificuldades por ser mulher, também não tem acesso a todos os locais do clube. Mas afirma que até hoje sempre foram nutricionistas mulheres contratadas pelo clube.

Nunca tive dificuldade de convivência, até hoje sempre foram mulheres que trabalharam aqui. Claro que tem algumas coisas que eu não tenho muito acesso, como outros departamentos acabam tendo, como acesso a vestiário, enfim.. mas nunca tive problemas de trabalho por ser mulher. (A3)

O machismo ainda está presente não só por parte da contratação de profissionais, como também de saber valorizar atletas do futebol feminino. Nos dias de hoje, as mulheres ganharam maior visibilidade em questão de participação em campeonatos, mas ainda assim não possuem os mesmos recursos e investimentos que os atletas masculinos. O nutricionista B1 comenta em sua entrevista que a equipe feminina do clube não possui acompanhamento nutricional, o que para ele não faz sentido, visto que são atletas da mesma forma que os homens: “O futebol feminino não tem nutricionista. Deveria ter, pois são atletas também, mas não tem”.

O nutricionista A1, mesmo sendo do sexo masculino, relata as dificuldades encontradas para a nutrição ser firmada dentro de um clube e ter seu devido reconhecimento perante a comissão técnica. Relata também que a pressão é muito

grande, pois existe um financeiro por trás de cada jogador cobrando resultados, o que aumenta a pressão em cima dos profissionais que estão cuidando desses atletas.

Não é fácil, primeiro porque assim, eu mesmo fui dos caras que no futebol o nutricionista não era tão inserido sabe. O primeiro clube que trabalhei, metade era favorável a minha presença ali, fisiologista, preparador físico, já me conheciam, e eu fiz um trabalho grande antes na base, palestras, buscar adesão e convencimento dos atletas, e mesmo com tudo isso não era 100% de aceitação, dirigentes mais antigos, que, às vezes, achavam que aqueles pózinhos ali não fazia diferença. [...] O nutri ir pra viagem é mais um passageiro, é mais uma diária, alimentação, passagem, então se aquilo ali não tiver muito evidente que vale a pena levar o profissional, o clube não vai levar, porque é custo, gasto, poderia estar levando outro atleta, aplicando a vaga e dinheiro em outro cargo de diretoria, é muita política, diretoria, envolvida querendo estar junto. (A1)

Outro desafio enfrentado pelos nutricionistas esportivos, além do reconhecimento profissional, é a falta de oportunidades no mercado de trabalho. Um estudo realizado com egressos do curso de nutrição do norte do país, identificou que ao serem questionados sobre a dificuldade na prática profissional relacionada à formação, 79,4% relataram adversidades na vivência profissional relacionada a sua formação acadêmica. Pode-se afirmar que algumas metodologias de ensino poderiam direcionar a formação para enfrentar o mercado de trabalho (Gomes; Milhomem; David, 2020).

A nutrição esportiva têm se mostrado reconhecida, mas ainda assim a formação acadêmica nessa área tem deixado a desejar em diversos currículos acadêmicos. Na pesquisa de Oliveira, Torres e Vieira (2008), a população estudada reconhece a importância do nutricionista esportivo no acompanhamento dietético, na melhora de rendimento e performance, justificando o alto número de profissionais que podem atuar nesta área e a necessidade de inserção deste conteúdo na grade curricular do curso.

O entrevistado A2 refere exatamente essa lacuna na formação acadêmica, que reflete na hora de conseguir uma vaga no mercado de trabalho. Na sua fala ele expressa essa carência de conhecimento:

Tem faculdades que nem tem cadeira de nutrição esportiva, é algo novo para quem entra no curso e não conhece as áreas de atuação. Acho que por falta de emprego as pessoas não querem ir para essa área e porque é muito difícil entrar nesse meio, acaba afastando as pessoas, ou fazendo que procurem outras áreas. (A2)

Já na fala do entrevistado B2, percebemos que ele reforça a falta de conhecimento sobre a área esportiva e conseqüentemente pouco interesse dos profissionais formados em trabalhar com esporte:

Acho que as pessoas ainda não têm conhecimento de que a nutrição dentro do esporte é fundamental, a gente vem de uma cultura que a beleza, emagrecimento é o foco principal de um nutricionista. Então eu diria que esse seja um pouco o interesse por entender uma demanda da sociedade, ter mais nutricionista na área clínica com esse foco, e ter pouco olhar para área esportiva. (B2)

O desconhecimento pode causar a falsa ilusão de que trabalhar com atletas, em clubes de futebol, principalmente, seja uma área bem remunerada e com grande reconhecimento. O que reforça a necessidade de contato mais próximo, seja através de estágios, ou aulas práticas, com profissionais atuantes nessa área, para que possam esclarecer e mostrar a realidade de trabalhar em um clube esportivo. Infelizmente, através das falas de dois entrevistados, pudemos perceber que a oferta de trabalho em clubes é muito restrita, são vagas divulgadas para poucos e geralmente para quem já teve contato com o clube alguma vez, diminuindo as chances daqueles que não tiveram nenhum contato durante sua graduação. Abaixo os trechos da entrevista com o nutricionista C2:

Eu vejo que as oportunidades não chegam para todos. [...] Então por exemplo, eu entrei através de indicação, agora a nutri que tava trabalhando comigo entrou através de uma indicação, eu sai e eu deixei uma indicação. Então não é uma vaga que se abre e chega para todo mundo, é por isso que eu digo, às vezes não precisa ser a pessoa mais inteligente, precisa ter os melhores contatos. É um mercado difícil e injusto. (C2)

O entrevistado ainda complementa falando sobre a sua experiência em contratar pessoas para a vaga, e a remuneração:

Depois que eu entrei lá e comecei a fazer processos seletivos, percebi que é um mercado de trabalho que se sustenta muito pela marca, porque é uma carga horária absurda de trabalho, tu tá sempre disponível para atender, seja um clube de futebol, seja atleta que está em pré-competição, seja qualquer coisa, e a remuneração não é correspondente com o deslumbre dos atletas. Ela glorifica realmente os atletas e não o profissional. Quem tá na mídia é o atleta. (C2)

O entrevistado C1 compartilha da mesma opinião sobre a restrição da oferta de vagas nos clubes, e a ilusão acerca da remuneração de um nutricionista esportivo no futebol:

É difícil... é muito restrito, o povo não divulga, é indicado pelo outro, um é chamado pelo outro... é complicado assim... tem que ir entrando pelas beiradas. [...] Não é uma área muito aberta, agora com tanto curso, com convênio, isso tá se tornando muito melhor... eu faço questão de ter estagiário, fazer parceria com terceirizada, abrir pra estágio, para ampliar até isso né. Se cada um de nós ter essa coisa de conseguir abrir... é melhor, né. Mas é restrito, é muito restrito. [...] Como é um esporte que rola muito dinheiro, as pessoas têm muita ilusão... o salário de um nutricionista é normal, tá? As pessoas acham que trabalhar com futebol é ganhar milhões, né. [...] (C1)

O entrevistado D2 ressalta a dificuldade de se concorrer a uma vaga logo após concluir a graduação. O mercado oferece vagas difíceis de serem preenchidas por quem não tem experiência:

Eu sofri muito para arrumar um emprego depois de formada. Tem emprego, mas às vezes não querem pagar o que a gente merece, às vezes querem carga horária absurda, querem experiência e quem começou agora não consegue. Quem mora aqui em Poa não tem muita opção também. Se vai trabalhar em um clube menor, não ganha muito. Não é um mercado que em qualquer esquina você consegue trabalhar com nutri esportiva, né.. diferente da nutri de produção. (D2)

Também existe outra possibilidade para o baixo número de profissionais no mercado, que foram levantadas pelos nutricionistas A3, A1 e E2. Para eles, os clubes e seu posicionamento quanto à valorização da profissão, podem ser os causadores da baixa oferta de vagas. Iniciamos com a fala do entrevistado A3, que por trabalhar em um clube menor, tem uma visão diferente:

Eu acho fundamental a participação do nutricionista em clubes de futebol, o trabalho da nutrição está diretamente relacionado com o desempenho do atleta. Mas existe uma questão financeira envolvida e acho que esse seja um dos principais motivos pelos quais os clubes acabam não tendo um nutricionista na equipe. (A3)

O nutricionista E2 nos relata que muitas vezes os clubes não valorizam a profissão, o que dificulta ainda mais um mercado que já não é tão aberto:

Eu acho que tem os dois lados ali, que a gente consegue participar de todas as áreas, pois entendemos um pouco de tudo, mas não somos vistos assim. O mercado não é tão aberto e acaba que, por exemplo, os clubes não valorizam tanto a profissão, isso no geral, vai desde o esporte futebol, ao esporte de natação, esgrima, outros clubes, que não tem essa visão do nutricionista. Um consultório autônomo os pacientes vão pagar mais caro, do que o valor que vai ganhar num clube. (E2)

Finalizamos com a fala do entrevistado A1, que nos levanta outro questionamento, de que talvez a classe não esteja preparada para correr atrás dos seus direitos e ocupar seus espaços. Lutar por vagas que possam existir, visto que a mídia levanta tanto a questão de saúde, emagrecimento:

A classe ainda não entendeu, eu vejo tanta gente reclamando da nutrição, as pessoas estão muito presas a estabilidade, então vejo assim, nossa: o concurso com salário de 1500 reais é um absurdo, o blogueiro tá passando a dieta errada, o personal tá indicando as coisas, mas eu vejo que as pessoas estão ocupando espaço que está desocupado, então ao invés de ficar enxergando defeito, vá atrás de ocupar esses espaços, se tem alguém que está prescrevendo uma dieta e tá fazendo uma clientela é sinal que tem um nicho ali e alguém não tá vendendo aquilo. Então vai atrás e procura, vai dar a cara a tapa. [...] Eu já fiz palestra de graça, já atendi de graça, mas no final consegui captar alguns clientes, que vinham atrás para saber se eu atendia, me indicavam para alguém, então cabe a nós ir atrás. (A1)

Baseado nos relatos acima, percebemos que o mercado é muito restrito e que muitas universidades deixam passar em branco um momento que poderia auxiliar futuramente quem deseja seguir nesse ramo. Possibilidade de trabalho existe, e a mídia pode também auxiliar, ao invés de só trazer desafios para quem atua nesse campo. As redes sociais podem ser uma aliada na divulgação de trabalhos e captação de clientes. Deste modo, passamos para a próxima categoria de análise, para entendermos qual a visão que esses profissionais do esporte têm em relação às perspectivas futuras da nutrição esportiva.

4.5 A IMPORTÂNCIA E AS PERSPECTIVAS FUTURAS DA PARTICIPAÇÃO DE NUTRICIONISTAS EM CLUBES DE FUTEBOL

Com a orientação nutricional, o atleta aumenta seu desempenho competitivo e diminui a probabilidade de lesões ou doenças. Artigos científicos têm demonstrado que os nutrientes obtidos por uma alimentação equilibrada são essenciais na formação, reparação e reconstituição de tecidos corporais, mantendo a integridade funcional e estrutural do organismo e tornando possível a prática da atividade física (McArdle, 2009). No atendimento aos atletas, e conseqüentemente aos jogadores de futebol, o planejamento dietético deve cada vez mais potencializar seu desempenho, sendo específico para cada atleta, e seguindo o ciclo de treinos e competições. A função de um nutricionista é entender a especificidade de cada esporte e criar um vínculo constante com os atletas, com objetivo de elaborar uma

reeducação alimentar, melhorar hábitos alimentares antes, durante e depois dos treinos (Hirschbruch; Carvalho, 2010).

Diante do exposto acima, é notório a importância de um nutricionista na rotina diária de um atleta profissional. Não é simplesmente passar uma dieta, mas sim coordenar e acompanhar o entorno do atleta. Nesta categoria de análise, iremos conhecer a rotina do profissional dentro do clube, suas principais funções e atividades desenvolvidas, além de se aprofundar na importância de um nutricionista no desempenho dos atletas, na percepção deles que trabalham diariamente com isso.

Iniciamos com a fala do entrevistado A3, que destaca a importância do profissional nutricionista no alto rendimento, o quanto necessário se faz um cuidado com a alimentação para um bom desempenho em treinos e competições:

Não tem como a gente não pensar, principalmente em atletas de alto rendimento, sobre a questão da alimentação, né. Tem toda função da demanda de treino, de gasto calórico, para a gente conseguir suprir as necessidades, evitar lesões, fadigas. Precisa de uma alimentação adequada. Então, eu não imagino um atleta de alto rendimento sem um acompanhamento nutricional. (A3)

Infelizmente, sabemos que nem sempre é um nutricionista que cuida dessa parte em alguns clubes de futebol. O entrevistado B1, relata como ocorre essa inserção dentro do clube, quais eram os profissionais que realizavam tais tarefas antes de ter um nutricionista contratado pelo clube:

Eu acho que o nutricionista esportivo se difere dos demais por compreender qual o momento e qual a necessidade que o atleta tem em alguns “times” específicos da sua rotina de treino, mesociclo, macrociclo, de nutrientes e de suplementação. A maior compreensão é essa. Até algum tempo atrás, era um médico e massagista que faziam tudo, então o nutricionista entra com essa expertise né, quando que tu dá determinado nutriente, quanto que tu vai dar, porque vai dar esse nutriente, antes se tinha grandes ideias: dar carboidrato para recuperar energia, dar proteína para recuperar, suplementar whey, suplementar creatina, mas eles não sabiam muito bem o porque fazer aquilo. Então, hoje, com o nutricionista esportivo na equipe, tu consegue individualizar muito mais protocolos de alimentação, periodizar essa alimentação ao longo do ano, do tempo, dependendo de cada modalidade esportiva, e também a mesma coisa com a suplementação: de colocar o nutriente certo na hora certa. (B1)

O entrevistado C2 reforça, em sua fala, a importância de ter um nutricionista inserido em qualquer modalidade esportiva, pois é uma profissão essencial nos dias atuais, principalmente para ganho de rendimento, e já está evidente na literatura que

somente o treinamento físico não é capaz de atingir bons resultados. Como afirmam Hernandez e Nahas (2009), é de conhecimento que a prática do exercício físico gera um aumento do gasto energético e das necessidades calóricas. Dessa forma, é possível afirmar que um melhor desempenho está diretamente ligado à alimentação, pois uma dieta balanceada, é essencial para a formação e reparação dos tecidos, possibilitando a continuidade dos exercícios.

Eu vejo principalmente depois da minha experiência, que é fundamental a inclusão de nutricionista presente em todas as modalidades esportivas [...], então a gente vê hoje em dia que os atletas que têm esse acompanhamento através do clube, ou através de patrocínio por fora, eles já saem na frente de atletas que não tem esse amparo né, então a gente vê que, quanto antes isso começar a funcionar, mais fácil for a aceitação do atleta para esse serviço, com certeza aparecem melhoras. (C2)

A prática regular de exercícios físicos, associada a uma alimentação equilibrada e saudável, promove benefícios fisiológicos e psicológicos mais efetivos, do que quando tratadas de forma isolada (Godoy-Izquierdo *et al.*, 2023). O equilíbrio energético é a relação entre a energia adquirida por meio da alimentação e a energia gasta através da prática de exercícios físicos. Esse equilíbrio, quando atingido, é o determinante na otimização do desempenho, modificação da composição corporal, ganho de massa muscular e perda de gordura visceral.

O nutricionista B2, ressalta a importância desse equilíbrio entre a alimentação e o gasto energético, da importância do conhecimento para uma reposição adequada das calorias perdidas durante a prática esportiva:

Eu acho que hoje em dia em qualquer esporte, ele não é 100% só preparação física, não é 100% só condicionamento físico e nem 100% só alimentação, mas acredito que seja 80%. A gente aprende que tudo, e pra qualquer tipo de esporte, a gente tem uma estratégia diferente, então a gente tem que ter esse olhar e entender uma demanda, não só energética, mas uma demanda fisiológica do exercício que é específico e suprir ele com necessidades de nutrientes, e não só de macronutrientes, mas de micronutrientes, então é um olhar muito minucioso [...] A gente não tá falando só de uma questão de performance, só de desempenho esportivo, mas a gente também tá falando de nutrientes para prevenir a lesão, para diminuir riscos de lesão, por exemplo, o futebol a gente sabe que é um esporte de alto impacto, então pra mim a nutrição ela é a chave, faz parte de um todo, ela é muito fundamental. (B2)

Os entrevistados D2 e C1 nos mostram que, além da alimentação, é papel fundamental da nutrição cuidar da hidratação, outro ponto chave que auxilia muito no desempenho do atleta. Segundo Condé e Reis (2024), muitos atletas profissionais não realizam ingestão hídrica diária adequada, que é essencial para repor o que foi perdido durante a prática esportiva. Estima-se que muitos iniciam treinamento e competições em estado de desidratação. O consumo hídrico é essencial antes, durante e após uma atividade física ou competição, para evitar um desempenho aeróbio reduzido, o que vem acarretar em uma fadiga muscular, entre outros mal estar decorrentes da desidratação (Soares *et al.*, 2020).

A alimentação, e principalmente hidratação, né. Porque assim, a gente trabalha com categoria de base, com adolescentes... crianças até adolescência. E a hidratação é o principal defeito deles, se a gente não tá perto dizendo: “toma água, cadê a água”, é horrível... e a alimentação também né, porque por eles é Mc Donalds todo dia, então a nutrição tem que estar presente principalmente para evitar lesão, ganho de massa muscular, desempenho, performance dentro de campo, agilidade, enfim.. tudo faz parte do corpo e o corpo envolve alimentação, né. (D2)

Já o nutricionista C1 reforça em sua fala sobre a importância da hidratação com a supervisão e orientação de um nutricionista: “Para performance, a nutrição é 50%, com comida e hidratação, e o resto atividade física”.

Em relação à rotina dos nutricionistas dentro dos clubes de futebol, foi observado uma semelhança entre eles, até mesmo com aqueles que atuam com categoria de base. Além disso, em dois dos clubes entrevistados, há uma divisão hierárquica entre os nutricionistas. Os clubes possuem um nutricionista coordenador, o qual é responsável pela organização das refeições, viagens, reuniões, e os auxiliares, que acabam atuando na função de execução das tarefas planejadas pelo coordenador. O acompanhamento em viagens para competições só é realizado em dois dos clubes entrevistados, e, na maioria das vezes, é só o nutricionista coordenador quem acompanha os atletas.

O Clube 3, o qual possui apenas um nutricionista, apresenta uma rotina de trabalho diferente. As viagens para competições não são acompanhadas pelo nutricionista, esse apenas organiza cardápio e faz as demais orientações pelas redes sociais de comunicação. O clube nunca deixou claro o motivo pelo qual o profissional não acompanha os atletas, como menciona o nutricionista A3:

Nos dias de jogos eu não tenho um atendimento individualizado, então quando eles estão aqui, os jogos são na cidade, eu faço acompanhamento na concentração, mas daí é do grupo. Nos dias de treino, aí eu acabo estando junto, o atendimento deles nunca acontece no mesmo momento do treino, no caso eu acabo fazendo o atendimento antes e direcionando as necessidades de cada um, e aí conforme o dia, tu vai acompanhando o treino [...]. Eu não viajo com o clube, eu faço todo cardápio, orientação, mas eu não me envolvo com viagens, então assim, eu faço esse acompanhamento via WhatsApp, pelos responsáveis pela alimentação, nutricionista do hotel [...]. O clube nunca me passou os motivos pelo qual eu não viajo com eles, aqui eu acompanho bastante, e por fora é mais por rede social que a gente acaba conversando e ajustando, é só eu de nutri no clube, não tem estagiários. (A3)

Os demais clubes possuem uma rotina de acompanhamento em treinos e viagens para competições bem semelhantes. Ambos possuem coordenadores, auxiliares e estagiários de nutrição.

Quanto às perspectivas futuras, os relatos dos entrevistados A3, B2 e A2 nos trazem boas expectativas de expansão da área. Estima-se que o setor da Nutrição Esportiva, terá um crescimento de 9,6% pelo menos até 2027, segundo a Associação Brasileira de Produtos Nutricionais (Abenutri, 2018). A nutrição, no geral, é uma área que vem ganhando destaque em diferentes campos da área da saúde. O cuidado com a alimentação e a busca por melhor qualidade de vida da população brasileira, vem gerando grande demanda desses profissionais em diversos setores, o que reflete também na área do esporte. A fala do entrevistado A3 relata exatamente o exposto acima:

A tendência é aumentar cada vez mais as oportunidades, porque está cada vez mais em evidência, né, a questão da nutrição esportiva. Justamente pela busca das pessoas, que estão mudando muito o conceito em relação à saúde. Estão praticando atividade física, melhorando a alimentação, então eu acredito que é um campo de trabalho que tem muito a crescer... a tendência é que melhore cada vez mais, acho que está em expansão o setor da nutrição esportiva. (A3)

O entrevistado B2 concorda e expressa a mesma opinião sobre o crescimento da profissão no mercado de trabalho:

Eu acho que desde que comecei a minha graduação, que foi há 4 anos atrás, já aumentou o número de nutricionista esportivo aparecendo no mercado. É uma área que está crescendo, tanto pelo número de pessoas interessadas querendo virar atleta amador, ou ter um cuidado a mais, mas também pela quantidade de suplementos que estão surgindo no mercado, tá muito exposto e as pessoas estão mais envolvidas, procurando nutricionistas esportivos por esse motivo. (B2)

Desta forma, embora a maioria dos entrevistados relataram dificuldade na oferta de vagas, baixa remuneração e poucos locais que reconhecem a importância da profissão, alguns ainda demonstram uma perspectiva positiva diante do cenário futuro para a nutrição esportiva. É notório que a busca da população por um corpo saudável vem aumentando, a mídia vem divulgando, mas é preciso que o profissional saiba se posicionar e conquistar seu lugar.

A seguir, serão apontadas as considerações finais desta tese de doutorado, baseada nos estudos e pesquisas realizadas sobre o tema até o ano de 2024. Os dados apresentados neste trabalho sustentarão as afirmações encontradas na revisão de literatura.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos resultados obtidos com os relatos dos entrevistados, constatou-se que os nutricionistas esportivos assumem a responsabilidade pela coordenação e organização do setor de alimentação e suplementação dos atletas. Acompanham em viagens, quando possível, e são responsáveis pela comunicação com o setor de refeições dos hotéis. Durante os jogos, são responsáveis por fornecer uma suplementação e hidratação adequada, que garanta um pré-jogo, uma manutenção no intervalo e um pós-jogo de recuperação muscular. Além de realizar reuniões com equipe para debater e acompanhar resultados de avaliações dos atletas. Tais percepções agregam ao objetivo geral deste trabalho, o qual busca compreender como ocorre a atuação do nutricionista esportivo em clubes de futebol.

Em virtude dessas demandas, fica evidente a importância de um nutricionista esportivo como membro de uma comissão técnica. Contribuindo para atingir resultados e ganho de rendimento através de uma alimentação correta, nos momentos certos, pré, durante e pós os jogos.

Atendendo ao objetivo específico 1.2.1 desta tese, que considerou verificar a formação e perfil dos nutricionistas esportivos, todos os entrevistados mencionaram a graduação em Nutrição, seguido de uma formação mais completa. Todos citaram possuir especialização na área, e um deles possui mestrado em Ciências da Reabilitação. Em relação ao perfil, em sua maioria são jovens recém formados, na faixa etária entre 23 a 29 anos, e três deles na faixa etária de 35 a 44 anos. A maioria dos entrevistados são do sexo feminino e somente dois do sexo masculino.

Em relação ao objetivo específico 1.2.2, que visou identificar qual o processo de inserção na nutrição esportiva, os entrevistados declararam o gosto e a prática de esportes desde a infância, além de mencionarem a influência da família na escolha pela graduação. Com base nesses resultados do estudo, compreendeu-se que a inserção na área esportiva e no futebol na maioria dos casos, dependem também das experiências vivenciadas antes e durante a graduação, que juntamente com o *network* adquirido, poderão traçar a carreira profissional.

No que concerne ao objetivo específico 1.2.3, almejando verificar quais as atividades realizadas e técnicas desenvolvidas pelos nutricionistas dentro dos clubes, pode-se inferir que as atividades vão além de coordenar a parte da alimentação. O nutricionista é responsável pela anamnese completa de todos os

atletas do clube, bem como seu acompanhamento semanal, com conversas, ajustes de dietas, prescrição de suplementação, organização de viagens, orçamentos com restaurantes e hotéis para dias de competições, palestras com os jogadores, reuniões semanais ou mensais com demais profissionais da equipe técnica, acompanhamento nos jogos, para cuidar hidratação e suplementação no pré, durante e pós-jogo. Como citado em alguns trechos das entrevistas, a função do nutricionista vai além das horas trabalhadas no clube. Os finais de semana, principalmente, é um período de muita cobrança dos nutricionistas, pois precisam acompanhar os jogos, tanto os realizados em casa como os de fora. Mesmo aqueles que não acompanham as equipes nas viagens, precisam estar disponíveis pelas redes sociais para determinar o protocolo que os jogadores devem seguir para aquele dia. Desta forma, acaba se tornando uma rotina extenuante e com poucas horas de descanso, visto que podem ser chamados a qualquer momento e a qualquer dia da semana.

No âmbito da forma de contratação pelo clube, todos os entrevistados mencionaram que possuem vínculo trabalhista de carteira assinada, seguindo as Consolidações das Leis do Trabalho (CLT). Conforme informação de um dos entrevistados, alguns clubes pequenos do estado não contratam o profissional da nutrição com vínculo trabalhista, apenas fornecem trabalho de palestras e dicas para os jogadores esporadicamente.

Relacionado ao objetivo específico 1.2.4, que tem por intuito descrever os desafios da profissão, a maioria dos nutricionistas expôs inquietações frente a disseminação diária de notícias falsas relacionadas a hábitos alimentares e dietas milagrosas, que as redes sociais proporcionam. Percebe-se um aumento de blogueiros e influenciadores que acabam exercendo a profissão de forma inapropriada, muitas vezes sem nem ter a formação na área. Atrelado a isso, surgem as desvalorizações do profissional, seja por parte das pessoas que preferem acreditar nas falsas promessas da internet, ou até mesmo pela própria comissão técnica dos clubes, que acabam não reconhecendo a importância de um nutricionista na performance dos atletas. Percebe-se certo incômodo por parte das entrevistadas, em relação ao machismo ainda presente no mundo do futebol. Os relatos mostram que elas não conseguem realizar o serviço por completo, como um homem conseguiria no lugar delas. Alguns momentos precisam até contar com

apoio de seguranças ou outros profissionais do sexo masculino, para que consigam acesso em alguns ambientes do clube.

A respeito do mercado de trabalho, os entrevistados também mencionaram como um desafio da profissão. Atualmente, ainda existem poucas vagas para atuar como nutricionista esportivo, seja em clubes ou academias. E isso acaba sendo uma barreira para muitos que se formam e gostariam de trabalhar com atletas, o que acaba migrando muitos profissionais para área clínica da nutrição. Outros aspectos a respeito das vagas e mercado de trabalho foram abordados na última categoria de análise, a respeito das perspectivas futuras da nutrição esportiva no mercado de trabalho.

Em referência ao objetivo 1.2.5, a importância da nutrição e perspectivas futuras, os entrevistados mencionaram que não existe um bom rendimento esportivo cuidando apenas da parte física com treinos, sem cuidar da alimentação. O nutricionista é a chave para melhorar o desempenho, evitar lesões e fadiga. Um equilíbrio entre treinos e alimentação/hidratação é o que faz um atleta de alta performance.

Ao finalizar, os nutricionistas trouxeram suas impressões acerca do futuro da nutrição esportiva como forma de incentivar aqueles que pretendem trabalhar na área. Segundo seus relatos, a ideia é de que o mercado de trabalho esteja em expansão. A nutrição vem ganhando destaque e público interessado em cuidar da sua saúde, através da alimentação e da atividade física. Desta forma, as perspectivas futuras são boas e espera-se que os campos de atuação nessa área comecem a ampliar suas vagas, percebendo a importância de um profissional atuando. E que os futuros graduados em nutrição possam ocupar esses espaços, fazendo com que a profissão seja mais valorizada e reconhecida.

Considerando os resultados obtidos, pode-se afirmar que todos os objetivos estipulados foram atingidos. O cenário atual do nutricionista esportivo é retratado por muitos desafios e pouca valorização do profissional perante ao mercado de trabalho. Não só dentro do futebol, mas no esporte em geral, a presença de um profissional preparado para cuidar da alimentação está sendo cada vez mais necessário. A sua importância é visível, mas ainda assim pouco respeitada. O presente estudo, retrata a realidade, muitas vezes inesperada, para que alunos e profissionais recém formados que possuem interesse nessa área de atuação, possam lidar com os desafios e dificuldades, lutando por um espaço pouco ocupado. Ser um nutricionista

de clube de futebol, pode nos remeter a uma profissão grandiosa e de reconhecimento, mas infelizmente não foi o resultado encontrado nos relatos dos entrevistados.

Perante os relatos em relação à falta de profissionais atuando na área esportiva, presume-se que a base na formação acadêmica possa estar carente de informações relacionadas à nutrição esportiva, com uma grade curricular que não ofereça o conhecimento e a prática relacionada ao esporte, gerando um despreparo por parte dos graduandos, fazendo com que eles não tenham interesse ou sintam-se inseguros para atuar futuramente neste campo. Se faz necessário a divulgação da nutrição esportiva, seja por cursos, palestras ou especializações, para que mais profissionais possam conhecer sua importância, os locais que ainda necessitam muito de nutricionistas atuando e, desta forma, lutar por esses espaços. Acreditamos que este estudo seja um caminho para ampliar a visão de estudantes e profissionais recém-formados, e despertar o interesse por uma área ainda pouco explorada e com grandes chances de crescimento no mercado de trabalho.

Este estudo apresentou limitações quanto às referências de pesquisas específicas para a nutrição aplicada ao futebol, principalmente em relação à atuação desses profissionais dentro dos clubes de futebol. Tal estudo provoca a reflexão sobre as possibilidades de atuação do nutricionista esportivo, bem como a expansão da área, para que novos profissionais possam entrar no mercado de trabalho com mais opções de emprego.

Por fim, almeja-se que esta pesquisa possa contribuir positivamente, na vida acadêmica e profissional, fornecendo informações acerca do trabalho de um nutricionista no futebol, a sua importância, e qual o caminho a ser seguido por aqueles que pretendem futuramente trabalhar nessa área. Sugere-se para novos estudos que se investigue também a visão dos atletas de futebol e de outros profissionais da comissão técnica, a respeito das suas percepções quanto ao trabalho e importância de um nutricionista no clube. Desta forma, espera-se incentivar a produção de novos estudos na área, oportunizando a participação de outros profissionais.

REFERÊNCIAS

Associação Brasileira de Empresas de Produtos Nutricionais. Abenutri na Brasil Trading fitness fair 2018. Disponível em: <http://www.abenutri.org/abenutri-na-brasil-trading-fitness-fair-2018/>

ALMEIDA-BITTENCOURT, Patrícia Afonso de; RIBEIRO, Paula Severino Azambuja; NAVES, Maria Margareth Veloso. Estratégias de atuação do nutricionista em consultoria alimentar e nutricional da família. **Revista de Nutrição**, v. 22, p. 919-927, 2009.

ALMEIDA FILHO, Naomar de. Sobre as relações entre complexidade e transdisciplinaridade em saúde. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 22, p. 22-30, 2020.

ALMEIDA, Maria Elisa Grijó; PINHO, Luiz Ventura. Adolescência, família e escolhas: Implicações na orientação profissional. **Psicologia Clínica**, v.20, n. 2, p. 173-184, 2008.

ALVES, Emilaura; ROSSI, Camila Elizandra; VASCONCELOS, Francisco de Assis Guedes de. Nutricionistas egressos da Universidade Federal de Santa Catarina: áreas de atuação, distribuição geográfica, índices de pós-graduação e de filiação aos órgãos de classe. **Revista de Nutrição**, v. 16, p. 295-304, 2003.

ALVES, Ricardo Franco; LOPES, Priscila Rita Niquini Ribeiro. Avaliação do equilíbrio hídrico de atletas de futebol pré-mirim. **Revista Brasileira de Futebol (The Brazilian Journal of Soccer Science)**, v. 14, n. 1, p. 35-47, 2021.

ALVES, Deborah; PORTELA, Felipe Augusto Sousa; COSTA, Flávia Nunes. Suplementação alimentar orientada para atletas: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 16, p. e125111638086-e125111638086, 2022.

AMARAL, Lucas Mateus Queres; CARBONÊS, Larissa Natalia; PALMA, Guilherme Henrique Dantas. Efeito do Consumo de Carboidratos no Desempenho em Esportes Coletivos: Uma Revisão Sistemática. **Publicação Eventos Científicos**, 2021.

ASSIS, Juliana Carla; CEZAR, Thais Cesar Mariotto. Importância do profissional nutricionista segundo praticantes de musculação em academias na cidade de Cascavel-Pr. **FAG JOURNAL OF HEALTH (FJH)**, v. 1, n. 1, p. 30-36, 2019.

BATISTA FILHO, Malaquias. Análise da Política de Alimentação e Nutrição no Brasil: 20 anos de história. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, 2021.

BELINI, Marcia Rodrigues Lopes; DA SILVA, Mariana; GEHRING, Liliane. Utilização de suplementos nutricionais por adolescentes praticantes de musculação em academias da cidade de Campo Mourão-PR. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 9, n. 54, p. 553-562, 2015.

BENETTI, Fábila; DAS CHAGAS, Bianca Cristina. Avaliação do consumo de suplementos alimentares por praticantes de musculação das academias do município de Tenente Portela-RS. **RBNE - Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 11, n. 63, p. 363-374, 11 jun. 2017.

CAUDURO, M. T. **Pesquisa**: a construção de um conhecimento. *In*: FERNANDES, L. F.; POSSEBON, M.; BIRK, M.; MENEZES, F. L. (org.). *Investigação em educação física e esportes: um novo olhar pela pesquisa qualitativa*, Novo Hamburgo: Feevale, 2004.

CONDÉ, João Paulo; REIS, Hamilton Henrique Teixeira. NÍVEL DE CONHECIMENTO E HÁBITOS ADOTADOS SOBRE HIDRATAÇÃO EM JOGADORES DE FUTEBOL: UMA BREVE REVISÃO. **Revista Brasileira de Futebol (The Brazilian Journal of Soccer Science)**, v. 16, n. 2, p. 20-33, 2024.

Conselho Federal de Nutricionistas. **Perfil das(os) nutricionistas no Brasil**. Disponível em: <http://pesquisa.cfn.org.br/>. Acesso em 17 de fevereiro de 2024.

Conselho Federal de Nutricionistas [Internet]. 40 anos de regulamentação da Profissão. [acesso em 05 de maio. 2022]. <http://www.cfn.org.br/novosite/conteudo.aspx?ldMenu=96>

CONDE, Simara Rufatto et al. Estudo de Cenário da Atuação de Nutricionistas nas Equipes Esportivas Profissionais do Vale do Taquari. **Vita et Sanitas**, v. 9, n. 1, p. 63-71, 2015.

CONDO, Dominique et al. Nutritional intake, sports nutrition knowledge and energy availability in female Australian rules football players. **Nutrients**, v. 11, n. 5, p. 971, 2019.

COSTA, Ismael Andrade et al. Estado de hidratação e avaliação de performance de jogadores de futebol. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 15, n. 94, p. 358-367, 2021.

DA EDUCAÇÃO SUPERIOR, INEP Censo. **Censo da Educação Superior 2013**. Brasília: Inep, 2016. Disponível em: http://download.inep.gov.br/download/superior/censo/2013/resumo_tecnico_censo_educacao_superior_2013.pdf. Acesso em 2023.

DE CASTRO, Juliana Brandão Pinto et al. Alimentação, corpo e subjetividades na educação física e na nutrição: o ranço da adiposidade e a ascensão dos músculos. **Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 11, n. 3, p. 803-824, 2016.

DOLCI, Filippo et al. Physical and energetic demand of soccer: a brief review. **Strength & Conditioning Journal**, v. 42, n. 3, p. 70-77, 2020.

DOS SANTOS SILVA, Darlyson; DA SILVA, Maria Cláudia. Análise da importância da nutrição no desempenho do atleta profissional de futebol. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 6, p. e22412642107-e22412642107, 2023.

FAGUNDES, Paula Resende; AQUINO, Magno Geraldo; DE PAULA, Alessandro Vinícius. Pré-vestibulandos: Percepção do estresse em jovens formandos do ensino médio. **Akrópolis**, v.18, n.1, p.57-69, 2010.

FERIGOLLO, Ariélen et al. Perfil antropométrico e dietético de jogadores de futebol profissional do noroeste do Rio Grande do Sul, Brasil. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 11, n. 64, p. 467-476, 2017.

FRADE, R.E.T.; STULBACH, T. A importância da atuação de nutricionista em academias e clubes. **Revista Nutrição em Pauta**, ano XVIII, n.104, set/out. 2010.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Editora Atlas, 2008.

GODOY-IZQUIERDO, Débora et al. A systematic review on exercise addiction and the disordered eating-eating disorders continuum in the competitive sport context. **International Journal of Mental Health and Addiction**, v. 21, n. 1, p. 529-561, 2023.

GOLDIM, J. R. *et al.* O processo de consentimento livre e esclarecido em pesquisa: uma nova abordagem. **Revista da Associação Médica Brasileira**, São Paulo, v. 49, n. 4, p. 372-374, out/dez. 2003.

GOMES, Bárbara Thalia; MILHOMEM, Geovana Abreu; DAVID, Miranda Gabriela Nunes. Satisfação de egressos de um Curso de Nutrição em relação ao mercado de trabalho. 30f. Artigo (Graduação). **Curso de Nutrição. Universidade Federal do Tocantins**. Palmas, 2020

HAHN, Paula Reichert; BENETTI, Fábila. Avaliação antropométrica e do consumo alimentar de jogadores de Futebol profissional. **RBNE - Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 13, n. 82, p. 879-887, ago. 2020.

HARRIS, Paul. **Criança e emoção: o desenvolvimento da compreensão psicológica**. São Paulo: Martins Fontes, 1996.

HERNANDEZ, A. J.; NAHAS, R. M. Modificações dietéticas, reposição hídrica, suplementos alimentares e drogas: comprovação de ação ergogênica e potenciais riscos para a saúde. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 15, n. 3, p. 3-12, maio/jun. 2009.

HIRSCHBRUCH, M.D.; CARVALHO, J.R. **Nutrição Esportiva: uma visão prática**. Manole. São Paulo, 2002.

HULTON, Andrew T. et al. Energy Requirements and Nutritional Strategies for Male Soccer Players: A Review and Suggestions for Practice. **Nutrients**, v. 14, n. 3, p. 657, 2022.

KAVIANI, Mojtaba et al. The effects of low-and high-glycemic index sport nutrition bars on metabolism and performance in recreational soccer players. **Nutrients**, v. 12, n. 4, p. 982, 2020.

KEEN, Rikki. Nutrition-Related Considerations in Soccer: A Review. **American journal of orthopedics** (Belle Mead, NJ), v. 47, n. 12, 2018.

LACERDA, Mariana Sudre; FIGUEIRÓ, Ronaldo. Ensino de Nutrição Esportiva no Brasil: Proposta de curso de extensão. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, p. e41710414374-e41710414374, 2021.

LOPES-SILVA, João Paulo; FRANCHINI, Emerson. Effects of Isolated and Combined Ingestion of Sodium Bicarbonate and β -Alanine on Combat Sports Athletes' Performance: A Systematic Review. **Strength & Conditioning Journal**, v. 43, n. 3, p. 101-111, 2021.

LUZ, Angélica Ramos da; BEGO, Amadeu Moura. Caminhos para a reestruturação da supervisão de estágios curriculares: proposição de um modelo teórico-prático para fundamentar a atuação de professores supervisores de ciências. **Ensaio Pesquisa em Educação em Ciências (Belo Horizonte)**, v. 24, p. e36868, 2022.

MANTOVANELI, Dener Matheus; DE SOUZA MORAIS, Mychelle Belchior; FRANKLIN, Marcelo Marques Khede; DE FREITAS CARVALHO, Mayara Medeiros. Avaliação Nutricional e de Saúde dos Jogadores de um Time de Série D de Futebol Profissional. **Revista Científica Multidisciplinar**, v. 4, n. 8, p. e483768-e483768, 2023.

MARCONDES, Nilsen Aparecida Vieira; BRISOLA, Elisa Maria Andrade. Análise Por Triangulação De Métodos: Um Referencial Para Pesquisas Qualitativas. **Revista Univap**, São José dos Campos, v. 20, n. 35, p. 201–208, 2014.

MARTINHO, Diogo V. et al. O consumo de hidratos de carbono em futebolistas masculinos: revisão sistemática e meta-análise. **Acta Portuguesa de Nutrição**, v. 27, p. 38-44, 2022.

MAXIMIANO, Cíntia Monteiro Bastos Fayer.; SANTOS, Lana Claudinez. (2017). Consumo de suplementos por praticantes de atividade física em academias de ginásticas da cidade de Sete Lagoas-MG. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v.11 n.61,p. 93-101.

MCARDLE, John J. Latent variable modeling of differences and changes with longitudinal data. **Annual Review of Psychology**, v. 60, n.1, p. 577–605, 2009.

MENDES, Renato Tavares; NETO, Abelardo Barbosa Moreira Lima. Consumo alimentar e perfil antropométrico de jogadores de categoria de base de um clube de futebol. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 16, n. 97, p. 95-106, 2022.

MOREIRA, Maria Lígia; VELHO, Lea. Pós-graduação no Brasil: da concepção "ofertista linear" para "novos modos de produção do conhecimento" implicações para

avaliação. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)**, v. 13, p. 625-645, 2008.

NEVES, Eliza Lemos Barbosa et al. Avaliação do estado nutricional. **Estudos Avançados sobre Saúde e Natureza**, 2022.

NICOLESCU, Basarab. **O Manifesto da Transdisciplinaridade**. Triom: São Paulo, 1999.

OLIVEIRA, Davi Aires. A análise de conteúdos de posts divulgados por nutricionistas esportivos na rede social Instagram. 2022, 24 páginas. **Trabalho de Conclusão de Curso** - Universidade Federal de Campina Grande, Centro de Educação e Saúde, Cuité, 2022.

DE OLIVEIRA, Elisane R. M; TORRES, Zaira M. C; VIEIRA, Regina C. V. Importância dada aos nutricionistas na prática do exercício físico pelos praticantes de musculação em academias de Maceió-AL. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 2, n. 11, p.381-389, 2008.

PEREIRA, Juliana Maria De Oliveira; CABRAL, Poliana. Avaliação dos conhecimentos básicos sobre nutrição de praticantes de musculação em uma academia da cidade de Recife. **Revista Brasileira de nutrição esportiva**, v. 1, n. 1, p. 5, 2007.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. 2º edição, Novo Hamburgo: Feevale, 2013. 277p.

RIBEIRO, Maria Flavia Marques; DE OLIVEIRA, Gislaine Alves; FARIA, Elaine Turk. Formação pedagógica de docentes e pós-graduandos no âmbito da Pós-Graduação em Fisiologia no Brasil. **Educação Por Escrito**, v. 11, n. 1, p. e32684-e32684, 2020.

RIBEIRO, Vilma; CÂNDIDO, Viviane Cristina. Contribuições de Edgar Morin para uma educação transdisciplinar em saúde. **Poliética**, v. 9, n. 2, p. 265-287, 2021.

ROZEMBERG, Laila; AVANCI, Joviana; SCHENKER, Miriam; PIRES, Thiago. Resiliência, gênero e família na adolescência. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.19, n.3, p. 673-684, 2014.

ROUTLEDGE, Harry E. et al. Training load and carbohydrate periodization practices of elite male australian football players: evidence of fueling for the work required. **International journal of sport nutrition and exercise metabolism**, v. 30, n. 4, p. 280-286, 2020.

RUFINO, Lizandra Laís. Avaliação da ingestão de macronutrientes e perfil antropométrico em atletas profissionais brasileiros de futebol. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 7, n. 37, p. 7, 2013.

SANTOS, Larissa Medeiros. O papel da família e dos pares na escolha profissional. **Psicologia em Estudo**, v.10, n.1, p. 57-66, 2005.

SILVA, Amanda Mota; GIOVANI, Adriana; MELO, Gislane Ferreira de. Análise da importância atribuída aos nutricionistas desportivos pelos administradores de academias de ginástica do distrito federal. **Rev Digital Buenos Aires**, Ano 10, nº 90, Novembro de 2005.

SILVEIRA, Juliendry Medeiros et al. Avaliação das refeições ofertadas aos atletas de categorias de base que residem em um centro de formação de um clube de futebol no Sul do Brasil. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 14, n. 86, p. 291-298, 2020.

SILVERMAN, D. **Interpretação de dados qualitativos**: métodos para análise de entrevistas, textos e interações. 1. ed. Porto Alegre: Artmed, 2009.

SOARES, Nadia Tavares; AGUIAR, Adriana Cavalcanti de. Diretrizes curriculares nacionais para os cursos de nutrição: avanços, lacunas, ambiguidades e perspectivas. **Revista de Nutrição**, v. 23, p. 895-905, 2010.

SOARES, Andreia et al. Avaliação do nível hídrico e hábitos de hidratação de jogadores de futebol. **RevSALUS**, n. Suplemento Nº 2, p. 48-48, 2020.

TELES, Isabela Santos; MEDEIROS, Juliana Fernandes Batista. A influência das redes sociais no comportamento alimentar e imagem corporal em mulheres—uma revisão de literatura. 2020.

TESSARO, Débora; SCHMIDT, Beatriz. Escolha profissional: Teoria e intervenções sistêmicas voltadas ao adolescente e à família. **Pensando famílias**, v.21, n.1, p. 92-104, 2017.

TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais**: a pesquisa qualitativa em educação. São Paulo: Atlas, 1987.

TROVA, Layra Tarifa. Treinadoras de futebol feminino: o machismo no esporte. 2020.

VASCONCELOS, Francisco de Assis Guedes de. O nutricionista no Brasil: uma análise histórica. **Revista de Nutrição**, v. 15, n. 2, p. 127-138, 2002.

VASCONCELOS, Francisco de Assis Guedes; ROSSI, Camila; COSTA Mirela. Evolução histórica do nutricionista em Santa Catarina (1980-2003). **Rev Ciênc Saúde**. 2005; 24(1/2):28-35.

VIEIRA, Sônia. **O Tamanho das Amostras nas Entrevistas Qualitativas**. 2014. Disponível em: http://soniavieira.blogspot.com/2014/01/o-tamanho-da-amostra-nas-entrevistas_18.html. Acesso em 14 junho. 2022.

VISCONDE, Mariana Silva et al. Influência da ingestão alimentar no desempenho e na composição corporal de jogadores de futebol. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 14, n. 87, p. 382-389, 2020.

YIN, R. K. **Pesquisa qualitativa do início ao fim**. 1. ed. Porto Alegre: Penso Editora, 2016.

ANEXO A - TERMO DE CONCORDÂNCIA - COMPESQ

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, FISIOTERAPIA E DANÇA
COMISSÃO DE PESQUISA**

DECLARAÇÃO

A coordenadora da COMPESQ-ESEFID vem por meio deste declarar que o projeto intitulado "**CENÁRIO DE ATUAÇÃO DOS NUTRICIONISTAS EM CLUBES DE FUTEBOL DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL**" de responsabilidade do pesquisador Prof. Dr. **ROGERIO DA CUNHA VOSER**, apresentado ao Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano PPGCMH-ESEFID/UFRGS como requisito parcial para obtenção do título de doutor da aluna **PRISCILA ANTUNES MARQUES** após avaliação realizada pela banca de qualificação do referido programa, cujo parecer consubstanciado deve ser anexado a essa declaração pelo pesquisador responsável, foi registrado como aprovado na COMPESQ-ESEFID em 16 de novembro de 2022.

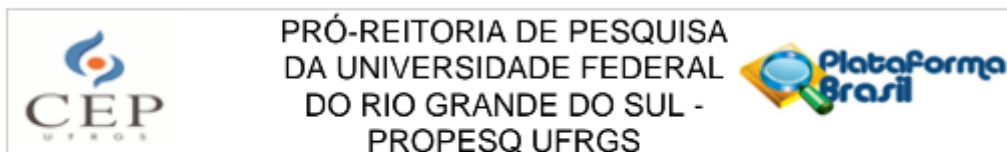
]

Porto Alegre, 16 de novembro de 2022.

A handwritten signature in blue ink, which appears to read 'Cláudia Tarragô Candotti'.

Profª Dra. Cláudia Tarragô Candotti
Coordenadora da COMPESQ-ESEFID

ANEXO B - PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: CENÁRIO DE ATUAÇÃO DOS NUTRICIONISTAS EM CLUBES DE FUTEBOL DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL

Pesquisador: Rogerio da Cunha Voser

Área Temática:

Versão: 4

CAAE: 65372322.0.0000.5347

Instituição Proponente: Escola de Educação Física da Universidade do Rio Grande do Sul

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 5.898.943

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2053308.pdf	11/02/2023 20:33:17		Aceito
Outros	Carta_Alteracoes_fev2023.pdf	11/02/2023 20:32:48	Rogerio da Cunha Voser	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	projeto_alterado_final.pdf	11/02/2023 20:32:13	Rogerio da Cunha Voser	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TERMO_PRESENCIAL.pdf	11/02/2023 20:32:00	Rogerio da Cunha Voser	Aceito
TCLE / Termos de	TERMO_REMOTO_ATUALIZADO.pdf	11/02/2023	Rogerio da Cunha	Aceito

Assentimento / Justificativa de Ausência	TERMO_REMOTO_ATUALIZADO.pdf	20:31:46	Voser	Aceito
Cronograma	4_CRONOGRAMA.pdf	23/01/2023 12:30:42	Rogerio da Cunha Voser	Aceito
Outros	anuenciafederacao.pdf	21/11/2022 20:01:17	Rogerio da Cunha Voser	Aceito
Folha de Rosto	folhaderosto.pdf	21/11/2022 19:53:18	Rogerio da Cunha Voser	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

PORTO ALEGRE, 16 de Fevereiro de 2023

Assinado por:

Patrícia Daniela Melchioris Angst
(Coordenador(a))

APÊNDICE A – ANUÊNCIA DA FEDERAÇÃO GAÚCHA DE FUTEBOL

Re: Pesquisa Científica – Doutorado – UFRGS – Priscila Antunes Marques

Luciano Hoczman <ldh@fgf.com.br>

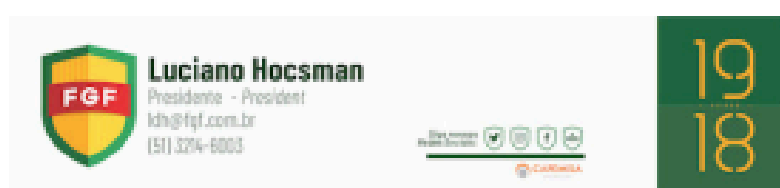
Ter, 13/09/2022 14:35

Para: Priscila Antunes <priantunes@msn.com>
Cc: Rogério Da Cunha Voser <rogerio.voser@ufrgs.br>

Prezada Priscila, bom dia

agradeço o teu email co a informação sobre teu projeto de pesquisa, não havendo óbice por parte da FGF, e espero que os nossos filiados participem do mesmo,

Att



De: Priscila Antunes <priantunes@msn.com>

Enviado: segunda-feira, 12 de setembro de 2022 19:31

Para: Luciano Hoczman

Cc: Rogério Da Cunha Voser

Assunto: Pesquisa Científica – Doutorado – UFRGS – Priscila Antunes Marques

Ilmo

Luciano Dahmer Hoczman

Presidente

Federação Gaúcha de Futebol

Ao cumprimentá-lo cordialmente, uso-me do presente e-mail para dar ciência a esta federação, da realização de pesquisa científica de Doutorado (Stricto Sensu) a ser realizada com os clubes de futebol filiados à Federação Gaúcha de Futebol.

O referido projeto de pesquisa, intitulado "Cenário de Atuação dos Nutricionistas em Clubes de Futebol do Estado do Rio Grande do Sul", será desenvolvido por esta pesquisadora que lhe escreve, orientada pelo Prof. Dr. Rogério da Cunha Voser (UFRGS), e faz parte do Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

Aproveito também para esclarecer que esta pesquisa será de participação voluntária e não obrigatória dos Clubes filiados à federação Gaúcha de Futebol, e que todos os custos financeiros serão de responsabilidade do pesquisador, não cabendo à Federação Gaúcha de Futebol qualquer tipo de responsabilidade financeira.

Este e-mail tem único objetivo de comunicar da realização da pesquisa, não implicando em nenhum tipo de vínculo e/ou de responsabilidade de qualquer natureza entre o pesquisador e a UFRGS com a Federação Gaúcha de Futebol!

Fico à disposição para quaisquer esclarecimentos ou colaborações!

APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE

BASEADO NAS DIRETRIZES CONTIDAS NA RESOLUÇÃO CNS Nº 466/12

Prezado (a) Senhor (a) _____.

O (a) senhor (a) está sendo convidado (a) a participar da pesquisa de doutorado intitulada: **Cenário de atuação de nutricionistas esportivos em clubes de futebol do estado do Rio Grande do Sul** que está sendo desenvolvida pelo Professor Dr. Rogério da Cunha Voser – como professor responsável– e pela pesquisadora Priscila Antunes Marques, aluna de doutorado do Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

O objetivo principal do estudo é descrever o real cenário profissional do nutricionista esportivo em clubes de futebol Brasileiro. A finalidade deste trabalho é analisar a atuação e presença de nutricionistas em clubes de futebol, visto que ainda é uma área com baixo número de profissionais atuando, e é considerado um campo de atuação em ascensão atualmente, necessitando a presença de profissionais nutricionistas especializados.

Solicitamos a sua colaboração para uma entrevista semiestruturada, sendo esta entrevista gravada pela pesquisadora com duração média de noventa minutos, o (a) senhor (a) terá acesso à transcrição da entrevista para sua posterior validação, através do seu e-mail, sendo solicitada a sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicar em revista científica nacional e/ou internacional. Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo absoluto.

A entrevista é composta por 5 questões iniciais referentes a dados do profissional e sua formação acadêmica. E um segundo momento relacionado à sua atuação como nutricionista dentro do clube, referente a rotina, categorias que atende, atividades desenvolvidas e parcerias com outros profissionais.

A entrevista poderá ser realizada de forma presencial ou virtual/remota. Para aqueles que preferirem a forma virtual (questionário ou formulário de entrevista), será apresentado o Registro/Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para a sua anuência (Carta Circular n.º 1/2021- CONEP/SECNS/MS, item 1.2.1). A gravação da mesma ocorrerá com o consentimento do participante, a fim de terem sua privacidade respeitada; de terem garantida a confidencialidade das informações pessoais; e de decidirem, dentre as informações que forneceram, quais podem ser tratadas de forma pública, devendo optar pelas opções abaixo:

() “sim, autorizo a divulgação da minha imagem e/ou voz”

() “não, não autorizo a divulgação da minha imagem e/ou voz”

Informamos que essa pesquisa pode apresentar alguma inibição frente aos questionamentos, cabendo ao pesquisador responsável tornar o ambiente tranquilo e agradável, a fim de minimizar o risco de constrangimento que você possa estar sentindo. Os benefícios da sua participação refletem em um possível conhecimento da realidade do nutricionista esportivo nos clubes de futebol, não só para profissionais que pretendem trabalhar nesse campo de atuação, bem como para estudantes que estão conhecendo as áreas da nutrição.

A sua participação na pesquisa não acarretará custos diretos ou indiretos, bem como nenhum tipo de remuneração aos participantes. É da responsabilidade do pesquisador o armazenamento adequado dos dados coletados, bem como os procedimentos para assegurar o sigilo e a confidencialidade das informações do participante da pesquisa. Os dados serão armazenados em local seguro por pelo menos 5 anos, sob responsabilidade do pesquisador principal, podendo ser acessado a qualquer momento pelo participante, sempre que for solicitado.

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, o(a) senhor(a) não é obrigado (a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pela pesquisadora. Além dos riscos morais, também existem riscos característicos de

ambiente virtual, bem como perdas e violações de dados, não podendo assegurar total confidencialidade dos dados armazenados. (Carta Circular n.º 1/2021-CONEP/SECNS/MS, item 1.2.1) e Ofício Circular nº 2/2021/CONEP/SECNS/MS. A assinatura deste termo não exclui a possibilidade do participante buscar indenização diante de eventuais danos decorrentes de sua participação na pesquisa.

Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano, nem haverá modificação na assistência que vem recebendo na Instituição (se for o caso). Os pesquisadores estarão a sua disposição para qualquer esclarecimento que considerem necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Prof. Dr. Rogério da Cunha Voser

Pesquisador(a) Responsável

Assinatura do Participante

Considerando, que fui informado(a) dos objetivos e da relevância do estudo proposto, de como será minha participação, dos procedimentos e riscos decorrentes deste estudo, declaro o meu consentimento em participar da pesquisa, como também concordo que os dados obtidos na investigação sejam utilizados para fins científicos (divulgação em eventos e publicações). Estou ciente que receberei uma via desse documento.

(Cidade), _____ de _____ de _____

Assinatura do Participante

Caso tiver alguma dúvida, entrar em contato com o pesquisador responsável, Prof. Dr. Rogério da Cunha Voser, pelo fone +55 51 3308-5876 e com a pesquisadora Priscila Antunes Marques, pelo fone +55 51 992397478.

O projeto foi avaliado pelo CEP-UFRGS, órgão colegiado, de caráter consultivo, deliberativo e educativo, cuja finalidade é avaliar – emitir parecer e acompanhar os projetos de pesquisa envolvendo seres humanos, em seus aspectos éticos e metodológicos, realizados no âmbito da instituição." Meios de contato com o CEP UFRGS: Av. Paulo Gama, 110, Sala 311, Prédio Anexo I da Reitoria - Campus Centro, Porto Alegre/RS - CEP: 90040-060. Fone: +55 51 3308 3787 E-mail: etica@propeq.ufrgs.br Horário de Funcionamento: de segunda a sexta, das 08:00 às 12:00 e das 13:30 às 17:30h.

APÊNDICE C – DADOS DE IDENTIFICAÇÃO DO ENTREVISTADO

(Para controle dos pesquisadores)

DADOS DE IDENTIFICAÇÃO	
NUTRICIONISTA A	
IDADE: _____	LOCAL DE NASCIMENTO: _____ ESTADO CIVIL: _____
FORMAÇÃO	
FORMAÇÃO PROFISSIONAL: ACADÊMICA: _____	FORMAÇÃO _____
INSTITUIÇÃO DE FORMAÇÃO: FORMAÇÃO: _____	INSTITUIÇÃO DE _____
ANO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL ACADÊMICA: _____	ANO DE FORMAÇÃO _____
ATUAÇÃO PROFISSIONAL	
ANOS DE EXPERIÊNCIA NA ÁREA DA NUTRIÇÃO ESPORTIVA: _____	
CLUBE ATUAL: _____	
QUANTO TEMPO ATUA NO CLUBE ATUAL: _____	
CATEGORIAS QUE ATUA NO MOMENTO: _____	
DATA DA ENTREVISTA: _____	
LOCAL DA ENTREVISTA: _____	

APÊNDICE D – ROTEIRO DE ENTREVISTA

- 1) Para iniciar a conversa, conte-me como foi a sua inserção na nutrição e na área da nutrição esportiva
- 2) Na sua percepção, qual a importância do nutricionista no desempenho dos atletas?
- 3) Você trabalha com a equipe profissional ou categoria de base?
- 4) Existe diferença entre o atendimento dos profissionais e dos atletas de categoria de base?
- 5) Como funciona o atendimento nos dias de treinos e dias de jogos?
- 6) O (a) nutricionista, acompanha as viagens para competição das equipes?
- 7) O clube fornece cursos de especialização na área? E/ou exige que o profissional tenha uma formação especializada na nutrição esportiva?
- 8) Quais avaliações nutricionais você realiza com os atletas?
- 9) Você trabalha juntamente com outra equipe de profissionais (fisioterapeuta, preparador físico)?
- 10) Você atua no clube quais dias da semana?
- 11) As informações obtidas pelo setor de nutrição, são compartilhadas com os atletas ou outro departamento do clube?
- 12) Quais as dificuldades encontradas no setor da nutrição dentro do clube?
- 13) Qual a sua opinião sobre o mercado de trabalho do profissional nutricionista esportivo?
- 14) Teria alguma ideia sobre o baixo número de profissionais atuando nessa área?
- 15) Durante a sua formação acadêmica, teve cadeiras ou estágio relacionado à nutrição esportiva?
- 16) O que te levou a querer exercer essa profissão?
- 17) Já teve alguma ligação com esportes ou clubes de futebol antes de entrar como nutricionista?
- 18) Mais alguma informação que considere importante?

APÊNDICE E – MATRIZ DE ANÁLISE

Dimensão	Subdimensão		Indicadores	Informações
O profissional	Biografia		Idade, local de nascimento, ano de formação	Perfil pessoal
	Formação		Nível de formação acadêmica; Especialização Experiência Profissional	Perfil profissional
	Ingresso e atuação		Tempo de atuação no futebol; Forma de ingresso no clube	Forma como ingressa na instituição
O clube	Atuação	Tarefas Realizadas	Condiciona as atividades; Demandas de trabalho	Rotina de treinos; Organização de cardápios e viagens; Suplementação;
		Avaliações Realizadas	Conhecimento dos atletas; Acompanhamento de evoluções; Estratégias de rendimento	Anamnese nutricional; Avaliação antropométrica; Exames bioquímicos.
		Profissionais atendidos	Categoria de base; Atletas profissionais;	Atendimentos individualizados; Palestras em grupos; Mudanças de hábitos alimentares
	Interação Profissional/Atletas	Informações compartilhadas	Resultados antropométricos; Marcadores Bioquímicos	Feedback mensais; retorno em consultas individuais; gráficos de evolução.