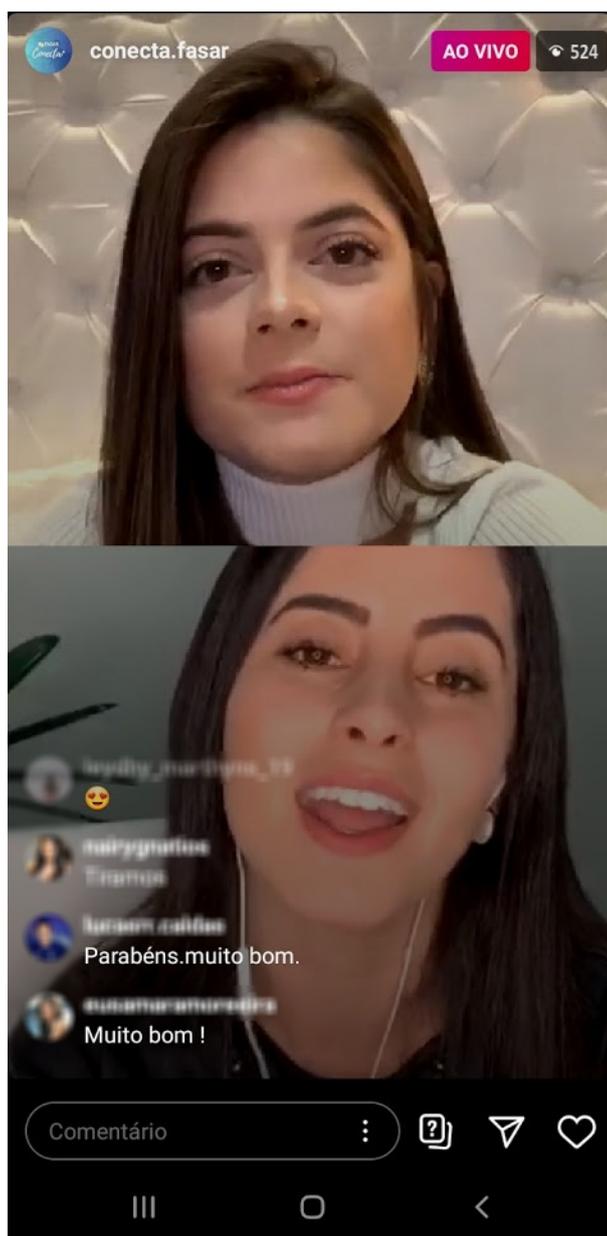


# FASAR promove 6º Encontro de Educação Física e Nutrição



A Faculdade Santa Rita - FASAR realizou o 6º Encontro de Educação Física e Nutrição, em comemoração aos dias do nutricionista (31 de agosto) e do profissional de educação física (1º de setembro). O evento foi desenvolvido de forma remota utilizando as redes sociais da FASAR como meio de transmissão. Foram realizadas palestras com convidados renomados que abordaram temáticas específicas direcionadas aos estudantes e profissionais de Educação Física e Nutrição.

O encontro proporcionou, de forma academicamente produtiva, um conteúdo complementar de relevância para as áreas de atuações dos profissionais no mercado de trabalho. No dia 28 de agosto

ocorreram duas participações. A primeira foi realizada no Instagram @conecta.fasar, na qual a palestrante Gessika Dutra de Andrade Reis abordou o tema “A importância da utilização das redes sociais para o profissional da saúde se tornar um profissional de sucesso atualmente”. Gessika é nutricionista, coproprietária da empresa Atos de Saúde, produtora de conteúdos digitais, e mentora de grupos de emagrecimento online.

A segunda palestra “Medicina do Estilo de Vida - Pilares do estilo de vida saudável” foi proferida por Carolina Pimentel, nutricionista com doutorado em Nutrição em Saúde Pública; certificada como Lifestyle Medicine Professional e diplomate of CBMEV/IBLM; participante do curso Lifestyle Medicine: Tools for Promoting Healthy Change na Harvard Medical School; autora do livro Alimentos Funcionais e Compostos Bioativos da Editora Manole; diretora científica da Suporte Ciência Ltda. Carolina também é palestrante frequente em eventos científicos de relevância internacional.

No dia 31 de agosto, a FASAR contou com mais duas participações. A palestra "Manutenção da saúde dos atletas após o retorno às atividades físicas esportivas" foi ministrada por Guilherme de Azambuja Pussieldi, doutor em Ciências da Atividade Física e do Desporto, que já atuou como Técnico da Seleção Brasileira de Ciclismo, modalidade BMX pela Confederação Brasileira de Ciclismo. Guilherme tem experiência na área de Educação Física, com ênfase em Alto Rendimento, Esportes Individuais, principalmente em ciclismo, natação, motivação, saúde, estado de humor, qualidade de vida, atividade física, treinamento esportivo e educação física.

Na segunda etapa da programação do dia 31, com a temática “Evidências do impacto de micro e macronutrientes associados a COVID-19 e suas relações com a Nutrição Esportiva”, foi a vez do nutricionista doutorando Luiz Menezes, que é membro do Grupo de Pesquisa e Estudos em Nutrição e Saúde Coletiva (GPENSC) e do Núcleo em Pesquisa e Estudos em Nutrição Clínica (NUPENC). A palestra abordou os aspectos relativos ao consumo de macro e micronutrientes durante e após a pandemia da COVID-19, além de sua relação com a infecção pelo SARS-CoV-2 e aspectos relacionados ao contexto da Nutrição Esportiva.



O encerramento do 6º Encontro ocorreu no dia 1º de setembro com três participações. A primeira palestra do dia abordou a “Avaliação do atleta de Futebol pós jogo”, ministrada pelo Dr. Wallace Espada da Silva, médico especialista em ortopedia e traumatologia pela Sociedade Brasileira de ortopedia e traumatologia (SBOT) e especialista em cirurgia do joelho. Ele é integrante do departamento médico do Cruzeiro Esporte Clube desde 2003 e do departamento médico das categorias de base da Confederação Brasileira de Futebol (CBF) desde 2013.

Em seguida, o nutricionista Rafael Costa abordou o tema “Nutrição no futebol de base. Rafael é pós-graduado em Prescrição de Fitoterápicos e Suplementação Nutricional na Prática Clínica e Esportiva; certificado em Antropometria (nível 1) pela ISAK (International Society for the Advancement of Kinanthropometry); certificado em Nutrição Desportiva Avançada pela Barça

Universitas; membro da ASBRAN (Associação Brasileira de Nutrição); e nutricionista das categorias de base do Cruzeiro Esporte Clube desde 2016.

Para finalizar, o profissional de educação física Eduardo José de Freitas ministrou a palestra “Treinamento de força e lesões no futebol”. Eduardo é pós-graduado em Fisiologia do Exercício e já atuou como preparador físico da base e preparador físico profissional do Cruzeiro Esporte Clube. Atua como diretor de treinamento da People Treinamento e Saúde, além de gerir a performance do jogador Marcelo Moreno.



De acordo com Josemara Guedes, coordenadora do curso de Educação Física da FASAR, “o encontro teve como objetivo proporcionar conhecimentos aos acadêmicos dos cursos de Educação Física e Nutrição, além de propiciar a discussão quanto às temáticas apresentadas nessa edição. Todas as expectativas foram superadas pelo grau de relevância das temáticas abordadas e, principalmente, pela qualidade das palestras e dos profissionais participantes”.

A coordenadora do curso de Nutrição da FASAR, Nair Ygnatios, agradece em nome da FASAR a participação de todos os palestrantes que prontamente aceitaram e enriqueceram o 6º Encontro de Educação Física e Nutrição. “Parabéns também a todos os profissionais de Educação física e nutricionistas, que são tão importantes para a saúde e qualidade de vida das pessoas”, reforça Nair.

A transmissão está disponível no canal da FASAR no Youtube: [www.youtube.com/faculdedefasar](http://www.youtube.com/faculdedefasar)

*Texto/Fotos: Suzan Vieira*

<https://foconoticia.com.br/noticia/5721/fasar-promove-6-encontro-de-educacao-fisica-e-nutricao> em 05/07/2024 17:25