

DA CIÊNCIA À DESINFORMAÇÃO: A SUPLEMENTAÇÃO DE ATLETAS DE ALTO RENDIMENTO SOB A PERSPECTIVA DA MÍDIA DIGITAL E DO RISCO DE DOPING

ODS (03, 04 e 16)

Emily Borges (Colégio Max)
Guilherme Santos Marins (Colégio Max)
Marcelo Augusto da Silva Simões (Colégio MAX)

Este projeto de pesquisa convida-nos a uma reflexão aprofundada sobre a complexa jornada do conhecimento na era digital. Propomos uma análise crítica de como as informações sobre suplementação nutricional, elementos vitais para a otimização do desempenho de atletas de alto rendimento, são frequentemente distorcidas e disseminadas por influenciadores digitais. Nosso foco transcende a simples identificação de "fake news"; buscamos compreender os mecanismos socioculturais e algorítmicos que permitem que essas narrativas, muitas vezes irresponsáveis e desprovidas de embasamento científico, se enraizem na comunidade esportiva, culminando em práticas perigosas. Paralelamente, examinamos duas faces alarmantes da mesma moeda: a crescente e preocupante popularização de terapias intravenosas de nutrientes, promovidas como atalhos para a recuperação, e o eterno desafio do doping involuntário, uma ameaça real decorrente de suplementos contaminados com substâncias proibidas.

Nossa meta é clara e urgente: mapear os mitos mais prevalentes, confrontá-los com o rigor das evidências científicas e, a partir dessa análise, construir pontes de informação segura e acessível. Para concretizar essa visão, propomos a criação de um material educativo digital, um guia prático cuidadosamente elaborado por especialistas. Este recurso será projetado para empoderar atletas, técnicos e profissionais de saúde, fornecendo-lhes as ferramentas necessárias para discernir com clareza entre o que é fato comprovado e o que é ficção oportunista. Em essência, este trabalho é um chamado à responsabilidade coletiva, visando não apenas salvaguardar a integridade do esporte, mas, fundamentalmente, proteger a saúde e a longevidade da carreira de quem o pratica.

A suplementação nutricional, quando bem orientada, sempre foi uma aliada estratégica. No entanto, o ecossistema informacional mudou drasticamente. As mídias sociais, com seu ritmo acelerado e apelo visual, transformaram um campo técnico em um palco onde vozes sem qualificação podem, por meio de algoritmos de engajamento, ecoar mais alto que o conhecimento validado por anos de pesquisa. Nesse cenário, a confiança, pilar da relação entre o atleta e a ciência, é colocada em xeque. A ascensão de práticas de risco, como a suplementação intravenosa fora de ambientes clínicos controlados, e a contaminação oculta de produtos representam perigos que podem encerrar carreiras e comprometer a saúde de forma irreversível.

Para alcançar nossos objetivos, adotaremos uma abordagem metodológica multifacetada em três etapas interligadas. Primeiramente, realizaremos uma Observação Criteriosa da Desinformação, com uma imersão sistemática em plataformas como Instagram, TikTok e YouTube para identificar e catalogar os mitos mais difundidos. Em seguida, procederemos a uma Revisão e Validação Científica, onde mergulharemos na literatura científica — artigos revisados por pares, meta-análises e consensos de órgãos internacionais — para confrontar cada narrativa com evidências robustas. Finalmente, na etapa de Construção de uma Proposta Educativa, utilizaremos as descobertas para criar um guia digital interativo e visualmente atraente, traduzindo o conhecimento científico complexo para uma linguagem clara e aplicável.

Nossa expectativa é que este projeto sirva como um farol, iluminando os perigos da desinformação. Esperamos não apenas identificar os riscos, mas também fornecer soluções tangíveis, como um checklist para a escolha de suplementos com certificação de boas práticas e ausência de substâncias proibidas.

Terapia Intravenosa de Nutrientes; Integridade Esportiva; Desinformação Nutricional.