



UTILIZAÇÃO DE RECURSOS ERGOGÊNICOS NUTRICIONAIS E FARMACOLÓGICOS POR PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO DO MUNICÍPIO DE JUNDIAÍ E POR ALUNOS DA FACULDADE DE MEDICINA DE JUNDIAÍ

ÉTTORE EDUARDO SIMENSATO ABRAME; ANA CAROLINA PIRES FERREIRA DE LIMA; DR. DANILO ROBERTO XAVIER DE OLIVEIRA CREGE
Faculdade de Medicina de Jundiaí (FMJ), Jundiaí-SP, Brasil

Palavras-chave: Substâncias para Melhoria de Desempenho, Estudantes de Medicina, Anabolizantes, Suplementos Nutricionais.

INTRODUÇÃO

A busca por meios mais rápidos para obter um melhor condicionamento físico aumentou o consumo de recursos ergogênicos nos últimos anos.

Esses recursos são artifícios ou substâncias utilizadas para promover aumento do desempenho esportivo. O termo "recurso ergogênico" engloba todos os mecanismos fisiológicos, nutricionais ou farmacológicos que resultam na melhora do rendimento.

OBJETIVOS

Avaliar a utilização de recursos ergogênicos nutricionais e farmacológicos por praticantes de musculação da Faculdade de Medicina de Jundiaí (FMJ) e praticantes de musculação da cidade de Jundiaí.

MÉTODO

Estudo com abordagem quantitativa, analítico, transversal e qualitativa. Os voluntários, após terem concordado com o termo de consentimento livre e esclarecido, responderam a dois questionários online: um de caracterização do participante e outro referente a utilização de recursos ergogênicos. Os dados coletados foram analisados em planilha do google forms, em plataforma geradora de gráficos Infogram.

RESULTADOS

Participaram dessa pesquisa, voluntariamente, homens e mulheres praticantes de musculação, sendo 97 alunos da FMJ e 96 moradores de Jundiaí.

Substâncias Consideradas Esteroides Anabolizantes pelos Participantes

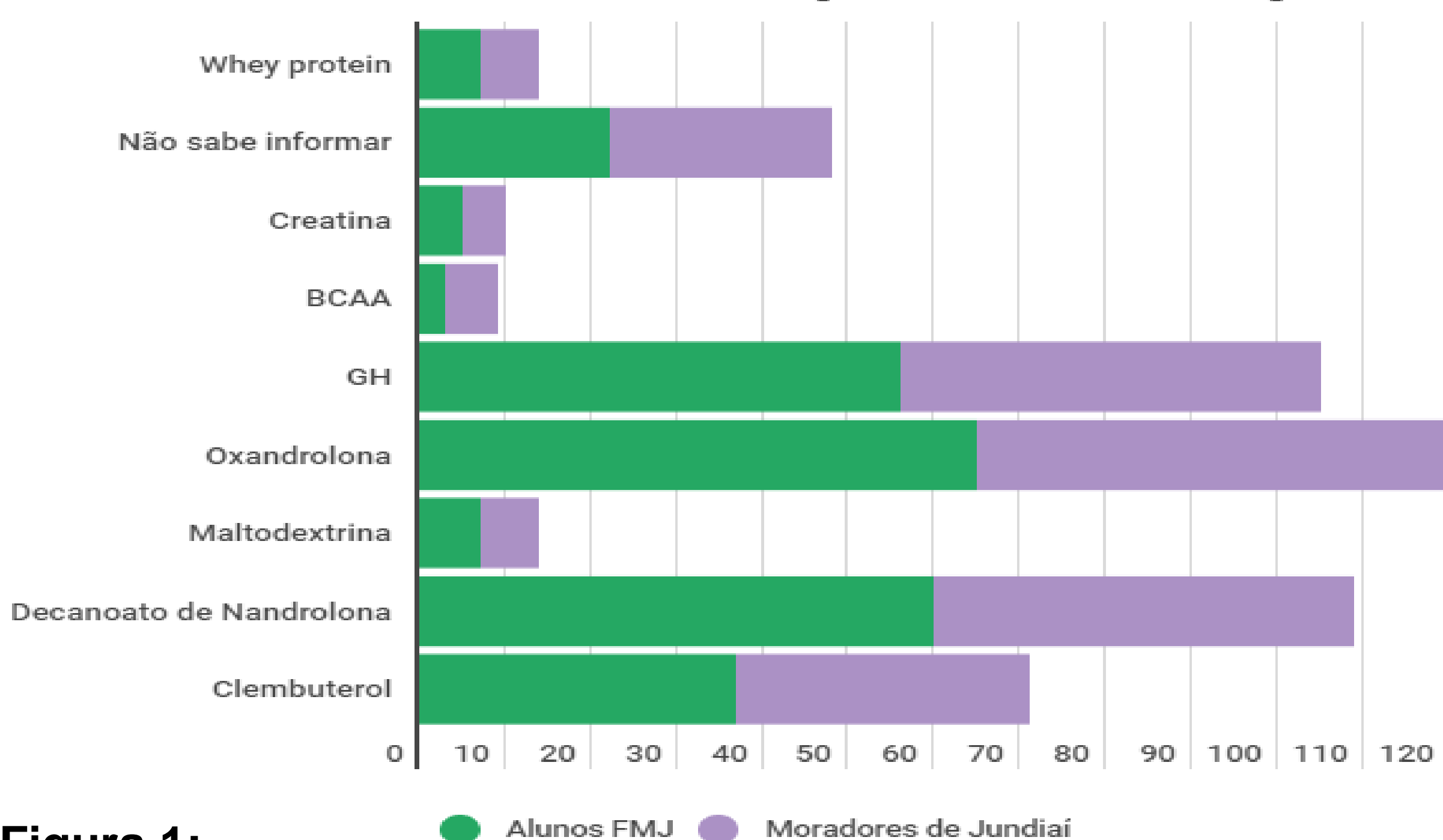


Figura 1: Substâncias consideradas Esteróides Anabolizantes Androgênicos (EAA) pelos voluntários da pesquisa

Recursos Ergogênicos mais utilizados

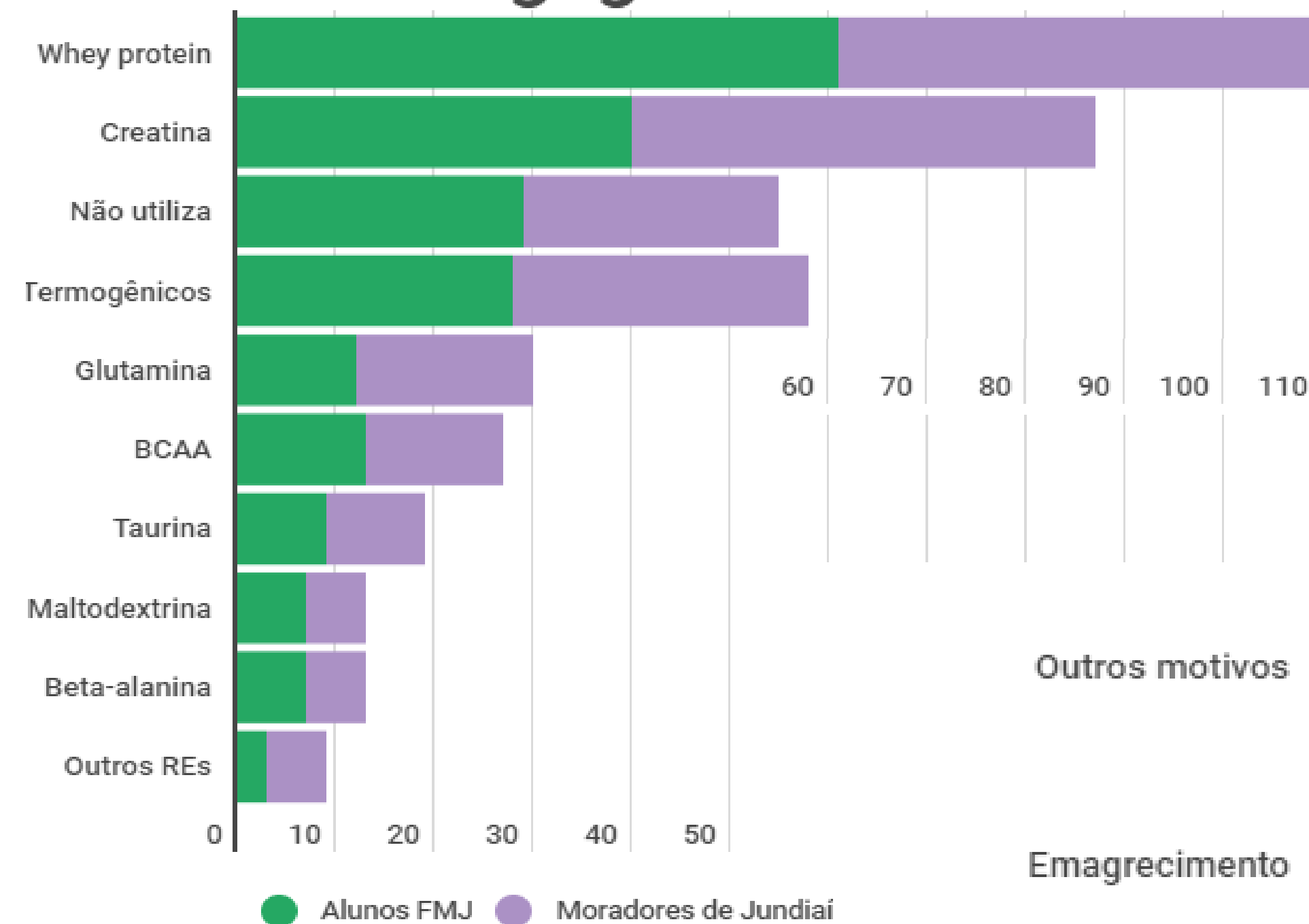
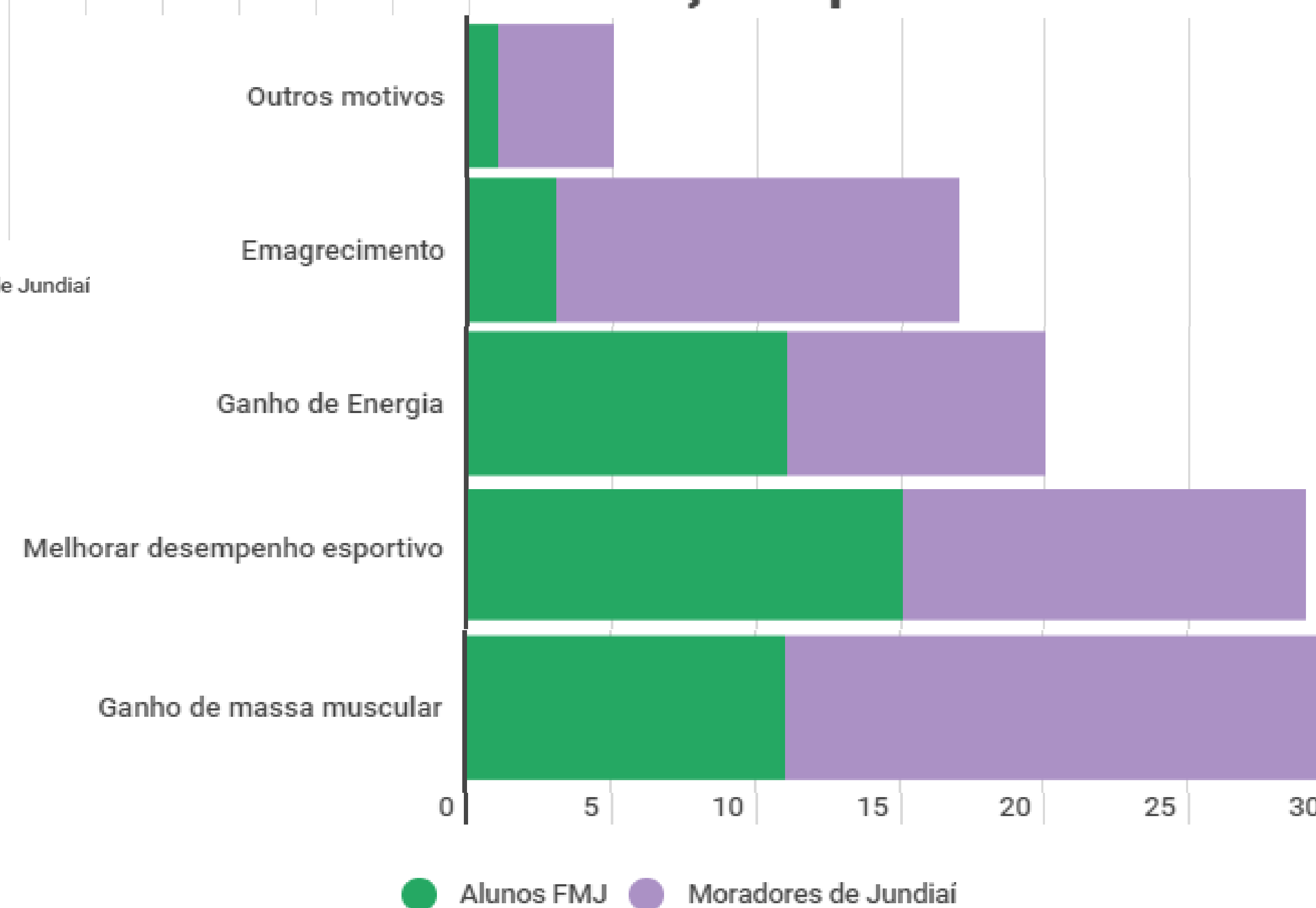


Figura 2: Recursos ergogênicos mais utilizados pelos participantes.

Motivações para o uso de RE

Figura 3: Motivações para a utilização de recursos ergogênicos.



CONCLUSÕES

Whey-protein e Creatina são os recursos ergogênicos mais utilizados;
O uso de recursos ergogênicos pelos alunos da FMJ foi motivado majoritariamente pela melhora do desempenho esportivo, enquanto que pelos moradores de Jundiaí foi pelo ganho de massa muscular;
A população de Jundiaí faz maior consumo de recursos ergogênicos farmacológicos em relação aos alunos da FMJ;
Ambos os grupos desconhecem conceitos relacionados aos recursos ergogênicos.

REFERÊNCIAS

- PEREIRA, L. P. Utilização de recursos ergogênicos nutricionais e/ou farmacológicos de uma academia da cidade de Barra do Piraí, RJ. *RBNE - Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 8, n. 43, 5 jan. 2014.
- SANTOS, M. Ângelo A. dos; SANTOS, R. P. dos. Uso de suplementos alimentares como forma de melhorar a performance nos programas de atividade física em academias de ginástica. *Revista Paulista de Educação Física*, [S. l.], v. 16, n. 2, p. 174-185, 2002. DOI: [10.11606/issn.2594-5904.rpef.2002.138710](https://doi.org/10.11606/issn.2594-5904.rpef.2002.138710). Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rpef/article/view/138710>. Acesso em: 1 maio. 2021.
- BARROS NETO, Turibio Leite de. A controvérsia dos agentes ergogênicos: estamos subestimando os efeitos naturais da atividade física?. *Arq Bras Endocrinol Metab*, São Paulo, v. 45, n. 2, p. 121-122, Apr. 2001. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-27302001000200002&lng=en&nrm=iso. Acesso em 1 maio 2021. <https://doi.org/10.1590/S0004-27302001000200002>.
- MALVE, Harshad O. Sports pharmacology: a medical pharmacist's perspective. *Journal Of Pharmacy And Bioallied Sciences*, [S.L.], v. 10, n. 3, p. 126, 2018. Medknow. http://dx.doi.org/10.4103/jpbs.jpbs_229_17. Disponível em: <https://www.jpbsonline.org/article.asp?issn=0975-7406;year=2018;volume=10;issue=3;spage=126;epage=136;aulast=Malve>. Acesso em: 1 maio 2021..