

ANEXO B – FORMULÁRIO DE INDICADORES DE IMPACTOS DA PESQUISA

Autor(a): **Gabriel Lissoni De Souza**

Orientador(a): **Luiz Henrique Rezende Maciel**

Programa de Pós-Graduação em: **Nutrição e Saúde**

Título do trabalho: **Efeitos da suplementação aguda e crônica de nitrato no desempenho de membros superiores em mulheres praticantes de exercício resistido**

Ação Climática:

- ☐ () Agricultura de baixa emissão de carbono
- ☐ () Uso sustentável da água e do solo
- ☐ () Produção orgânica e sustentável
- ☐ () Bioenergia, compostagem, biodigestores
- ☐ () Energia limpa e renovável
- ☐ () Eficiência energética ou inovação ambiental
- ☐ () Manejo de resíduos ou recuperação de áreas degradadas
- ☒ (X) Não se aplica.

Tipos de Impactos:

- ☐ () sociais ☐ () tecnológicos ☒ (x) econômicos ☐ () culturais ☒ (x) outros: Saúde e Desporto

Áreas Temáticas da Extensão:

- | | |
|--|---|
| ☐ () 1. Comunicação | ☐ () 5. Meio ambiente |
| ☐ () 2. Cultura | ☒ (X) 6. Saúde |
| ☐ () 3. Direitos humanos e justiça | ☐ () 7. Tecnologia e produção |
| ☐ () 4. Educação | ☐ () 8. Trabalho |

Objetivos de Desenvolvimento sustentável (ODS) da ONU impactados

- | | |
|---|---|
| ☐ () 1. Erradicação da pobreza | ☐ () 10. Redução das desigualdades |
| ☐ () 2. Fome zero e agricultura sustentável | ☐ () 11. Cidades e comunidades sustentáveis |
| ☒ (X) 3. Saúde e Bem-estar | ☒ (X) 12. Consumo e produção responsáveis |
| ☐ () 4. Educação de qualidade | ☐ () 13. Ação contra a mudança global do clima |
| ☐ () 5. Igualdade de Gênero | ☐ () 14. Vida na água |
| ☐ () 6. Água potável e Saneamento | ☐ () 15. Vida terrestre |

- () 7. Energia Acessível e Limpa () 16. Paz, justiça e instituições eficazes
() 8. Trabalho decente e crescimento econômico () 17. Parcerias e meios de implementação

Impactos sociais, tecnológicos, econômicos e culturais

A pesquisa tem como público-alvo pesquisadores e estudantes das áreas da educação física e nutrição, fazendo com que a mesma se estabeleça na área da saúde considerando as oito áreas temáticas da Política Nacional de Extensão. Para a realização do estudo foi necessária a participação de voluntárias de fora da universidade, que receberam acompanhamento nutricional e de profissionais da educação física para fazer as sessões de treinamento e avaliações antropométricas durante o período dos testes, sendo estes fatores que promovem alguma melhora na qualidade de vida das participantes, e o que traz um caráter extensionista para o trabalho. Sendo assim o grupo populacional impactado com o resultado da pesquisa são principalmente mulheres entre 18 e 40 anos praticantes de exercícios resistidos. O estudo envolveu muitos pesquisadores sendo eles três docentes da Universidade Federal de Lavras, dois mestrandos do programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde e nove graduandos dos cursos de Educação Física e Nutrição. E alinhando os objetivos do presente estudo aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Organização das Nações Unidas (ONU), este projeto tem o potencial de contribuir de forma significativa em várias das áreas contempladas. Este projeto pode trazer contribuições para o setor industrial, ao fomentar inovações do setor. Especificamente, caso os resultados da pesquisa sobre a suplementação de nitrato atendam as hipóteses e sejam positivos, as empresas terão a oportunidade de utilizar os dados achados para aprimorar a dosagem, produção e a comercialização do suplemento ergogênico do nitrato. Junto disso, o trabalho principalmente pode impactar positivamente na melhoria da saúde e bem-estar geral, uma vez considerando os diversos benefícios comprovados da prática de exercícios resistidos atrelados aos possíveis efeitos positivos da suplementação de nitrato durante a prática de exercícios físicos.

Social, technological, economic and cultural impacts

This research is aimed at investigators and students in the fields of physical education and nutrition, situating it within the health sciences as defined by Brazil's National Extension Policy. The study's implementation relied on the participation of volunteers from the external community. These participants were provided with nutritional counseling and were guided by physical education professionals through training sessions and anthropometric assessments over the course of the trial. This methodology not only fosters improvements in the participants' quality of life but also imbues the work with a community outreach component. As such, the population most directly impacted by the study's outcomes are women aged 18 to 40 engaged in resistance training. The research team is composed of three faculty members from the Federal University of Lavras, two master's candidates from the Graduate Program in Nutrition and Health, and nine undergraduate students from the Physical Education and Nutrition programs. In alignment with the United Nations' (UN) Sustainable Development Goals (SDGs), this project is poised to make significant contributions across several domains. It holds the potential to drive innovation within the industrial sector; should the findings on nitrate supplementation confirm our hypotheses, corporations could leverage this data to

optimize the dosage, manufacturing, and marketing of this ergogenic supplement. Above all, this work is expected to positively impact public health and well-being by combining the established benefits of resistance training with the prospective advantages of nitrate supplementation.

Assinatura Discente

Assinatura Orientador

Obs.: As assinaturas devem ser realizadas por meio da plataforma Gov.br, ICPEdu ou outra autenticável que contenha data.