

**SUPLEMENTOS ALIMENTARES E PRÁTICAS CORPORAIS: a emergência da
análise antropológica para a intervenção profissional em saúde**

*DIETARY SUPPLEMENTS AND BODY PRACTICES: the emergence of anthropological
analysis for professional health intervention*

Recebido em: 25/03/2021

Aceito em: 30/06/2021

ALAN CAMARGO SILVA¹

¹ *Licenciado e mestre em Educação Física (UFRJ); especialista em Exercício Físico Aplicado à Reabilitação Cardíaca e a Grupos Especiais (UGF); doutor em Saúde Coletiva (UFRJ). Pós-Doutorado em Educação Física (UFRJ). Professor das redes Municipal e Estadual de Educação do Rio de Janeiro. Professor do curso de pós-graduação lato sensu em Desporto de Campo e de Quadra (EEFD/UFRJ) e da Especialização Saberes e Práticas na Educação Básica – Ênfase em Educação Física Escolar (CESPEB - FE/UFRJ).*

Autor correspondente:
E-mail: alan10@zipmail.com.br

SUPLEMENTOS ALIMENTARES E PRÁTICAS CORPORAIS: a emergência da análise antropológica para a intervenção profissional em saúde

DIETARY SUPPLEMENTS AND BODY PRACTICES: the emergence of anthropological analysis for professional health intervention

RESUMO

Na seara de estudos do campo das Ciências Humanas e Sociais em Alimentação, o presente manuscrito problematiza os usos de suplementos alimentares como uma construção socio-cultural no contexto das práticas corporais. Do mesmo modo que o ato de “comer” pode ser compreendido especificamente a partir de determinados grupos sociais em dado tempo histórico, este ensaio discute a relevância do campo antropológico para análise das condições materiais e simbólicas do “tomar” suplementos alimentares por praticantes da cultura *fit*. Assim, com base em uma revisão narrativa, objetiva-se analisar e discutir a emergência da análise antropológica para a compreensão das relações entre práticas corporais e suplementos alimentares, especialmente para a intervenção profissional em saúde. Em termos gerais, optou-se por delinear quatro eixos argumentativos no sentido de sustentar o potencial teórico-metodológico da Antropologia para a sensibilização do ofício laboral em saúde no que diz respeito a esses produtos. Em síntese, foi possível considerar que a ingestão dessas substâncias pelos sujeitos revela experiências e vivências sociais que podem ser moduladas, articuladas, interpretadas e incorporadas à prescrição ou à orientação nos consultórios ou nos espaços de práticas corporais. Conclui-se que, diante do aumento do mercado consumidor desses produtos, há a necessidade de defender uma intervenção profissional dialógica, afetiva, sensível, integral, crítica, reflexiva, emancipada e, sobretudo, humana sobre o processo de suplementação.

Palavras-chave: Ciências da Nutrição e do Esporte. Educação Física e Treinamento. Antropologia. Suplementos Alimentares. Conhecimentos, Atitudes e Prática em Saúde.

ABSTRACT

In the field of studies of the Humanities and Social Sciences on Food, this manuscript problematizes the uses of dietary supplements as a sociocultural construction in the context of body practices. In the same way that the behavior of “eating” can be understood specifically from particular social groups in a given historical time, this essay discusses the relevance of the anthropological field for the analysis of the material and symbolic conditions of “taking” dietary supplements by practitioners of the fit culture. Thus, based on a narrative review, this manuscript aimed to analyze and discuss the emergence of the anthropological analysis to understand the relationships between body practices and dietary supplements, especially for professional health intervention. In general terms, this manuscript selected four arguments to support the theoretical and methodological potential of Anthropology for the health work profession regarding these products. In summary, this text considered that these substances intake reveals social experiences and practices that can be modulated, articulated, interpreted, and incorporated into the prescription or guidance in clinics or in the spaces of body practices. The study concludes that, due to the increase in the consumer market for these products, there is a need to defend a dialogical, affective, sensitive, integral, critical, reflective, emancipated professional intervention and, above all, human intervention on the supplementation process.

Keywords: *Sports Nutritional Sciences. Physical Education and Training. Anthropology. Dietary Supplements. Health Knowledge, Attitudes, Practice.*

INTRODUÇÃO

A utilização de recursos alimentícios por atletas objetivando desempenhos físico-orgânicos no contexto das práticas esportivas data desde a Grécia Antiga (APPLEGATE; GRIVETTI, 1997). Historicamente, a valorização nutricional assumida pelos treinadores tinha um caráter simbólico em que, por exemplo, “[...] era aconselhada a ingestão de carne de boi para os desportos de força, de cabra para os saltadores e de cavalo para os velocistas” (SANTOS, 2015, p. 121).

Ao longo do tempo, houve o desenvolvimento tecnológico, industrial e técnico-científico no campo da Alimentação somado à dinâmica comercial ou mercadológica que apela para o imaginário contemporâneo sobre “comidas rápidas, simples e fáceis”. Nesse contexto, criam-se os chamados suplementos alimentares, dietéticos, esportivos ou nutricionais para diferentes finalidades além da *performance* atlética, como as intervenções clínicas ou estéticas (SILVA, 2017). Grande parte dos trabalhos concernentes aos suplementos alimentares pauta-se em estudos quantitativos voltados aos efeitos ou à eficácia fisiológica das substâncias, à prevalência ou às motivações de determinados usos em função de dados perfis de usuários, às fontes/tipos de informações privilegiadas pelos usuários, ou ainda, às possíveis dependências ou impactos no organismo pelo uso desses produtos (SILVA; BAPTISTA; LÜDORF, 2020).

Assim, se por um lado os trabalhos acadêmico-profissionais referentes aos suplementos alimentares no contexto das práticas corporais tenham se constituído pela racionalidade biomédica, por outro, argumenta-se a carência de análises e contribuições teórico-metodológicas à luz das Ciências Sociais, mais precisamente da Antropologia. Entende-se aqui que problematizar o processo de suplementação como uma construção sociocultural daqueles que buscam saúde, bem-estar, boa forma, condicionamento físico e/ou beleza nos espaços de práticas corporais se coaduna com a agenda de novas pesquisas acerca das tendências de alimentação contemporânea (MENASCHE, 2018).

Nos últimos anos, foram elaborados ensaios teóricos de cunho antropológico que problematizam os usos de suplementos alimentares (MATTOS, 2013). Destacam-se estudos etnográficos que se debruçaram sobre tais substâncias, em especial, nas academias de ginástica (SABINO; LUZ; CARVALHO, 2010; SILVA, 2017). Outros trabalhos analisaram como algumas questões de gênero e sexualidade relacionam-se ao consumo desses produtos (ATKINSON, 2007; MOURA, 2019). Existem também pesquisas socioculturais que objetivaram analisar as propagandas de suplementos alimentares (SAUERBRONN; TONINI; LODI, 2011). Além disso, vale apontar as investigações sobre como tais produtos são concebidos pelos usuários nas redes sociais (MACHADO; FRAGA, 2017; STOLARSKI *et al.*, 2018; BOMBARDA; ROCHA, 2020; SILVA; BAPTISTA; LÜDORF, 2020; SILVA; MENDES; LÜDORF, 2020).

Nesse panorama teórico-empírico, registra-se a crescente produção de conhecimento acerca das relações entre o campo da Antropologia e da Nutrição no sentido de que “alimentar-se” é mais do que “ingerir nutrientes” (CANESQUI; GARCIA, 2005; CARVALHO; LUZ; PRADO, 2011). Isso pode ser observado desde os clássicos trabalhos sociológicos e antropológicos pautados em diferentes escolas de pensamento (MINTZ, 2001) até aqueles que buscam se legitimar dialogando ou realizando interface com o campo da Saúde (SILVA *et al.* 2010; CAMPOS *et al.*, 2016).

Entretanto, aponta-se a relevância de análises antropológicas com o intuito de compreender também os sentidos e os significados atribuídos especificamente aos suplementos alimentares por determinados grupos sociais e como essas representações podem contribuir para as intervenções profissionais em saúde. Mais do que captar e apreender o ponto de vista ou a lógica simbólica dos usuários de suplementos alimentares, o presente trabalho se apoia na perspectiva de como tais reflexões antropológicas podem auxiliar efetivamente na realidade dos cotidianos laborais dos consultórios ou dos espaços de práticas corporais.

Com efeito, o presente texto assume o desafio de avançar no sentido de sugerir a necessidade de possíveis desdobramentos ou contribuições da Antropologia para a prática da intervenção profissional no campo da Saúde, em especial, no ofício laboral daqueles que são responsáveis legais pela prescrição: os/as nutricionistas, segundo Resolução CFN nº 390, de 27 de outubro de 2006. No entanto, descarta-se aqui um intervencionismo biologizante típico do campo da Saúde que opera objetivamente em transformar conhecimentos técnico-científicos em práticas ou ações voltadas à nutrição (AMPARO-SANTOS; SOARES, 2015).

Destarte, com base em uma revisão narrativa (ROTHER, 2007), objetiva-se analisar e discutir a emergência da análise antropológica para a compreensão das relações entre práticas corporais e suplementos alimentares, especialmente para a intervenção profissional em saúde.

PENSANDO ANTROPOLOGICAMENTE O “EXERCITAR” E O “TOMAR”

Sabe-se que as relações entre indivíduo e sociedade podem ser consideradas ou situadas a partir de dado grupo social e em determinado tempo histórico (DaMATTA, 2010). Assim, baseando-se na interdependência entre agência e estrutura social (TAVARES, 2017), argumenta-se que se por um lado existe a capacidade de ação do indivíduo de ter relativa autonomia em decidir os seus comportamentos para/ com/ no corpo, por outro, “movimentar-se” ou “ingerir algo” são atos que fazem parte eminentemente de construções socioculturais.

Desse modo, defende-se que “exercitar” e “tomar” são comportamentos individuais

e também construídos coletivamente. No entanto, para entender o “exercitar” e o “tomar”, urge a necessidade de partir da noção de práticas corporais que difere relativamente dos conceitos de exercício físico ou atividade física (LAZZAROTTI FILHO *et al.*, 2010; DAMICO; KNUTH 2014).

Enquanto exercício físico representa um modo técnico-científico de planejamento estruturado em desenvolver os componentes da aptidão física, a atividade física pode ser definida como qualquer movimento corporal que aumenta o gasto calórico acima do repouso (FRAGA, 2006). É possível observar, portanto, que o delineamento de análise a partir de exercício físico ou atividade física se estabelece principalmente por uma ótica biologizante e voltada ao comportamento individual. Assim, para compreender o consumo simbólico dos suplementos alimentares, o presente trabalho apoia-se na seguinte noção de práticas corporais: “Manifestações da cultura corporal de determinado grupo que carregam significados que as pessoas lhe atribuem, e devem contemplar as vivências lúdicas e de organização cultural” (BRASIL, 2012, p. 28).

Logo, o “exercitar” aqui precisa ser situado com base no ponto de vista dos sujeitos que se movimentam. Em outras palavras, o “exercitar” carrega uma dimensão sócio-histórica, política, cultural, coletiva, econômica e simbólica que precisa ser levada em consideração nas intervenções em saúde (OLIVEIRA; VELOZO; SILVA, 2016; MANSKE, 2020).

Nesse contexto, se o “exercitar” aqui representado pela essência conceitual de práticas corporais demanda um estranhamento daqueles profissionais que lidam com o “movimento”, inevitavelmente questiona-se de que modo tal realidade implica em “tomar” algo. Pode-se argumentar que “tomar” suplementos alimentares não se resume apenas ao consumo de dados nutrientes, já que tal comportamento se complexifica nas dimensões socioculturais das experiências e lógicas dos usuários (SILVA, 2017).

Destarte, a intervenção profissional em saúde necessita de cada vez mais entender que o ato de suplementar no contexto das práticas corporais não requer somente ter conhecimento sobre as explicações biológicas de tais substâncias no organismo. Canesqui e Garcia (2005, p. 9) destacam que:

“Não comemos apenas quantidades de nutrientes e calorias para manter o funcionamento corporal em nível adequado, pois há muito tempo os antropólogos afirmam que o comer envolve seleção, escolhas, ocasiões e rituais, imbrica-se com a sociabilidade, com ideias e significados, com as interpretações de experiências e situações. Para serem comidos, ou comestíveis, os alimentos precisam ser elegíveis, preferidos, selecionados e preparados ou processados pela culinária, e tudo isso é matéria cultural”.

Ainda que o campo antropológico não objetive uma intervenção ou aplicação utilitária (FERREIRA, 2012), sugere-se a emergência de tal referencial teórico-metodológico

para a intervenção de profissionais de saúde, considerando as peculiaridades das escolas de pensamento e as suas relações com a alimentação (COLLAÇO; MENASCHE, 2015; AZEVEDO, 2017). Garcia (2005, p. 278) lembra, por exemplo, que qualquer orientação ou prescrição alimentar “[...] será reinterpretada e reintegrada nas práticas alimentares engajadas numa dada cultura e, portanto, será ressignificada para partilhar um sistema de valores e organização alimentar, sofrendo [...] modificações”.

Cabe ressaltar que o presente trabalho valoriza e considera relevante as diretrizes, posicionamentos e orientações concernentes à manipulação dos suplementos alimentares em atletas e não-atletas (THOMAS; ERDMAN; BURKE, 2016; MAUGHAN *et al.*, 2018; KERKSICK *et al.*, 2018). No entanto, se há a necessidade dos profissionais em saúde em buscar “conhecimentos alimentares” não biomédicos (MACIEL, 2005), o ato de suplementar no bojo das práticas corporais precisa ser entendido também em função dos sistemas identitários, práticas e saberes sobre a alimentação (MACIEL; CASTRO, 2013), como poderá ser visto a partir dos eixos argumentativos a seguir.

APONTAMENTOS PARA A INTERVENÇÃO PROFISSIONAL EM SAÚDE

Em primeiro lugar, sugere-se a necessidade de sensibilizar diferentes profissionais de saúde, em especial nutricionistas, para uma orientação mais humanizada de tais substâncias no sentido de somar ao conhecimento biomédico. Lógicas culturais e ideológicas de um cuidar do Outro como objeto ou não-pessoa em ambientes estáticos e estéreis com frieza no atendimento privilegiando tecnologias ou uma exacerbada experimentação clínica podem ser consideradas práticas produtoras de desumanização (DESLANDES, 2006). Por isso, espera-se que o conhecimento cientificamente produzido no campo da Saúde seja intermediado pelos profissionais para que atinja a vida concreta e cotidiana das pessoas (FALKENBERG *et al.*, 2014).

Ainda que os formados em Nutrição sejam os principais responsáveis pela prescrição de suplementos alimentares, sabe-se que outros profissionais, como médicos ou professores de Educação Física, lidam frequentemente com os usuários de tais produtos. Desse modo, conhecer de forma aprofundada e integral os sujeitos que “tomam” algo com base em elementos materiais e simbólicos pode ser articulado com o conhecimento anatomofisiológico, por vezes, tão preponderante no campo da Saúde no que diz respeito à alimentação (KRAEMER *et al.*, 2014).

Para refletir sobre a utilização de suplementos alimentares, pode-se pensar, por exemplo, nos padrões de consumo alimentar e pertencimentos sociais marcados fundamentalmente pela necessidade material (BERTONCELO, 2019). Se os usos do corpo podem variar em função de dadas camadas sociais (BOLTANSKI, 2004), questiona-se até que ponto as condições financeiras interferem no consumo de determinados suplementos ali-

mentares. Exemplarmente, pode-se mencionar que a marca, o preço e o custo-benefício dos produtos são fatores determinantes para adesão, manutenção ou consumo dessas substâncias (SILVA, 2017).

Além disso, crenças, hábitos, valores e perspectivas êmicas acerca dos suplementos alimentares guiam simbolicamente os usuários para determinados cuidados de si. A representação do que pode ser considerado “em excesso”, o receio de acometer negativamente algum órgão ou, até mesmo, a crença sobre a segurança ou a qualidade do produto também interferem no processo de suplementação (MATTOS, 2013; SILVA; MENDES; LÜDORF, 2020).

Nesse sentido, humanizar a orientação acerca desses produtos com base em suas experiências e vidas sociais face ao contexto das práticas corporais tende a uma intervenção profissional contextualizada, situada e, sobretudo, concreta nas vivências dos sujeitos. Esse tipo de abordagem profissional questiona, portanto, uma atuação que ignora a “[...] subjetividade, a interioridade, as histórias de vida, os laços afetivos, as relações familiares, as dimensões culturais locais, regionais e globais e o cenário político e econômico que envolvem a alimentação” (KRAEMER *et al.*, 2014, p. 1341).

Em segundo lugar, argumenta-se aqui a relevância de práticas educativas que apreendam as lógicas simbólicas acerca desses produtos com o intuito do profissional se colocar em uma posição simétrica, dialógica e de negociação ou escuta afetiva ao atender os seus clientes/ pacientes/ alunos. No lugar de instrumentalizar a intervenção profissional em saúde, espera-se uma atuação no que diz respeito ao “comer” ou ao “tomar” essencialmente preocupada com a vida do usuário e, sobretudo, menos dependente da racionalidade biomédica (CARVALHO; LUZ; PRADO, 2011).

Por vezes, os usuários de suplementos alimentares se orientam com base em diferentes fontes de informação que, a princípio, fazem mais sentido para o consumo (SAUERBRONN; TONINI; LODI, 2011). Sabe-se que ora o profissional de saúde, nutricionista em especial, pode ser visto como “salvador” das demandas dos usuários desses produtos, ora as orientações se baseiam em buscas na *internet*, fóruns virtuais, dicas de amigos, parentes e alunos das academias (SILVA; MENDES; LÜDORF, 2020; SILVA; BAPTISTA, LÜDORF, 2020).

Sendo assim, questiona-se uma posição idealizada de autoridade de profissional de saúde que visa ou impõe uma mudança comportamental normativa do usuário passivo pela persuasão ou “mera informação” verticalizando, racionalizando e hierarquizando o que se estabelece como certo ou errado no que diz respeito ao “tomar” suplementos alimentares. Durante a intervenção profissional, os períodos de ingestão, a dose-resposta, a quantidade de produtos, as ordens ou as formas do que precisa ser “tomado” e as funções de cada nutriente podem dar lugar também ao reconhecimento do usuário como portador de saber

legítimo, demovendo as tradicionais relações de poder entre o saber biomédico e o Outro (BOLTANSKI, 2004).

Nesse contexto, o profissional de saúde posiciona-se horizontalmente ao cliente/paciente/aluno ouvindo os seus interesses e necessidades com o processo simbólico de suplementação. Nesse caso, o Outro também se torna ativo e emancipado no processo de intervenção profissional, o que permite a coconstrução compartilhada de distintos saberes nos consultórios ou nos espaços de práticas corporais.

Em terceiro lugar, a centralidade no exercício de alteridade, típico da tarefa antropológica (TAVARES, 2017), sugere ao profissional compreender o Outro que “toma” algo, o que pode contribuir para manter o vínculo e a confiança a partir da trajetória e do conhecimento construído pelo sujeito. O compromisso do profissional de saúde com o seu usuário de suplementos alimentares precisa respeitar os seus gostos e práticas alimentares, por vezes, influenciados por determinada “cultura *fit*” (HIJÓS, 2017).

Representações e pertencimentos sociais constituintes da trajetória do usuário de suplementos alimentares são determinantes na maneira como simbolizam ou se relacionam com tais produtos. Pode-se citar, por exemplo, que opções, escolhas e decisões sobre o processo de suplementação passam pela ideia de “natural” *versus* “artificial” que afeta os comportamentos dos usuários que se engajam nas práticas corporais (SANTOS, 2008; SILVA, 2017).

Nessa direção, vale repensar sobre uma intervenção profissional biologizante ou etnocêntrica que desconsidera os determinantes socioculturais que envolvem os usos de suplementos alimentares no contexto das práticas corporais. Assim como as várias formas de “comer” podem revelar “[...] questões de identidade, uma vez que expressam relações sociais e de poder; nos permitem rever noções como tradicional, autêntico, saudável; além de diferenças observadas entre etnias, gêneros e gerações” (COLLAÇO; MENASCHE, 2015, p. 6), os suplementos alimentares indicam quem são os sujeitos que se exercitam. Por isso, baseando-se na ideia de Lupton (1994) de que os aspectos socioculturais da comida e do “comer” influenciam na adesão de certos hábitos alimentares, sugere-se aqui um “olhar” não somente para a prescrição ou orientação acerca de dados nutrientes para o sujeito se exercitar, mas também para com quem o profissional de saúde lida em seu cotidiano.

Acrescenta-se ainda que os próprios profissionais de saúde ao se colocarem no lugar do Outro podem se reconhecer como sujeitos sociais igualmente em relação ao pensar, sentir e agir sobre o “tomar” algo. Os estudos de Silva (2017) e Cava *et al.* (2017) que investigaram a utilização de suplementos alimentares por professores de academias de ginástica demonstram paradoxal e emblematicamente como os próprios profissionais de saúde assumem comportamentos ditos de risco. Dessa forma, aponta-se que na relação ou negociação entre profissional de saúde e o Outro, também se estabelecem “verdades intersubjetivas”

sobre o que efetivamente vale ou pode “tomar”.

Em quarto e último lugar, o profissional pode permitir autonomia ao sujeito para que ele possa ressignificar o “tomar” durante o cotidiano. Boltanski (2004) analisa uma série de aspectos ilustrativos de como se estabelecem as diferenças entre os tipos de atividade profissional e os significados atribuídos pelos sujeitos a determinadas categorias corporais, os gostos alimentares, a valorização da magreza, a prática esportiva etc.

Dessa maneira, envolver os sujeitos nas ações cotidianas com os suplementos alimentares com base em suas inserções sociais contrapõe-se ao cenário da imposição técnico-científico que dita o que é saudável ou patológico, lícito ou ilícito, normal ou anormal e moral ou imoral. Possíveis efeitos colaterais ou adversos derivados dos produtos e os aspectos mercadológicos que vendem a necessidade de “absorção” em troca de “alimentação” são apenas alguns exemplos fundamentais para serem dialogados durante o face a face da intervenção profissional em saúde.

Nesse caso, defende-se aqui uma intervenção profissional focada em decisões críticas ou conscientes pelos usuários de suplementos alimentares a médio e longo prazo. Mais do que proibir, ditar, responsabilizar ou punir sobre o que “tomam” ou querem “tomar”, o desafio pode ser posto no sentido de que venham emergir novos sentidos e significados sobre tais produtos. Isso se justifica pelo fato de que a construção do que ingerem regularmente ao longo da vida faz parte da complexidade de aspectos socioculturais que definem o que frequentemente denomina-se de “hábito alimentar” (KLOTZ-SILVA; PRADO; SEIXAS, 2017).

Por isso, o sujeito que se exercita e “toma” ou pretende “tomar” suplementos alimentares precisa estar ciente das suas condições (ampliadas) de saúde e elaborar junto aos profissionais de saúde estratégias com esses produtos. Se as variáveis anatomofisiológicas envolvidas nas condições clínicas do sujeito e na elaboração de um treinamento ou de um plano alimentar são de fundamental importância para os profissionais de saúde, destaca-se a necessidade de entender também que o “tomar” relaciona-se ao “comer”.

Em síntese, vale ressaltar que há obviamente outras possíveis contribuições antropológicas para a intervenção profissional em saúde no que diz respeito aos suplementos alimentares no contexto das práticas corporais. No entanto, espera-se que a problematização do presente texto sensibilize o ofício laboral para além da objetividade de mensurações ou regras nutricionais representadas em avaliações antropométricas, anamneses, exames clínicos, instruções sobre nutrientes etc. acerca desses produtos. Preocupar-se com as particularidades do universo sociocultural do Outro não significa apenas apreender as crenças e os valores dos sujeitos acerca dessas substâncias, mas, sobretudo, as condutas ou ações que os movem para determinados comportamentos sobre o que “colocam para dentro do corpo”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em termos gerais, foi possível problematizar a relevância do campo da Antropologia para o cotidiano da atuação profissional em saúde no que diz respeito aos suplementos alimentares no contexto daqueles que se exercitam. Questões como “quem toma?”, “o que tomam?”, “como tomam?”, “onde tomam?”, “quando tomam?”, “com quem tomam?” ou “por quê tomam?” parecem ser fundamentais para entender os usos e desusos (ou abusos?) dos suplementos alimentares. Afinal, no contexto das práticas corporais, geralmente há uma obrigação moral de perguntar ou responder a seguinte questão rotineira: “O que você está tomando?”.

Assim, privilegiou-se aqui a sensibilização dos profissionais de saúde para uma atuação mais humanizada. Preocupou-se com uma atuação de acolhimento mais aproximada à realidade sociocultural do Outro. Destacou-se também a importância do elo afetivo entre o usuário e aquele que se torna fonte de consulta ou orientação profissional. Por fim, problematizou-se a questão da relevância da autonomia do usuário a fim de que ele compreenda a utilização dessas substâncias.

Em suma, o presente texto não deve ser entendido no sentido instrumental de um manual de “como fazer” durante a intervenção profissional no que diz respeito às relações entre práticas corporais e suplementos alimentares, mas encarado como uma breve proposta reflexiva e provocativa para ação laboral à luz de pressupostos antropológicos. Para além de discussões, por vezes, consideradas “teorizações abstratas”, foram exercitadas aqui as possíveis contribuições antropológicas para o dia a dia de profissionais de saúde perante os usuários. Afinal, as ingestões ou consumos de suplementos alimentares pelos sujeitos que realizam as práticas corporais são relativos e plurais a depender das suas vidas sociais, dado esse fundamental para os profissionais de saúde que podem entender os distintos tipos de conhecimentos que atravessam esses produtos.

REFERÊNCIAS

- AMPARO-SANTOS; L.; SOARES, M. D. Challenges of academic and scientific output in the interface between Social and Human Sciences and Food and Nutrition Sciences. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 28, n. 1, p. 89-98, 2015.
- APPLEGATE, E. A.; GRIVETTI, L. E. Search for the competitive edge: a history of dietary fads and supplements. **The Journal of Nutrition**, Bethesda, v. 127, n. 5, p. 869-873, 1997.
- ATKINSON, M. Playing with fire: masculinity, health, and sports supplements. **Sociology of Sport Journal**, Champaign, v. 24, n. 2, p. 165-186, 2007.
- AZEVEDO, E. Alimentação, sociedade e cultura: temas contemporâneos. **Sociologias**, Porto Alegre, v. 19, n. 44, p. 276-307, 2017.
- BERTONCELO, E. Classe social e alimentação: padrões de consumo alimentar no Brasil contemporâneo. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, São Paulo, v. 34, n. 100, e3410005, 2019.
- BOLTANSKI, L. **As classes sociais e o corpo**. 3. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2004.
- BOMBARDA, F.; ROCHA, D. A espetacularização dos corpos when protein: as propagandas de suplementos e o fenômeno de objetificação. **Educação, Escola e Sociedade**, Montes Claros, v. 13, e202003, 2020.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Glossário temático: promoção da saúde**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2012.
- CAMPOS, F. M. *et al.* Alimentação coletiva no campo científico da Alimentação e Nutrição: reflexões sobre concepções científicas e pesquisa. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 29, n. 3, p. 425-433, 2016.
- CANESQUI, A. M.; GARCIA, R. W. D. (Orgs.). **Antropologia e Nutrição: um diálogo possível**. Rio de Janeiro: Ed. Fiocruz, 2005.
- CARVALHO, M. C. V. S.; LUZ, M. T.; PRADO, S. D. Comer, alimentar e nutrir: categorias analíticas instrumentais no campo da pesquisa científica. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p. 155-163, 2011.
- CAVA, T. A. *et al.* Consumo excessivo de suplementos nutricionais entre profissionais atuantes em academias de ginástica de Pelotas, Rio Grande do Sul, 2012. **Revista Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 26, n. 1, p. 99-108, 2017.
- COLLAÇO, J.; MENASCHE, R. Comer contemporâneo: e não é que comida continua boa para pensar? **Sociedade e Cultura**, Goiânia, v. 18, n. 1, p. 5-11, 2015.
- DAMICO, J. G. S.; KNUTH, A. G. O des(encontro) das práticas corporais e atividade física: hibridizações e borramentos no campo da saúde. **Movimento**, Porto Alegre, v. 20, n. 1, p. 329-350, 2014.
- DaMATTA, R. **Relativizando: uma introdução à antropologia social**. Rio de Janeiro: Rocco, 2010.
- DESLANDES, S. F. Humanização: revisitando o conceito a partir das contribuições da

- sociologia médica. *In*: DESLANDES, S. F. (Org.) **Humanização dos cuidados em saúde: conceitos, dilemas e práticas**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2006. p. 33-47.
- FALKENBERG, M. B. *et al.* Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a Saúde Coletiva. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 847-852, 2014.
- FERREIRA, J. Prefácio à edição brasileira. *In*: SAILLANT, F.; GENEST, S. (Orgs.) **Antropologia médica: ancoragens locais, desafios globais**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2012. p. 15-18.
- FRAGA, A. B. Promoção da vida ativa: nova ordem físico-sanitária na educação dos corpos contemporâneos. *In*: BAGRICHEVSKY, M. *et al.* (Orgs.) **A saúde em debate na Educação Física**. v. 2, Blumenau: Nova Letra, 2006. p. 105-120.
- GARCIA, R. W. D. A Antropologia aplicada às diferentes áreas da Nutrição. *In*: CANESQUI, A. M.; GARCIA, R. W. D. (Orgs.) **Antropologia e Nutrição: um diálogo possível**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2005. p. 275-286.
- HIJÓS, N. “Fitters”, “paleo” y “veggies”: nuevas formas de clasificar lo comestible. **Educación Física y Ciencia**, La Plata, v. 19, n. 2, e034, 2017.
- KERKSICK, C. M. *et al.* ISSN exercise & sports nutrition review update: research & recommendations. **Journal of the International Society of Sports Nutrition**, Woodland Park, v. 15, n. 38, 2018.
- KLOTZ-SILVA, J.; PRADO, S. D.; SEIXAS, C. M. A força do “hábito alimentar”: referências conceituais para o campo da Alimentação e Nutrição. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 27, n. 4, p. 1065-1085, 2017.
- KRAEMER, F. B. *et al.* O discurso sobre a alimentação saudável como estratégia de biopoder. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 1337-1359, 2014.
- LAZZAROTTI FILHO, A. *et al.* O termo práticas corporais na literatura científica brasileira e sua repercussão no campo da Educação Física. **Movimento**, Porto Alegre, v. 16, n. 1, p. 11-29, 2010.
- LUPTON, D. Food, memory and meaning: the symbolic and social nature of food events. **The Sociological Review**, Oxford, v. 42, n. 4, p. 664-685, 1994.
- MACHADO E. P., FRAGA A. B. Ratos de academia on-line: debates sobre musculação em um fórum virtual. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 25, n. 1, p. 141-150, 2017.
- MACIEL, M. E. Identidade cultural e alimentação. *In*: CANESQUI, A. M.; GARCIA, R. W. D. (Orgs.) **Antropologia e Nutrição: um diálogo possível**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2005. p. 49-55.
- MACIEL, M. E.; CASTRO, H. C. A comida boa para pensar: sobre práticas, gostos e sistemas alimentares a partir de um olhar socioantropológico. **Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde**, Rio de Janeiro, v. 8, supl. 1, p. 321-328, 2013.
- MANSKE, G. S. Práticas corporais e saúde na Educação Física: breves apontamentos acerca da literatura em torno do tema. *In*: ROS, M. A. (Org.) **Núcleos de Práticas Cor-**

porais: pensando as teorias e práticas. São José dos Pinhais: Editora Brazilian Journals, 2020. p. 21-31.

MATTOS, R. S. O efeito placebo dos suplementos alimentares nas academias: um ensaio socioantropológico. **Arquivos em Movimento**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 2, p. 67-84, 2013.
MAUGHAN, R. *et al.* IOC consensus statement: dietary supplements and the high-performance athlete. **British Journal of Sports Medicine**, London, v. 52, p. 439-455, 2018.

MENASCHE, R. Tendências da alimentação contemporânea: percurso e elementos para uma agenda de pesquisa. **Campos - Revista de Antropologia**, Curitiba, v. 19, n. 2, p. 132-145, 2018.

MINTZ, S. W. Comida e antropologia: uma breve revisão. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, São Paulo, v. 16, n. 47, p. 31-41, 2001.

MOURA, R. G. Esculpindo Barbies por meio de suplementos alimentares: corpo, gênero e consumo por uma ótica Queer. **Diálogo com a Economia Criativa**, Rio de Janeiro, v. 4, n. 10, p. 60-77, 2019.

OLIVEIRA, R. C.; VELOZO, E. L.; SILVA, C. L. Cultura, atuação profissional em Educação Física e as práticas corporais. **Impulso**, Piracicaba, v. 26, n. 66, p. 7-19, 2016.

ROTHER, E. T. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 20, n. 2, p. 5-6, 2007.

SABINO, C.; LUZ, M. T.; CARVALHO, M. C. O fim da comida: suplementação alimentar e alimentação entre frequentadores assíduos de academias de musculação e fitness do Rio de Janeiro. **História, Ciências, Saúde - Manguinhos**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 2, p. 343-356, 2010.

SANTOS, J. A. Contributos para uma cultura da nutrição humana. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, Porto, v. 15, n. 1, p. 115-127, 2015.

SANTOS, L. A. S. **O corpo, o comer e a comida**: um estudo sobre as práticas corporais e alimentares no mundo contemporâneo. Salvador: EDUFBA, 2008.

SAUERBRONN, J. F. R.; TONINI, K. A. D.; LODI, M. D. F. Um estudo sobre os significados de consumo associados ao corpo feminino em peças publicitárias de suplementos alimentares. **REAd. Revista Eletrônica de Administração**, Porto Alegre, v. 17, n. 1, p. 1-25, 2011.

SILVA, A. C. **Corpos no limite**: suplementos alimentares e anabolizantes em academias de ginástica. Jundiaí: Paco Editorial, 2017.

SILVA, A. C.; BAPTISTA, T. J. R.; LÜDORF, S. M. A. Usos de suplementos alimentares por praticantes de atividades físicas em academias de ginástica: corpos entre cápsulas, géis, tabletes, pós e líquidos. *In*: SILVA, M. C. P.; ATHAYDE, P.; LARA, L. (Orgs.). **Corpo e Cultura**. v. 7. Natal: EDUFRN, 2020. p. 49-62.

SILVA, A. C.; MENDES, M. I. B. S.; LÜDORF, S. M. A. Dietary supplements in fitness centers: body management and health risks. **Journal of Physical Education**, Maringá, v. 31, n. 1, e-3102, 2020.

SILVA, J. K. *et al.* Alimentação e cultura como campo científico no Brasil. **Physis: Revis-**

ta de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, p. 413-442, 2010.

STOLARSKI, G. *et al.* Blogueiros fitness no Instagram: o corpo e o merchandising editorial de suplementos alimentares. **Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 4, p. 1-21, 2018.

TAVARES, F. Rediscutindo conceitos na Antropologia da Saúde: notas sobre os agenciamentos terapêuticos. **Mana**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 1, p. 201-228, 2017.

THOMAS, D. T.; ERDMAN, K. A.; BURKE, L. M. Position of the Academy of Nutrition and Dietetics, Dietitians of Canada, and the American College of Sports Medicine: Nutrition and Athletic Performance. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics**, Chicago, v. 116, n. 3, p. 501-528, 2016.