



## CERTIFICADO DE CONCLUSÃO DO CURSO

Parabéns, Maria Ita Ferreira de Macedo

Curso finalizado no dia 12/03/2025 às 10:25 H:

## Suplementação para Atletas e Desportistas

A Nutrier certifica que **Maria Ita Ferreira de Macedo** de documento número **62342560311**, concluiu com total aproveitamento o curso Suplementação para Atletas e Desportistas com a carga horária total de 18:00h.

**Marlon Miranda Castro**  
Diretor Executivo

**Nathália de Urzêda Cruz**  
Coordenadora de Cursos  
CRN-1: 8709

# Conteúdo do curso

---

## Módulo I

- Legislações e Definições
- Legislação e Definições- II
- Beta-alanina
- Bicarbonato
- Creatina
- Carboidratos

## Módulo II

- Fontes de Nitrato
- Citrulina
- Cafeína
- Probióticos
- Água e eletrólitos
- Vitaminas e Minerais
- Produtos para melhora do sono

## Módulo III

- Produtos comerciais pré-treino
- Produtos comerciais intratreino
- Produtos comerciais pós-treino
- Produtos de uso contínuo ou esporádico
- Prescrição de suplementos manipulados individualizados
- Prescrição de fitoterápicos para melhora do desempenho
- Exercícios Finais 1
- Exercícios Finais 2
- Exercícios Finais 3
- Exercícios Finais 4
- Exercícios Finais 5

Exercícios Finais 6

Exercícios Finais 7

Exercícios Finais 8

Exercícios Finais 9

Exercícios Finais 10