

NUTRIÇÃO ESPORTIVA COMO COMPONENTE CURRICULAR NOS CURSOS DE NUTRIÇÃO E EDUCAÇÃO FÍSICA DA REGIÃO NORTE DO BRASILThais Rayara dos Santos Mendonça¹, Jessica Regina Perin²
Ana Paula dos Santos Rodrigues³, Tatienne Neder Figueira da Costa⁴**RESUMO**

A prática de exercício físico e alimentação saudável com a finalidade de melhorar o desempenho esportivo tem crescido e junto a necessidade por profissionais devidamente capacitados a atuar nessa área. Assim, a inclusão da disciplina Nutrição no Esporte na matriz curricular dos cursos de Graduação em Nutrição e Educação Física faz-se necessária. Este estudo objetivou caracterizar a disciplina de Nutrição no Esporte nos cursos de Graduação em Nutrição e Educação Física da Região Norte do Brasil. Foram avaliados somente os cursos das Instituições de Ensino Superior (IES) reconhecidas pelo Ministério da Educação. As Instituições foram selecionadas através da Base de Dados do Sistema de Regulação do Ensino Superior – Sistema e-MEC, considerando-se a presença ou não da disciplina Nutrição Esportiva e sua caracterização como denominação; natureza (obrigatória ou optativa); carga horária e período ministrado. A maioria dos cursos de Nutrição (88,9%) oferta a disciplina, percentual maior que nos cursos de Educação Física (56,5%). Comportamento similar foi observado em relação à natureza de sua ofertada, sendo obrigatória em 88,2% dos cursos de Nutrição e 77,0% na Educação Física. Ambos os cursos apresentaram ampla variabilidade no período de oferta, bem como em sua carga horária total (maior na Educação Física) e sua subdivisão entre teórica e prática. Conclui-se que há diferenças intra e inter-cursos consideráveis em relação à disciplina de Nutrição Esportiva e que demandam uma avaliação qualitativa a fim de investigar seu impacto no processo de ensino-aprendizagem e consequente capacitação nesta área.

Palavras-chave: Currículo. Ensino. Nutrição. Exercício.

1-Programa de pós-graduação em Nutrição Clínica e Esportiva, Centro de Estudos de Enfermagem e Nutrição (CEEN), Goiânia-GO, Brasil.

2-Programa de pós-graduação em Saúde da Família e Comunidade, Centro Universitário Luterano de Palmas, (CEULP-ULBRA), Palmas-TO, Brasil.

ABSTRACT

Sports nutrition as curricular component in the nutrition and physical education courses of the northern region of Brazil

The practice of physical exercise and healthy eating for the purpose of improving sports performance has grown and along with the need for professionals duly trained to work in this area. Thus, the inclusion of the discipline Nutrition in Sport in the curricular matrix of the undergraduate courses in Nutrition and Physical Education is necessary. This study aimed to characterize the discipline of Nutrition in Sport in the Nutrition and Physical Education Undergraduate courses of the Northern Region of Brazil. Only the courses of Higher Education Institutions (IES) recognized by the Ministry of Education were evaluated. The Institutions were selected through the Database of the System of Regulation of Higher Education - e-MEC System, considering the presence or not of the discipline Sports Nutrition and its characterization as denomination; nature (compulsory or optional); workload and time period. Most Nutrition courses (88.9%) offer the discipline, a higher percentage than in the Physical Education courses (56.5%). Similar behavior was observed in relation to the nature of its offer, being compulsory in 88.2% of Nutrition courses and 77.0% in Physical Education. Both courses presented wide variability in the period of supply, as well as in their total workload (higher in Physical Education) and its subdivision between theory and practice. It is concluded that there are considerable intra- and inter-course differences in relation to the discipline of Sports Nutrition and that require a qualitative evaluation in order to investigate its impact on the teaching-learning process and consequent capacity building in this area.

Key words: Curriculum. Teaching. Nutrition. Exercise.

3-Secretaria de Saúde do Estado de Goiás, Goiânia-GO, Brasil.

4-Universidade de São Paulo (USP), São Paulo-SP, Brasil.

INTRODUÇÃO

A procura por uma melhor qualidade de vida dos indivíduos que praticam exercício físico é uma façanha sociocultural de vários significados em um mundo globalizado em que o assunto sobre corpo invade dimensões variadas e complexas (Freitas e colaboradores, 2007).

Nesse cenário, o Brasil, por exemplo, ocupa o segundo lugar no ranking mundial em número de academias, perdendo apenas para os Estados Unidos, segundo dados da International Health, Racquet e Sportsclub Association (IHRSA, 2016).

Ainda, com a realização de importantes eventos esportivos no país, como foi a Copa do Mundo, em 2014 e as Olimpíadas e Paraolímpicas, em 2016, considerados incentivadores à prática esportiva, há uma emergente necessidade por profissionais devidamente capacitados a atuar nessa área.

Apesar de o Conselho Federal de Nutricionistas (CFN), através de sua Resolução CFN Nº600, 2018, reconhecer a Nutrição em Esportes como uma das áreas de atuação, o número de profissionais atuantes ainda é pouco expressivo. Dados obtidos do CFN em 2016 em parceria com o Ministério do Desenvolvimento Social (MDS) e a Universidade Federal de Ouro Preto acerca da inserção profissional dos nutricionistas brasileiros demonstram que apenas 2,5% dos nutricionistas atuam na área de Nutrição Esportiva (CFN, 2018).

Embora os profissionais de educação física eticamente não possam prescrever dietas, é fundamental que eles tenham um conhecimento satisfatório em nutrição já que a alimentação está intimamente associada aos resultados advindos de um programa de exercício físico, além de esses profissionais serem os principais disseminadores diretos de informações para o público ativo.

Nesse sentido, Nascimento e colaboradores (2013) observaram que 65% dos instrutores de uma academia em Aracaju relataram dar orientação nutricional aos seus alunos e que 59,7% dos participantes responderam corretamente às questões sobre conhecimento nutricional.

No entanto, os instrutores de forma geral tiveram maiores percentuais de acerto nas questões relacionadas à Nutrição geral, do que Nutrição esportiva. Segundo os autores, tais resultados podem ser decorrentes da não

realização de cursos ou disciplinas na área de nutrição esportiva na graduação.

Ambos os cursos de Nutrição e Educação Física são considerados da área da saúde e que segundo suas Diretrizes Curriculares Nacionais - DCNs (Resolução CNE/CES Nº 5/2001; Resolução CNE/CES Nº 7/2004) apresentam um perfil profissional semelhante, que caracteriza-se por ser generalista, humanista e crítico.

Além disso, as DCNs descrevem as competências que cabe a cada profissional desenvolver e nesse sentido os dois profissionais possuem semelhanças em sua formação, pois devem desenvolver habilidades de promoção da saúde.

Tendo em vista que a procura pela prática de exercício físico e alimentação saudável com a finalidade de melhor desempenho esportivo têm crescido entre os praticantes, e considerando que isso gera uma crescente demanda por profissionais devidamente capacitados, percebe-se a necessidade da disciplina Nutrição no Esporte ser integrante da matriz curricular das Instituições de Ensino Superior (IES) em ambos os cursos de Graduação em Nutrição e Educação Física.

Dessa forma, o objetivo desse estudo foi caracterizar o perfil de oferta da disciplina de Nutrição no Esporte nos cursos de Graduação em Nutrição e Educação Física da Região Norte do Brasil.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo realizado entre os meses de julho e agosto do ano de 2015. Adotou-se como critério de inclusão os cursos presenciais ou de educação à distância de Graduação em Nutrição (bacharelado) e Educação Física (bacharelado e licenciatura) das IES reconhecidas pelo Ministério da Educação (MEC), dos sete estados que compõem a Região Norte do Brasil, sendo eles o Acre (AC), Amapá (AP), Amazonas (AM), Pará (PA), Rondônia (RO), Roraima (RR) e Tocantins (TO).

A relação das instituições foi obtida através da Base de Dados do Sistema de Regulação do Ensino Superior – Sistema e-MEC do Ministério da Educação disponível na Rede Mundial de Computadores. Foram consideradas IES as Universidades, Centros Universitários e Faculdades, Estatais e Particulares. Das IES registradas, foram

excluídas as que se encontravam em extinção pelo sistema e-Mec.

Posteriormente realizou-se a busca da matriz curricular atualizada de cada curso, disponível nos sítios eletrônicos oficiais das IES. Nos casos onde ela não foi encontrada no site oficial da respectiva IES, adotou-se como critério a consulta do Projeto Pedagógico de Curso (PPC). Foram excluídas do estudo as instituições que não atendessem a esses critérios e/ou cujo curso a ser avaliado não fosse localizado no site da mesma.

Para a avaliação considerou-se a presença ou não da disciplina Nutrição em Esportes no curso; sua denominação; natureza (obrigatória ou optativa); carga horária (total, teórica e prática) e período ministrado. As variáveis foram analisadas em nível regional e interestadual, separadas por curso (Nutrição e Educação Física).

No tratamento estatístico realizado pelo programa Microsoft Office Excel 2010 utilizou-se Frequência Absoluta e Relativa, Moda, Amplitude, Médias e Desvio-padrão.

RESULTADOS

Constam na Região Norte do Brasil 23 cursos de graduação em Nutrição cadastrados no Sistema e-MEC, porém apenas 18 foram incluídos na análise, por atenderem os critérios pré-estabelecidos. O estado com a maior concentração de cursos foi o Amazonas (n=6), ao passo que o estado de Roraima não possui nenhum curso de Nutrição (Tabela 1).

Em relação aos cursos de Educação Física, foram encontrados 59 cursos cadastrados no e-MEC, no entanto apenas 46 foram incluídos no estudo. Semelhante à Nutrição, o estado do Amazonas concentra o maior número de cursos de Educação Física (n=13) e o estado de Roraima a menor quantidade (n=2) (Tabela 2).

Do total de cursos de Nutrição, apenas 22,2% são ofertados por IES públicas. Constatou-se que a maioria (88,9%) contém em sua matriz curricular uma disciplina de Nutrição no Esporte. Diferente das demais, uma IES no estado do Pará oferta além da disciplina, um estágio supervisionado em Nutrição no Esporte. O Amazonas é o estado com maior número de instituições (n=5) que ofertam tal disciplina, ao passo que os estados do Acre (n=1) e Tocantins (n=1) possuem o menor número.

Embora o número de cursos de Educação Física ofertado por IES públicas

seja superior (30,4%) aos de Nutrição (22,2%), ainda assim eles representam um percentual muito menor quando comparado à quantidade oferecida por instituições privadas.

Do total de cursos avaliados (n=46), 30 são com formação em Licenciatura e 16 em Bacharelado, conforme demonstrado na tabela 2. Do total, 56,5% apresenta alguma disciplina relacionada à nutrição, sendo a maioria concentrada nos cursos de Bacharelado (81,2%). Os estados do Amazonas (n=4) e Rondônia (n=4) apresentam o maior número de IES que têm a disciplina e os estados do Amapá (n=1) e Roraima (n=1) o menor número.

Tabela 1 - Distribuição dos cursos de graduação em Nutrição (n=18) por estado da Região Norte do Brasil.

Estado	n	%
Acre	1	5,5
Amapá	2	11,1
Amazonas	6	33,4
Pará	5	27,8
Rondônia	3	16,7
Roraima	0	0,0
Tocantins	1	5,5
Total	18	100,0

Tabela 2 - Distribuição dos cursos de Licenciatura e Bacharelado em Educação Física, por estado da Região Norte do Brasil (n=46).

Estado	Licenciatura	Bacharelado	Nº total de cursos	
Acre	3 10%	1 6,2%	4	8,7%
Amapá	3 10%	1 6,2%	4	8,7%
Amazonas	6 20%	5 31,2%	11	24%
Pará	5 16,7%	3 18,8%	8	17,4%
Rondônia	4 13,3%	4 25%	8	17,4%
Roraima	2 6,7%	0 0,0%	2	4,3%
Tocantins	7 23,3%	2 12,6%	9	19,5%
Total	30 100,0%	16 100,0%	46	100,0%

As denominações dadas à disciplina variaram dentro e entre os cursos de Graduação avaliados, tendo como palavras-chave: Atividade Física, Desportiva, Educação Física, Esporte, Exercício Físico e Nutrição.

Dentre os cursos de Nutrição que possuem a disciplina avaliada (n=16), 88,2% possuem natureza obrigatória, sendo ofertadas entre 3º (terceiro) e 8º (oitavo) período, predominando o 6º período (62,5%). Em relação à carga horária total (CHT), considerou-se para a análise somente as disciplinas, desconsiderando, portanto, estágio

supervisionado. Pôde-se observar uma ampla variabilidade da CHT nas IES dos diferentes estados, variando de 30 a 80 horas, prevalecendo 40 horas (n=5). A maior e a menor carga horária foram atribuídas, respectivamente, ao estado do Pará e Amapá (Tabela 3).

No diz que respeito à disciplina avaliada nos cursos de Educação Física (n=26), 77,0% delas possuem natureza obrigatória, sendo ofertadas entre 2º (segundo) e 8º (oitavo) período, prevalecendo o 8º período (23,0%). A CHT variou de 30 a 80 horas, sendo 60 horas a mais frequente (n=10). Os estados que apresentaram a maior e a menor CHT para a disciplina foram, respectivamente, Roraima e Acre. Interessantemente, a CHT geral do curso de Educação Física foi maior quando comparada à Nutrição (Tabela 3).

Tabela 3 - Carga horária total da disciplina de Nutrição relacionada ao Esporte nos cursos de Graduação em Nutrição (n=16) e Educação Física (n=26), por estado da Região Norte do Brasil.

Estado	Nutrição		Educação Física	
	Carga Horária Total		Carga Horária Total	
	Média	DP	Média	DP
Acre	45,0	*	45,0	21,2
Amapá	42,0	2,8	60,0	*
Amazonas	52,4	22,1	56,1	9,8
Pará	75,0	10	50,0	11,5
Rondônia	46,7	11,5	60,7	16,6
Roraima	-	-	72,0	*
Tocantins	30,0	*	65,6	5,3
Geral	48,5	11,6	58,5	12,9

Legenda: DP: Desvio-padrão; * Amostra única; - Ausência do curso nesse estado.

Tabela 4 - Carga horária teórica e prática dos cursos de graduação em Nutrição (n=16) e Educação Física (n=26) por estado da Região Norte do Brasil.

	Nutrição				Educação Física			
	CH teórica		CH prática		CH teórica		CH prática	
	Média	DP	Média	DP	Média	DP	Média	DP
Acre	-	-	-	-	35,0	7,0	10,0	14,1
Amapá	22,0	*	22,0	*	60,0	*	0	*
Amazonas	34,0	4,8	11,0	17,0	61,0	3,5	0	0
Pará	53,0	23	20,0	20,0	53,0	11,5	0	0
Rondônia	40,0	0	6,0	11,5	56,0	15,3	0	0
Roraima	-	-	-	-	54,0	*	18,0	*
Tocantins	15,0	*	15,0	*	62,0	6,0	4,0	8,0
Geral	35,0	18,3	12,0	14,3	56,0	11,3	3,0	6,5

Legenda: CH: Carga Horária; DP: Desvio-padrão; * Amostra única; - Ausência de dados.

Quando verificada a carga horária teórica e prática nos cursos de Nutrição, pôde-se observar que o estado do Pará apresenta a maior carga horária teórica, ao passo que o estado do Amapá obteve a maior carga horária prática. Para a Educação Física, o Tocantins foi o estado com a maior carga horária teórica e Roraima com a maior carga horária prática (Tabela 4).

DISCUSSÃO

Os dados do presente estudo demonstraram que a maioria dos cursos de Graduação em Nutrição e Educação Física da Região Norte do Brasil estão concentrados no Estado do Amazonas, ao passo que o estado de Roraima possui o menor número de cursos de Educação Física e não apresenta curso de Nutrição.

É consenso no ambiente esportivo que para a otimização atlética, além do treinamento e condicionamento físico, estratégias nutricionais adequadas são de suma importância (Biesek, Alves e Guerra, 2005).

Nesse sentido, o espaço para a atuação do nutricionista em esportes vem se fortalecendo e ampliando a cada dia. Nota-se a responsabilidade das IES em promover uma boa formação profissional, tornando-os aptos a atuarem nesta área da Nutrição, por meio da oferta de disciplinas voltadas ao esporte.

No presente estudo, foi encontrado que 88,9% das IES que ofertam o curso de Nutrição têm a disciplina de Nutrição no Esporte, sendo que a maioria possui natureza obrigatória, achados que corroboram com dados não publicados de nosso grupo, realizados na Região Centro-Oeste e DF do

Brasil, que também demonstram maior proporção de cursos com oferta desta disciplina e de modo obrigatório.

De maneira similar, um achado de uma pesquisa realizada pelo CRN-2 (2012), observou que 87% dos cursos de Nutrição de IES do estado do Rio Grande do Sul têm a disciplina de nutrição relacionada ao esporte. Tais achados demonstram a preocupação das IES em atender e especialmente capacitar os futuros nutricionistas em suas diferentes áreas de atuação profissional.

Interessantemente, um dos cursos de Nutrição no estado do Pará contém em sua matriz curricular além da disciplina, um estágio supervisionado em Nutrição no Esporte com carga horária prática de 200 horas. A Resolução CNE/CES nº 5, de 7 de novembro de 2001 que institui as DCNs do Curso de Graduação em Nutrição não estabelece a disciplina e nem estágio supervisionado na área de Nutrição no Esporte como obrigatórios, no entanto, deve-se considerar que essa área de atuação profissional teve grande crescimento na última década, fato que exige uma melhor capacitação desde a graduação e uma possibilidade de o estudante vivenciar a prática esportiva, que poderia ser alcançada através de um estágio supervisionado.

Com relação aos cursos de Educação Física, 56,5% das instituições possui a disciplina avaliada em sua matriz curricular, dado semelhante ao encontrado em nosso estudo conduzido na Região Centro-Oeste e DF do Brasil (dados ainda não publicados).

Tal resultado demonstra a necessidade emergente de as IES incluírem nesses cursos a disciplina de nutrição esportiva, uma vez que no ambiente esportivo, muitas vezes o profissional de Educação Física tem um contato mais direto e frequente com o frequentador de academia e que embora não seja de sua competência profissional a prescrição dietética, ele pode ser um veículo de disseminação de informações básicas sobre nutrição, que devem ter um embasamento científico.

A carga horária total da disciplina nos cursos de Nutrição variou entre 30 a 80 horas, prevalecendo 40 horas, resultado semelhante à CHT de 30 horas encontrada no estudo do CRN-2 (2012). Não existe regulamentação que estabeleça uma carga horária total, teórica e prática mínimas, o que justifica os resultados variados entre os estudos, já que há uma flexibilidade considerável em alguns aspectos

na elaboração dos Planos Pedagógicos dos Cursos (PPCs).

Comportamento similar foi encontrado em relação à CHT da disciplina nos cursos de Educação Física. Observou-se ainda que a média da CHT foi maior nos cursos de Educação Física do que na Nutrição. No entanto, quanto essa diferença de carga horária impacta na qualidade da formação profissional nesta área? Essa é uma questão complexa de ser respondida, uma vez que existem outras variáveis sobre o perfil de oferta de tal disciplina que também desempenham papel determinante no processo de ensino-aprendizagem.

Tal complexidade pode ser exemplificada quando se observa que embora os cursos de Nutrição tenham uma CHT média menor que na Educação Física, o número de horas destinadas à prática é maior na Nutrição quando comparado ao outro curso.

Nesse sentido, é notória a importância de estudos destinados a avaliar qualitativamente o perfil de oferta de tal disciplina dentro do mesmo curso, mas entre as diferentes IES, bem como entre os cursos de Nutrição e Educação Física, a fim de entender o impacto que cada variável exerce no processo de ensino-aprendizagem, e assim propiciar uma melhor capacitação profissional na área esportiva.

CONCLUSÃO

Conclui-se com esse estudo que há diferenças intra e inter-cursos consideráveis em relação à disciplina de Nutrição Esportiva ofertada na Região Norte do Brasil e que demandam uma avaliação qualitativa a fim de investigar seu impacto no processo de ensino-aprendizagem e conseqüente capacitação nesta área.

REFERÊNCIAS

- 1-Biesek, S.; Alves, L.A.; Guerra, I. Estratégias de Nutrição e Suplementação no Esporte. Manole. 2005. p. 506.
- 2-Conselho Federal de Nutricionistas. Inserção Profissional dos Nutricionistas no Brasil. CFN. Brasília. 2018.
- 3-Conselho Regional de Nutricionistas. 2ª Região. Nutrição na Prática Esportiva. Revista CRN 2. Vol. 28. 2012.

4-Freitas, S.M.; Santiago, S.; Viana, T.; Leão, A.C.; Freyre, C. Aspectos motivacionais que influenciam a adesão e manutenção de idosos a programas de exercícios físicos. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*. Florianópolis. Vol. 9. Num. 1. 2007. p. 92-100.

5-IHRSA Global Report. Global Health Club Industry Posts Growth. International Health, Racquet & Sports club Association. p.21-26. 2016.

6-Nascimento, M.V.S.; Raposo, O.F.F.; Brito, C.J.; Mendes Netto, R.S.; Conhecimento em nutrição de instrutores de musculação do município de Aracaju-SE. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. Vol. 35. Num. 4. 2013. p. 1051-1070.

7-Resolução CFN Nº 600, de 25 de fevereiro de 2018. Conselho Federal de Nutricionistas. Dispõe sobre a definição das áreas de atuação do nutricionista e suas atribuições, estabelece parâmetros numéricos de referência, por área de atuação, e dá outras providências. Brasília-DF. 2018.

8-Resolução CNE/CES Nº 5, de 07 de novembro de 2001. Diretrizes Curriculares Nacionais para o Curso de Graduação em Nutrição. Brasília-DF. Ministério da Educação. 2001.

9-Resolução CNE/CES Nº 7, de 31 de março de 2004. Diretrizes Curriculares Nacionais para os cursos de graduação em Educação Física, em nível superior de graduação plena. Brasília, DF: Ministério da Educação. Diário Oficial da União, Brasília, 5 de abril de 2004.

E-mails dos autores:

thais-rayara@bol.com.br

jessicaperin@outlook.com

anapsr@gmail.com

tati-nut@usp.br

Endereço para correspondência:

Tatienne Neder Figueira da Costa

Avenida Professor Lineu Prestes, 1524,

Instituto de Ciências Biomédicas (ICB),

Butantã, São Paulo-SP, Brasil.

CEP 05508-900

Recebido para publicação em 14/03/2019

Aceito em 19/08/2019