



B0080

AVALIAÇÃO NUTRIÇÃO E CONSUMO ALIMENTAR DE TIME DE JOGADORES DE BASQUETEBOL DA CIDADE DE LIMEIRA/SP

Ana Claudia Fischer Bosko (Bolsista PIBIC/CNPq), Mayara Lilian P. Miranda, Andressa Reginatto, Paulo Cesar Montagner, João Paulo Borin, Luciano A. Mercadante, José Francisco Daniel e Profa. Dra. Adriane Elisabete Antunes de Moraes (Orientadora), Faculdade de Ciências Aplicadas da Unicamp - Limeira - FCA, UNICAMP

Alimentação equilibrada e forma física ideal são essenciais para a manutenção da saúde, especialmente entre praticantes de atividade física. Objetivou-se fazer avaliação nutricional e de consumo alimentar de árbitros da Liga Brasileira de Basquetebol para verificar se sua alimentação está adequada ao estilo de vida que levam e ao tipo de esforço físico ao qual são submetidos. Foi aplicado Questionário de Frequência Alimentar, e feita avaliação antropométrica da população em estudo. Os resultados foram rapidamente analisados pela equipe no dia da coleta e apresentados para os árbitros utilizando-se como ferramenta a Pirâmide Alimentar. Posteriormente, foram calculados o consumo energético, de macronutrientes (carboidratos, proteínas, gorduras), e micronutrientes (cálcio, fósforo, ferro e vitaminas A, B1, B2, niacina, C) da dieta dos árbitros e verificada a adequação desses valores em relação à recomendação diária (IDR). Os resultados indicaram baixo consumo de frutas e hortaliças e de alimentos fontes de carboidratos. Em relação aos dados antropométricos, grande parte dos árbitros, principalmente do sexo masculino, apresentaram sobrepeso.

Basquetebol - Consumo alimentar - Medidas antropométricas