

---

# Perfil nutricional das jogadoras adolescentes de voleibol

## *Nutritional profile of teen volleyball players*

Karina de Oliveira Figueira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Curso de Nutrição do Instituto Taubaté de Ensino Superior, Taubaté-SP, Brasil.

---

### Resumo

**Objetivo** – Avaliar o perfil nutricional de atletas adolescentes do sexo feminino, entre 15 a 16 anos, integrantes da equipe de voleibol EMS Taubaté Funvic do município de Taubaté/ SP. **Métodos** – Os dados antropométricos coletados foram peso corporal, estatura, circunferência do braço (CB), circunferência da cintura (CC) e a dobra cutânea tricípital (DCT). Para conhecer o consumo alimentar foi utilizado um Questionário de Frequência Alimentar (QFA). **Resultado** – Participaram do estudo 15 atletas. A média do peso e altura foi de  $68,8 \pm 11,2$  Kg e  $1,72 \pm 0,09$  m, respectivamente. O IMC correspondente foi de  $23,13 \pm 2,36$  Kg/m<sup>2</sup>. No parâmetro %CB, 6 atletas (33%) apresentaram eutrofia e 9 atletas (67%) com sobrepeso. Para %CMB, 8 atletas (53%) com eutrofia, 1 atleta (7%) classificada com desnutrição leve, e 6 atletas (40%) acima da média, classificado como musculatura desenvolvida. Na DCT obteve-se uma média de  $18,3 \pm 4,3$  mm, onde 80% das atletas apresentaram dentro da média. E na circunferência da cintura, encontrou-se uma média de  $74,6 \pm 6,0$  cm, sendo que 8 das adolescentes (53%) apresentaram medida acima do adequado. **Conclusão** – Mais da metade das jovens atletas apresentaram sobrepeso na pelo IMC e alterações na %CB e circunferência da cintura. Com o fato de que 60% das jovens relataram mudança recente de hábitos alimentares, se torna ainda mais importante a presença de um nutricionista junto a equipes de voleibol de adolescentes.

**Descritores:** Voleibol; Avaliação nutricional; Comportamento alimentar; Atletas

### Abstract

**Objective** – To evaluate the nutritional profile of female athletes, aged 15 to 16 years, members of the EMS Taubaté Funvic volleyball team of Taubaté / SP. **Methods** – The anthropometric data collected were body weight, height, arm circumference (CB), waist circumference (WC) and triceps skinfold thickness (DCT). To know the food consumption was used a Food Frequency Questionnaire (FFQ). **Result** – 15 athletes participated in the study. The average weight and height were  $68.8 \pm 11.2$  kg and  $1.72 \pm 0.09$  m, respectively. The corresponding BMI was  $23.13 \pm 2.36$  Kg / m<sup>2</sup>. In the % CB parameter, 6 athletes (33%) presented eutrophy and 9 athletes (67%) overweight. For % BMI, 8 athletes (53%) with eutrophy, 1 athlete (7%) classified with mild malnutrition, and 6 athletes (40%) above average, classified as developed musculature. In DCT, an average of  $18.3 \pm 4.3$  mm was obtained, where 80% of the athletes presented within the average. And in the waist circumference, it was found an average of  $74.6 \pm 6.0$  cm, and 8 of the adolescents (53%) had a measure above the adequate. **Conclusion** – More than half of the young athletes were overweight by BMI and changes in % CB and waist circumference. With the fact that 60% of young women reported recent change in eating habits, the presence of a nutritionist with adolescent volleyball teams is even more important.

**Descriptors:** Volleyball; Nutritional assessment; Eating behavior; Athletes

---

### Introdução

Criado em 1895, nos Estados Unidos, o voleibol tornou-se um dos esportes mais populares em todo o mundo, tanto na habilidade competitiva como na recreativa. É um jogo de disputa entre duas equipes que mede forças latentes. Suas regras são elaboradas para revelar o melhor em habilidade, espírito, criatividade e estética, e permite que os jogadores atuem tanto na rede (no ataque) quanto no fundo de quadra (defendendo ou sacando)<sup>1</sup>. O vôlei é uma modalidade esportiva de característica intermitente<sup>2</sup>, e sua prática exige movimentos de alta intensidade, e descansos passivos, utilizando assim tanto a capacidade anaeróbica quanto a aeróbica<sup>3</sup>.

Para um melhor desempenho no vôlei, requisitos como alta estatura, força muscular, habilidade de salto, coordenação e agilidade são importantes características do jogador<sup>4</sup>. Além disso, para que ele alcance uma boa performance e resistência, a alimentação adequada está diretamente ligada, assim como manter uma boa hidratação antes, durante e depois da prática esportiva,

evitando a desidratação e proporcionando bem-estar ao atleta<sup>3</sup>.

A iniciação do atleta no voleibol, muitas vezes ocorre na infância, chegando a alcançar altos níveis de treinamento ainda na adolescência<sup>5</sup>, faixa etária compreendida entre 10 e 19 anos, segundo a Organização Mundial da Saúde<sup>6</sup>.

A adolescência é marcada por grandes transformações, sendo elas somáticas, psicológicas e sociais. Neste período ocorre intenso crescimento físico, levando um aumento de 50% do peso e 15% da estatura final da fase adulta<sup>7</sup>. Além disso, caracteriza-se por uma fase que ocorre maior prevalência de transtornos alimentares e distúrbios de imagem corporal<sup>5</sup>, mais comum em adolescentes do sexo feminino<sup>8</sup>.

Muitas jovens atletas, em busca do “corpo ideal”, acabam aderindo uma alimentação inadequada, pobre de macro e micronutrientes e de baixa caloria. Em outras situações, a busca pela alimentação rápida, como os lanches e alimentos industrializados, também são pobres em nutrientes e altamente calóricos. Em ambos

os casos, podem interferir na qualidade e desenvolvimento de sua atuação no esporte<sup>9</sup>.

Para jovens atletas a orientação nutricional e a conscientização para uma alimentação equilibrada deve centralizar na quantidade adequada de macro e micronutrientes atendendo às necessidades para seu crescimento, desenvolvimento, desempenho esportivo e qualidade de vida<sup>8</sup>.

Visto que a alimentação é um fator importante tanto para a saúde quanto para o desenvolvimento físico e performance, torna-se essencial a atuação de um nutricionista no esporte, principalmente onde encontram-se atletas adolescentes<sup>7</sup>.

## Métodos

O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Paulista – UNIP sob número de parecer 3.619.310.

Os critérios de inclusão foram faixa etária entre 15 a 16 anos, sexo feminino e ser jogadora de vôlei da equipe EMS Taubaté Funvic, e que entregaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) para menores de idade devidamente assinado pelo responsável. Como critério de exclusão, as participantes que não trouxeram o TCLE assinado pelo responsável e não estiveram presentes em todas etapas não participaram da pesquisa.

Os dados antropométricos coletados na pesquisa foram peso corporal, estatura, circunferência do braço (CB), circunferência da cintura (CC) e a dobra cutânea tricipital (DCT).

O IMC foi calculado e classificado segundo a curva de crescimento da Organização Mundial da Saúde de 5 a 19 anos<sup>10</sup>.

A adequação da CB e da circunferência muscular do braço (%CMB) foram obtidas por equações e a classificação através dos critérios propostos por Jelliffe<sup>11</sup>. Para a medida da DCT a classificação foi feita através da tabela de Frisancho<sup>12</sup>. A classificação da circunferência da cintura foi através do proposto por Freedman<sup>13</sup>.

Para conhecer o consumo alimentar das atletas foi utilizado um Questionário de Frequência Alimentar (QFA), adaptado de Grupo de Pesquisa de Avaliação de Consumo Alimentar [GAC] da USP<sup>14</sup>.

A reunião com a equipe para apresentação de como seria realizada a pesquisa e para a entrega dos termos foi realizada no dia 18/09/2019. E no dia 25/09/2019, realizamos a coleta dos dados, aferições antropométricas e aplicação do questionário de frequência alimentar (QFA).

## Resultados e Discussão

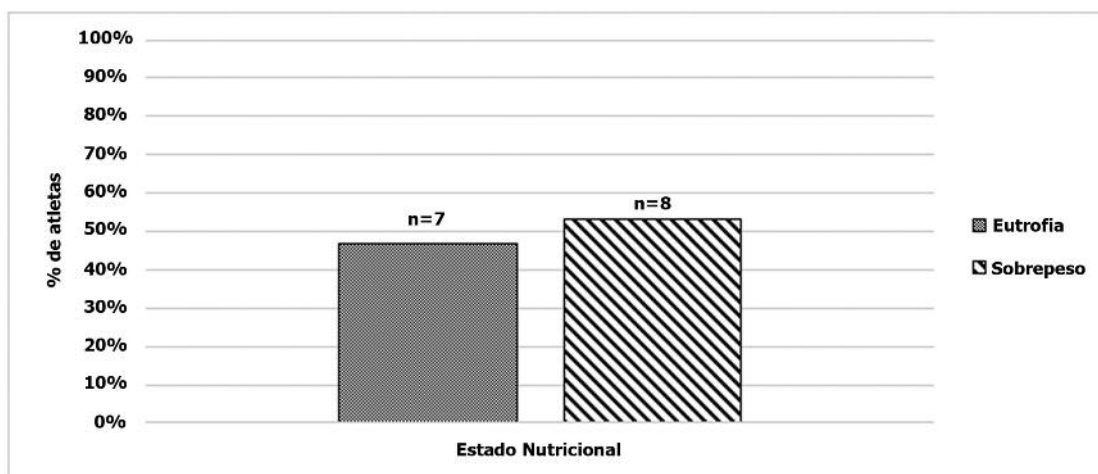
Participaram do estudo 15 jovens atletas da equipe com idade entre 15 e 16 anos. Entre as 15 participantes que atenderam todos os critérios de inclusão, 11 tinham 15 anos e 4 tinham 16 anos.

Na aferição de peso e altura, a média foi de 68,8 Kg  $\pm$  11,2 e 1,72 m  $\pm$  0,09, respectivamente. A média do IMC da população estudada foi de 23,13 Kg/m<sup>2</sup>  $\pm$  2,36, e a distribuição do estado nutricional está representada na tabela 1.

**Tabela 1. Valores médios, mínimos e máximos das características de idade, peso, estatura e IMC das jogadoras adolescentes de voleibol**

Variáveis	Média e $\pm$ DP	Mínimo	Máximo
Idade (anos)	15,3 $\pm$ 0,5	15	16
Peso (kg)	68,8 $\pm$ 11,2	53,9	95,9
Estatura (m)	1,72 $\pm$ 0,9	1,54	1,92
IMC(kg/m <sup>2</sup> )	23,13 $\pm$ 2,36	18,59	26,13

Fonte: Autor, 2019



**Gráfico 1.** Caracterizado do estado nutricional segundo IMC/Idade. Fonte:Autor, 2019

Obteve-se pelo IMC que 47% (n=7) das adolescentes avaliadas apresentaram eutrofia com um IMC médio de  $21,16 \pm 1,9$  kg/m<sup>2</sup>, e 53% (n=8) apresentaram sobrepeso com um IMC médio de  $24,87 \pm 0,8$  conforme demonstrado no gráfico 1.

Os resultados mostram que mais da metade das atletas estão com sobrepeso (53%), diferente do resultado apresentado no estudo de Dias e Bonatto<sup>15</sup>, onde 70,45% apresentaram eutrofia, considerando a diferença entre os estudos sobre o número de atletas participantes, 44 atletas do sexo feminino, e idade entre 11 a 16 anos. Bilhar, Marcadenti e Conde<sup>5</sup>, ao analisar 16 atletas jogadoras de vôlei, entre 14 a 16 anos, encontraram valor médio de IMC de  $22,52 \pm 2,19$  kg/m<sup>2</sup>, menor do que o encontrado no presente estudo.

Para a medida de circunferência do braço (CB) obteve-se uma média de  $28,4 \pm 2,7$ cm. Para circunferência muscular do braço (CMB) a média foi de  $22,6 \pm 1,6$ cm. No caso da medida da dobra cutânea tricúspita (DCT) foi encontrada uma média de  $18,3 \pm 4,3$ mm. As categorias de classificação em percentil da composição corporal referente a CB, CMB e DCT encontram-se descritas na tabela 2 e 3.

Em relação a %CMB, 6 atletas (33%) apresentaram eutrofia, com percentual de adequação entre 90 a 110%, e 9 atletas (67%) apresentaram sobrepeso, isto é acima do percentual 110%, conforme gráfico 2.

Coqueiro, Arrudas, Pereira, Silva, Silva V. e Alvarenga<sup>16</sup> encontraram uma média de  $27,00 \pm 0,75$  cm no parâmetro CB em 9 atletas pertencentes à equipe

**Tabela 2 . Percentual de atletas adolescentes classificadas pela equação de % de adequação referente à CB, CMB (n=15), segundo Jellife (1966)**

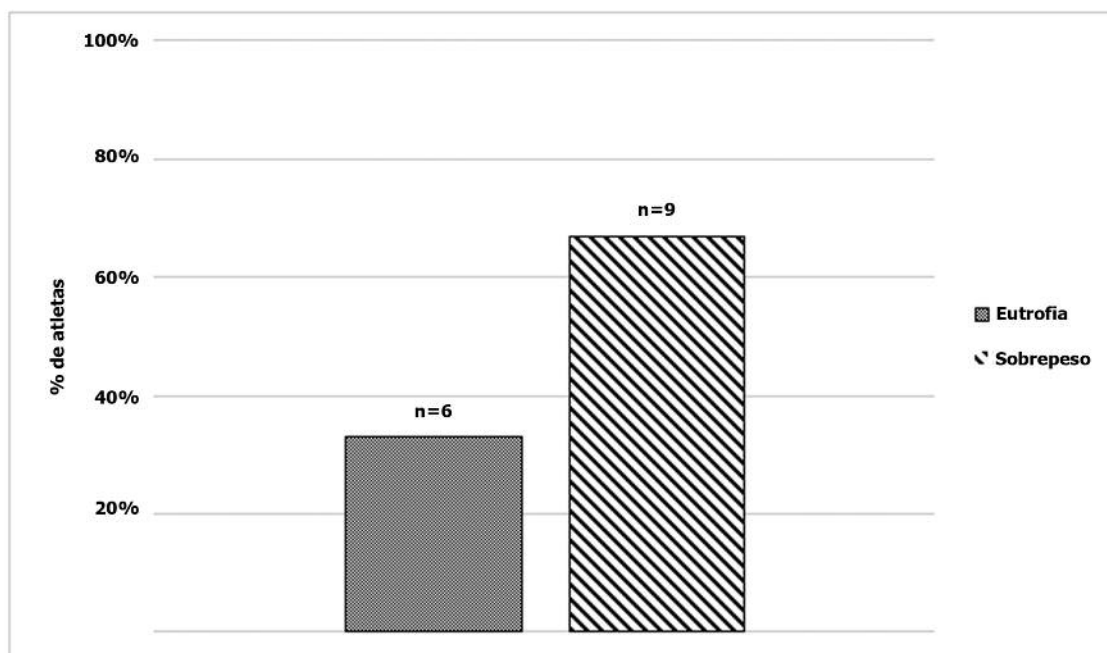
Composição Corporal	n	Classificação	%
%CB	6	Eutrofia	33%
	9	Sobrepeso	67%
%CMB	8	Eutrofia	53%
	6	Musculatura desenvolvida	40%
	1	Desnutrição leve	7%

Fonte: Autor, 2019

**Tabela 3. Percentual de atletas adolescentes classificadas pelo percentil referente à DCT (n=15), conforme Frisancho (1990)**

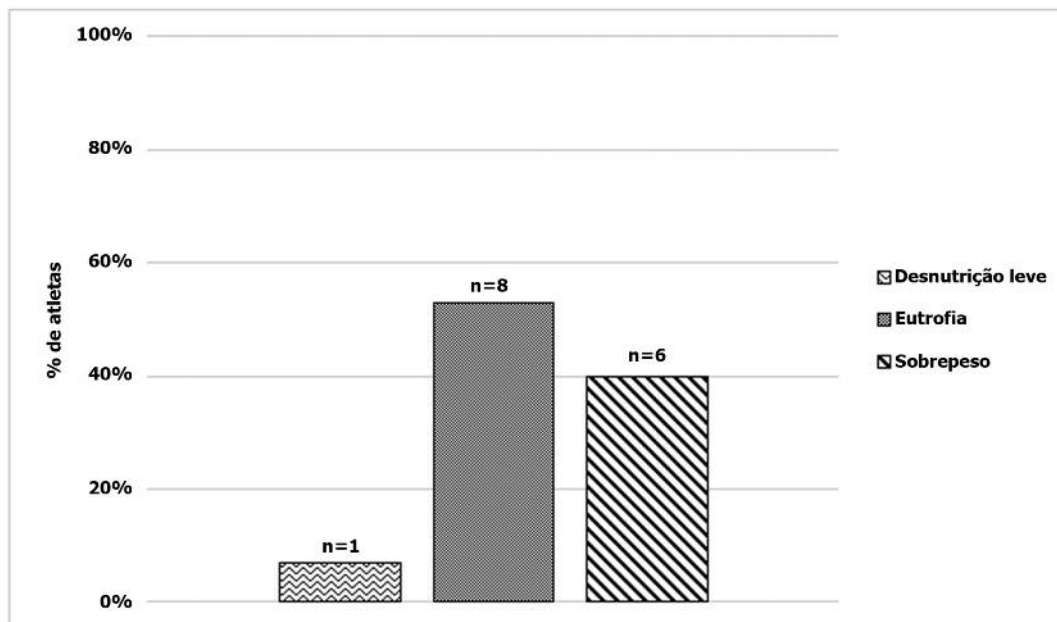
Composição Corporal	n	Percentil	%
DCT	12	Entre P5 e P95	80%
	2	> P95	13%
	1	< P95	7%

Fonte: Autor, 2019

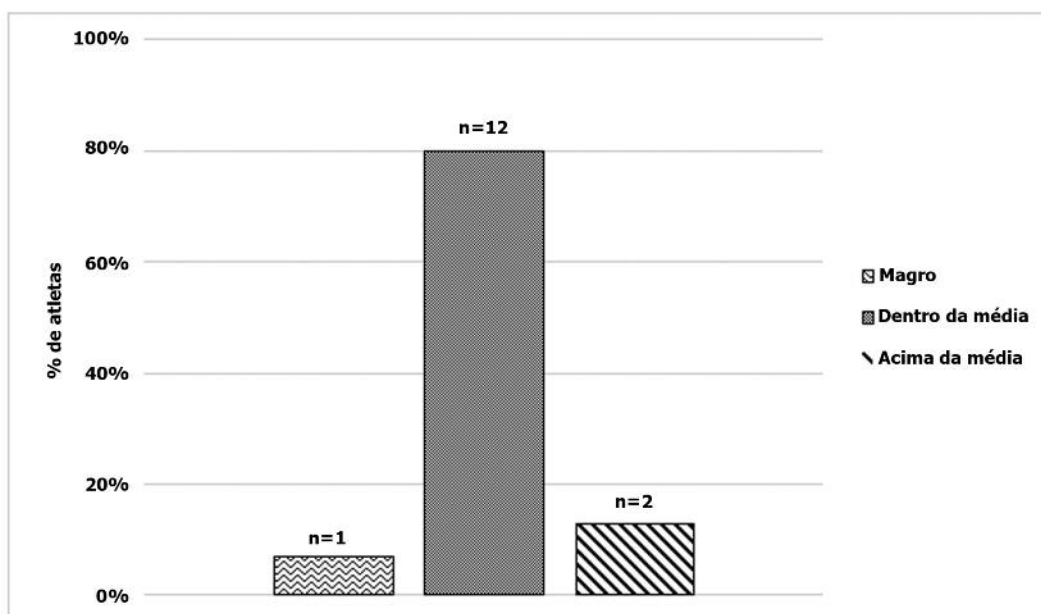


**Gráfico 2.** Caracterização do estado nutricional pelo percentual de adequação da circunferência do braço (%CB).

Fonte: Autor, 2019



**Gráfico 3.** Caracterização do estado nutricional pelo percentual de adequação da circunferência muscular do braço (%CMB). Fonte: Autor, 2019



**Gráfico 4.** Caracterização do estado nutricional pela classificação da dobra cutânea tricipital (DCT). Fonte: Autor, 2019

feminino de vôlei com idade de  $15,00 \pm 0,33$  anos, este estudo pesquisou o total de 34 atletas com idade entre 11 a 18 anos. Pode-se verificar que o valor encontrado no presente estudo foi maior que o apresentado pelos autores supracitados, contudo o trabalho apresenta diferença da faixa etária estudada.

Para %CMB, 8 atletas (53%) apresentam eutrofia, com percentual de adequação entre 90 a 110%, 1 atleta (7%) baixa reserva muscular, com percentual de adequação entre 81 a 90%, classificado como desnutrição leve, e 6 atletas (40%) acima da média, classificado como musculatura desenvolvida, isto é, acima de 110%, conforme demonstrado no gráfico 3.

A média obtida para a CMB, que foi de  $22,6 \pm 1,6$  cm, foi diferente do obtido por Matos, Silva, Reinaldo, Leite e Netto<sup>17</sup>, que apresentou média de  $19,64 \pm 1,81$  cm para CMB de um grupo de atletas escolares do sexo feminino do município de Aracaju (SE), pertencentes a faixa etária de 14 anos a 18 anos, praticantes de diferentes modalidades como judô, natação, tênis, ginástica artística e ginástica rítmica. A diferença obtida entre os valores do presente estudo em relação ao apresentado no estudo dos autores citados, pode ser em decorrência da diferença de faixa etária e modalidade esportiva praticada.

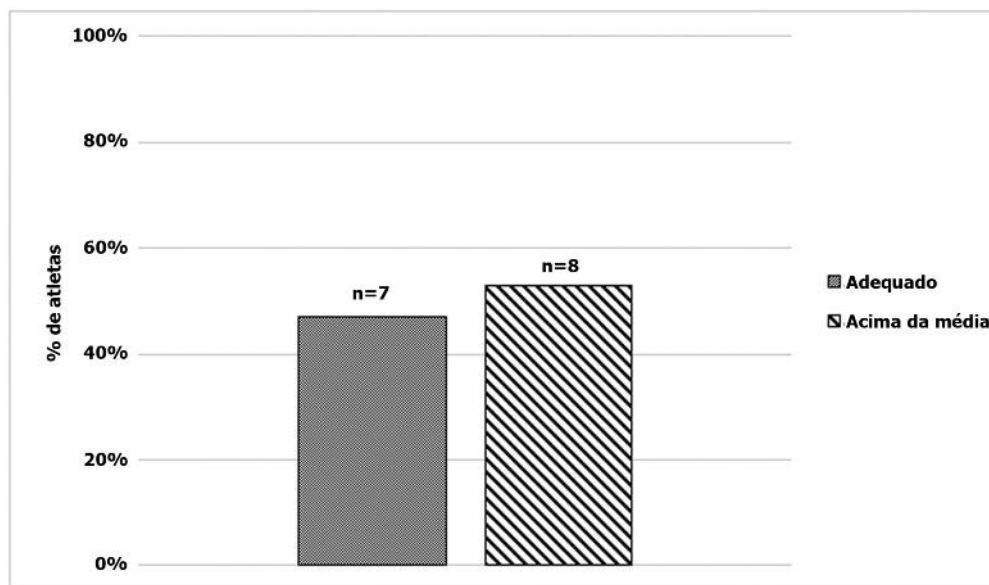


Gráfico 5. Caracterização do estado nutricional pela classificação da circunferência da cintura (CC). Fonte: Autor, 2019

Tabela 4 . Alimentos consumidos com maior frequência pela atletas

Grupo de alimentos	Alimentos consumidos diariamente	N=15	%
Leite e derivados	Leite	10	67%
Arroz e tubérculos	Arroz	10	67%
Leguminosas e ovos	Feijão	10	67%
Verduras e legumes	Alface	6	40%
Frutas	Banana	5	33%

Fonte: Autor, 2019

Para reserva de gordura em relação a DCT, encontrou-se que a maioria das atletas (n=12) apresenta percentual de gordura dentro da média, o que corresponde a (80%) da amostra estudada, e 1 atleta com baixa reserva de gordura, que corresponde a 7% da amostra estudada, e 2 atletas (13%) acima da média, conforme demonstrado na tabela 3.

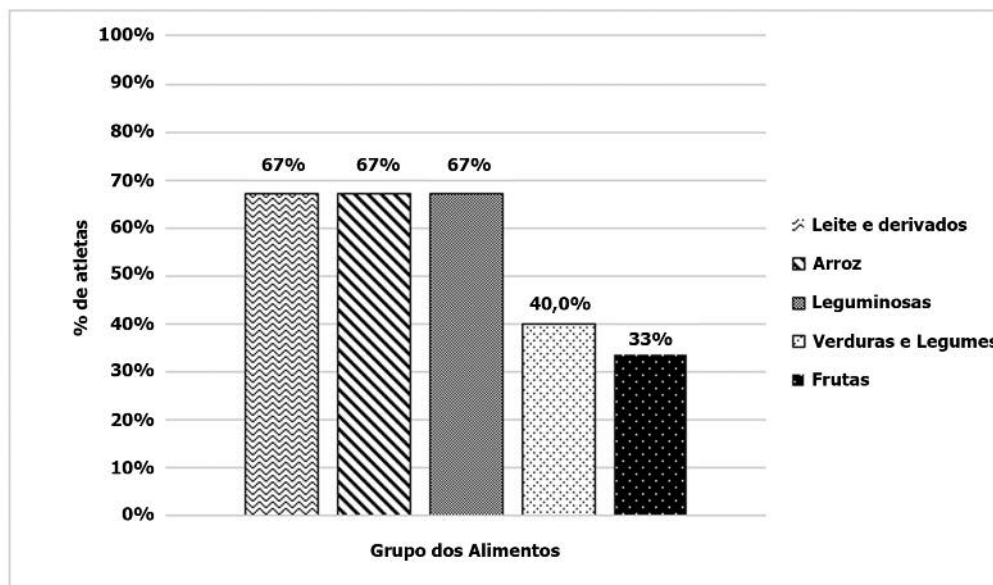
A análise referente a medida da DCT está representada no gráfico 4.

Com a análise da medida da DCT das atletas, obteve-se uma média de  $18,3 \pm 4,3$  mm, valor menor que o obtido no estudo de Matos, Silva, Reinaldo, Leite e Netto<sup>17</sup>, realizado com um grupo de atletas escolares do sexo feminino na faixa etária de 14 anos a 18 anos, a média foi de  $19,84 \pm 6,32$ , apesar da diferença de faixa etária e modalidades esportivas variadas deste grupo. Além disso, 80% das participantes da presente pesquisa foram classificadas estando dentro da média, para a medida da dobra cutânea tricípital, o que é relevante, uma vez que o menor percentual de gordura corporal está relacionado com alta performance de atletas.

Na análise para classificação da circunferência da cintura, encontrou-se uma média de  $74,6 \pm 6,0$  cm, sendo que 8 das adolescentes (53%) apresentaram me-

didada acima do adequado, que de acordo com a faixa etária é de 70 a 92cm, classificando entre os percentis P50 e P90, e 7 (47%) apresentaram medida adequada até 69 cm, classificando abaixo do percentil <P50, segundo Freedman<sup>13</sup>. Os dados obtidos estão demonstrados no gráfico 5.

No estudo de Pereira, Serrano, Carvalho; Lamounier, Peluzio, Franceschini et al.<sup>18</sup>, sobre a circunferência da cintura como indicador de gordura corporal e alterações metabólicas em adolescentes, foi realizada uma pesquisa com 113 adolescentes do gênero feminino, não atletas e estudantes de escolas públicas do município de Viçosa (MG), com idades entre 14 e 19 anos, e encontraram uma média de  $71 \pm 7,8$  cm de circunferência abdominal, abaixo do encontrado no estudo atual, apesar de não serem um grupo de atletas e pela diferença do número de participantes da pesquisa. Ainda que, no presente estudo, as atletas não ultrapassaram o percentil P90 para a medida de circunferência da cintura, algumas apresentaram a medida acima da média, o que pode indicar a necessidade de acompanhamento nutricional, uma vez que essa medida representa a quantidade de gordura corporal intra-abdominal, podendo causar alterações metabólicas quando elevada.



**Gráfico 6.** Análise da frequência alimentar pelo QFA do estudo atual: grupo de alimentos mais consumidos pelas atletas

Através da análise do QFA, observou-se que alimentos consumidos com mais frequência pelas atletas (todos os dias da semana) são pertencentes aos seguintes grupos alimentares leites e derivados (leite), arroz e tubérculos (arroz), leguminosas e ovos (feijão), verduras e legumes (alface), e frutas (banana), conforme tabela 4. A distribuição da análise do QFA está expressa no gráfico 6.

Pesquisa semelhante realizada por Ribeiro, Rosa, Borges e Paixão<sup>19</sup> com atletas adolescentes, apresentou um resultado próximo ao deste estudo em relação aos alimentos consumidos diariamente, que foram leguminosas (feijão), leites e derivados, verduras e legumes, apontando assim para uma preferência alimentar de boa parte de atletas nesta faixa etária.

Na QFA foi questionado se a atleta participante mudou seus hábitos alimentares recentemente ou está realizando dieta para emagrecer. Com análise das respostas notou-se que 9 das atletas participantes (60%) mudaram recentemente seus hábitos alimentares, e 2 entre elas mudaram seus hábitos alimentares para dieta vegetariana ou redução do consumo de carne, 6 responderam que estão fazendo dieta para perda de peso, e apenas 1 mudou seus hábitos alimentares para ganhar peso. Também verificou que 2 entre as atletas que relataram mudanças em seus hábitos alimentares, estão fazendo uso de suplemento para ganho de massa muscular (proteína do soro do leite e albumina). Damasceno, Marchi, Sato, Roldan, Leone e Alvarenga<sup>20</sup> mostram em pesquisa realizada com atletas entre 10 a 17 anos de diversas modalidades esportivas, que no voleibol, 40,9% de 22 das atletas de uma equipe feminina usam suplementos e na masculina 52,6% dos 19 atletas do estudo também usam, sendo estes carboidratos, proteínas, polivitânicos e termogênicos.

## Conclusão

Mais da metade das jovens atletas participantes da pesquisa apresentaram sobrepeso na classificação do IMC e em mais duas medidas antropométricas, sendo elas no percentual de adequação da circunferência do braço (%CB) e circunferência da cintura (CC). Com o fato de que 60% das jovens relataram que mudaram recentemente seus hábitos alimentares, se torna ainda mais importante a presença de um nutricionista junto a equipes de voleibol de infante juvenil femininas. Porque o mesmo pode melhor orientar a dieta de cada atleta, o que é essencial para performance e pode favorecer que a equipe tenha um perfil antropométrico adequado ao indicado para modalidade esportiva praticada, no caso, o voleibol, e melhor qualidade de vida das praticantes.

Tal afirmativa é reforçada por Rigobello e Rother<sup>7</sup>, onde mostram em estudo com 24 atletas de duas equipes de voleibol com média de idade de 16 anos, onde uma equipe dispunha de acompanhamento nutricional com nutricionista e a outra não, a diferença antropométrica favorável da equipe que conta com um profissional da área da nutrição, principalmente no que diz respeito a soma das dobras cutâneas, % de gordura e massa magra.

O referido estudo foi realizado com um número pequeno de jovens atletas, porém, foram analisados os dados antropométricos e de consumo alimentar das participantes, e existem poucos estudos que fazem esse tipo de pesquisa. Sendo assim, os resultados aqui apresentados são úteis para o conhecimento e entendimento do consumo alimentar de atletas adolescentes que além das exigências fisiológicas do crescimento e desenvolvimento, são atletas e, portanto, apresentam exigências físicas acentuadas pelo treinamento físico intenso.

O presente estudo abre porta para que outros pesquisadores busquem se aprofundar em novos estudos, para que esta modalidade esportiva tenha um perfil nutricional cada vez mais adequado à modalidade esportiva.

## Referências

1. Confederação Brasileira De Voleibol (CBV). Regulamento oficial Superliga 2017/2020.
2. Bara Filho MG, Andrade FC, Nogueira RA, Nakamura FY. Comparação de diferentes métodos de controle da carga interna em jogadores de voleibol. *Rev Bras Med Esporte*. 2013; 19(2):143-6.
3. Melo AM, Siqueira D, Alves Martins J, Silveira Franco G, Manochio-Pina MG. Avaliação do estado nutricional e consumo alimentar de jogadores de voleibol masculino da categoria adulta em uma cidade no interior do estado de São Paulo. *Rev Bras Nutr Esporte*. 2017;11(65):593-602.
4. Batista GR, Cabral BGA, Cabral SAT, Araújo RF, Souza MSC, Guerra RO. Composição corporal e somatotipo de atletas de voleibol de praia nos XV Jogos Pan-Americanos. *Rev Bras Ciênc Saúde*. 2010;14(3): 53-8.
5. Bilhar KP, Marcadenti A, Conde SR. Estado Nutricional, consumo de macronutrientes e satisfação corporal em atletas adolescentes de voleibol. *Rev Bras Nutr Esporte*. 2016;10 (58):408-17.
6. Organização Mundial da Saúde. Physical status: the use and interpretation of anthropometry. Geneva: WHO; 1995. (Technical Report Series, nº 854).
7. Rigobello NS, Rotter RL. Comparação do perfil antropométrico de equipes de voleibol feminino de base: a importância do nutricionista. *Rev Bras Nutr Esporte*. 2017; 11(61); 74-60.
8. Mahan LK, Escott-Stump S, Raymond JL. *Krause Alimentos, Nutrição e Dietoterapia*. 13ª ed. Rio de Janeiro: Elsevier; 2012.
9. Franzener J, Toriani SS, Rocha EDM, Decker Júnior W. Perfil nutricional e frequência do consumo de bebidas alcoólicas entre jogadores adolescentes de voleibol da cidade de Joinville-SC. *Rev Bras Nutr Esporte*. 2018;12(72): 555-62.
10. Organização Mundial da Saúde. Curvas de crescimento. Geneva: WHO; 2007.
11. Jelliffe DB. The assessment of the nutritional status of the community. Geneva: WHO; 1966. (series nº 53).
12. Frisancho AR. *Anthropometric standards for the assessment of growth and nutritional status*. USA: University of Michigan Press; 1990.
13. Freedman DS, Serdula MK, Srinivasan SR, Berenson GS. Relation of circumferences and skinfold thicknesses to lipid and insulin concentrations in children and adolescents: the Bogalusa Heart Study. *Am J Clin Nutr*. 1999; 69:308-17.
14. Grupo de Pesquisa de Avaliação de Consumo Alimentar. Questionário de frequência alimentar. Adultos e Adolescentes. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo [Internet]. 2009 (acesso em 23 de abril de 2019). Disponível em : <http://www.gac-usp.com.br/treinamentos.php>.
15. Dias SX, Bonatto S. Composição Corporal de perfil dietético de adolescentes atletas de voleibol da Universidade de Caxias do Sul-RS. *Rev Bras Nutr Esporte*. 2011;5(29):417-24.
16. Coqueiro AY, Arruda CN, Pereira JRR, Silva MT, SilvaVG, Alvarenga ML. Insatisfação corporal em atletas de voleibol feminino. *Rev Bras Presc Fisiol Exerc*. 2016; 10(62):748-58.
17. Matos RC, Silva DG, Reinaldo JM, Leite MMR, Mendes-Netto RS. Balanço energético e composição corporal entre atletas escolares. *Rev Bras Promoção Saúde*. 2016; 29(3): 422-30.
18. Pereira PF, Serrano HMS, Carvalho GQ, Lamounier JA, Peluzio MCG, Franceschini SCC et al. Circunferência da cintura como indicador de gordura corporal e alterações metabólicas em adolescentes: comparação entre quatro referências. *Rev Assoc Med Bras*. 2010;56(6):665-9.
19. Ribeiro KS; Rosa LG; Borges LRL; Paixão MPCP. Perfil alimentar de atletas adolescentes nadadores. *Rev Bras Nutr Esportiva*. 2009; 3(16): 331-9.
20. Damasceno A; Marchi LF; Sato LS; Roldan T; Leone V; Alvarenga ML. Uso de suplementos alimentares por atletas adolescentes de diferentes modalidades esportivas. *Rev Bras Nutr Esportiva*, São Paulo. 2017; 11(65): 627-35.

### Endereço para correspondência:

Karina de Oliveira Figueira  
Rua José Claudemir Migoto, 336 – Arco Íris  
Taubaté-SP, CEP 12461-206  
Brasil

e-mail: karina.oliver.fig@gmail.com

Recebido em 28 de novembro de 2019  
Aceito em 3 de abril de 2020