



ACEITABILIDADE DE UMA BARRA PROTEICA PÓS-TREINO PARA PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO EM UMA ACADEMIA

José Guedes Filho¹; Kaliane Gomes Leal Machado²; Manuela Barreto do Nascimento³

¹Graduando no Bacharelado em Nutrição (FAMAM), zezinhoguedes@hotmail.com; ²Mestra em Desenvolvimento Regional e Meio Ambiente (FAMAM), FAMAM, kalinutri@hotmail.com; ³Mestra em Engenharia e Ciência de Alimentos (UESB), FAMAM, manuelabarreto_n@hotmail.com.

A vida moderna da população mundial caracteriza uma mudança no perfil epidemiológico e nutricional, onde a atividade física e alimentação saudável perdem espaço para o comodismo e praticidade, aumentando o número de pessoas sedentárias e com sobrepeso, elevando assim os riscos de adquirir Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNTs). A musculação tem se destacado no cenário nacional pela promoção de saúde e modelamento estético, logo, necessita-se de um aporte calórico e nutricional, assim como adesão a dieta para que se tenha êxito nos objetivos propostos e por fim promover hábitos saudáveis. Sendo assim, esse projeto objetiva-se desenvolver e mostrar a aceitabilidade da barra proteica para praticantes de musculação, acompanhados dos objetivos específicos de promover uma boa qualidade sensorial e nutricional; agregar valor ao produto; e testar a intenção de compra, caracterizando um estudo quantitativo e experimental. A pesquisa será realizada em uma academia por, aproximadamente, 100 provadores praticantes de musculação. A elaboração da receita reúne a mistura alimentos como amendoim, banana, whey protein, aveia e mel. Os dados serão coletados pela escala hedônica estruturada de 9 pontos, variando do desgostei muitíssimo (1) a gostei muitíssimo (9), além da escala de intenção de compra de 5 pontos, variando de certamente não compraria o produto (1) a certamente compraria o produto (5). Os dados serão tabulados e apresentados em forma de gráficos pelo programa Microsoft Excel 2016. O projeto será submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa por meio da resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. Espera-se com esse estudo uma boa aceitação por parte do produto, agregando no cotidiano dos consumidores pela praticidade e valor nutricional, além de incentivar a elaboração de novas receitas.

Palavras-chave: Aceitação. Promoção de saúde. Treinamento resistido.