

Avaliação nutricional de meninos de 5 a 17 anos participantes de categorias de base de futebol em Cachoeirinha: um projeto de extensão

Bruna Einsfeld
Gabriela Flores Martins
Maiara da Silva
Tania Diniz Machado
Roberta Dalle Molle

Resumo: Introdução: De acordo com a literatura, crianças assistidas por projetos esportivos na comunidade demonstram maior autoconceito e auto percepção de aceitação social comparadas às crianças não participantes desse tipo de projeto. O menor acesso a oportunidades culturais, esportivas e econômicas pode fazer com que as crianças introjetem uma visão negativa de si mesmos e, programas esportivos que promovam a saúde são atividades importantes para a promoção do desenvolvimento adequado das crianças. Portanto, atividades que incentivem a realização da prática de esportes ao ar livre por crianças e adolescentes da comunidade devem ser estimuladas por proporcionar promoção de saúde, melhor qualidade de vida, e, indiretamente, influenciar o desenvolvimento regional ao melhorar a inserção social e o autoconceito dos jovens participantes. Nosso intuito é fomentar essas atividades participando ativamente do projeto das categorias de base do Esporte Clube Cruzeiro contribuindo, inicialmente, com o entendimento da situação nutricional dos participantes. Objetivos: O projeto de extensão em desenvolvimento tem como objetivo geral avaliar o estado nutricional de meninos de 5 a 17 anos participantes das categorias de base do Esporte Clube Cruzeiro de Cachoeirinha. Dessa forma, além de contribuir com o entendimento da situação de saúde dos participantes das categorias de base por meio do diagnóstico nutricional, será oportunizado aos alunos do curso de nutrição a vivência prática da realização de avaliações nutricionais. Métodos: O projeto se encontra em andamento e os atletas das categorias de base do Esporte Clube Cruzeiro estão sendo avaliados antes dos treinos. Uma ficha com dados pessoais está sendo preenchida para cada participante, na qual são anexados os dados da avaliação nutricional e a auto avaliação do estágio de maturação sexual. A situação nutricional está sendo diagnosticada por meio da obtenção das seguintes medidas: peso (kg), estatura (m), circunferência da cintura e do braço (cm), e dobras cutâneas do tríceps e subescapular. As medidas de peso e estatura serão utilizadas para cálculo do índice de massa corporal (IMC) e a classificação será realizada conforme as curvas da Organização Mundial da Saúde. As medidas das dobras cutâneas serão utilizadas para cálculo do percentual de gordura corporal utilizando fórmulas

específicas conforme estágio de maturação, sexo e raça. A ingestão alimentar está sendo avaliada por meio da aplicação dos marcadores de consumo alimentar do Ministério da Saúde. Resultados e conclusão: A coleta dos dados para a realização da avaliação nutricional está em andamento e, após o término e levantamento da situação nutricional dos participantes, os resultados serão apresentados em reunião(s) agendada(s) pela coordenação do projeto com a direção do clube, pais/responsáveis e participantes. Pretende-se trabalhar em conjunto com os treinadores para que os participantes que tiverem diagnósticos insatisfatórios recebam orientações que possam ajudá-los a melhorar seu desempenho e qualidade de vida.

Palavras-chave: Avaliação nutricional; Atletas; Crianças; Adolescentes; Promoção da saúde.