

ANÁLISE DO CONSUMO DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES DOS PARTICIPANTES DA CORRIDA “VOLTA DA UNICAMP”.

¹SALGADO J. V. V., ²RUSSOMANNO T. G., ³LOLLO P. C. B., ¹TELLES T.,
¹ANDRIES JÚNIOR O.

¹Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas-SP, Brasil, ²Faculdade de Educação Física - UNB, Brasília-DF, Brasil, ³Faculdade de Educação Física - Universidade Federal da Grande Dourados, Dourados-MS, Brasil.

Introdução: Nos últimos anos observa-se um crescente aumento tanto no número de corredores amadores quanto nos consumidores de suplementos alimentares. **Objetivo:** Verificar a prevalência do consumo de suplementos alimentares por corredores de rua, por quatro anos consecutivos em um mesmo evento, na corrida de rua “Volta da Unicamp”. **Metodologia:** Participaram do estudo 2106 corredores, com média de idade de $36,15 \pm 10,94$, sendo 78,33% masculino e 21,67% feminino. O estudo consistiu em aplicar um questionário eletrônico de autopreenchimento, no ato da inscrição da corrida. O questionário foi composto por perguntas referentes à prática da corrida de rua, características dos treinamentos e de consumo de suplementos alimentares, por meio de perguntas de múltipla escolha e perguntas abertas, onde o participante escrevia a resposta. Foi feita análise estatística descritiva e inferencial, através do software SPSS 20.0 for Windows Release (outubro/2012), adotando um valor de $p < 0.05$ para todas as análises. **Resultados:** Dos avaliados, 21,04% consomem algum suplemento alimentar dentre os consumidores 78,33% eram homens e 21,67% mulheres. Os suplementos mais consumidos foram carboidratos, proteínas, vitaminas e aminoácidos. O consumo de suplementos foi proporcional à quilometragem percorrida por semana ($r=0,97$), assim como, a relação entre o tempo de prática de corrida e consumo de suplementos ($r=0,86$). Entre o primeiro ano avaliado e o último, houve um acréscimo do consumo de 8,59%. **Considerações finais:** O estudo mostra um aumento nos consumo de suplementos alimentares por corredores de rua e que praticantes que treinam maiores distâncias e por mais tempo estão mais propensos a consumir suplementos alimentares.

Palavras-chaves: Corrida de rua, Suplementação alimentar, Atletas amadores.