

Time Ajinomoto tem na nutrição uma poderosa aliada em busca de medalhas nos Jogos de Paris 2024

Por meio do programa "Alimentação para Vencer - Kachimeshi®", atletas do Time Ajinomoto aliam conhecimento nutricional à estratégia de treinamento



São Paulo, abril de 2024 – Na preparação para os Jogos Paris 2024, existe um ponto em comum na rotina de atletas de modalidades diferentes, como **Ana Marcela Cunha** (águas abertas), **Rafael Silva, o Baby** (judô), **Thiago Paulino** (atletismo paralímpico) e **Bruna Takahashi** (tênis de mesa): o cuidado com a nutrição. Esses quatro ídolos do esporte olímpico e paralímpico do Brasil, assim como os demais integrantes do **Time Ajinomoto**, têm no programa **“Alimentação para Vencer - Kachimeshi®”** um aliado fundamental em busca de grandes resultados a partir de 26 de julho, data da cerimônia de abertura dos próximos Jogos Olímpicos.

“A alimentação é uma das estratégias-chave dentro de um plano de treinamento, saúde e performance. Ela pode contribuir não apenas para deixar o atleta mais preparado para a carga de trabalho, mas também para obter todas as adaptações positivas dentro da rotina”, explica Alan Nagaoka, nutricionista esportivo e consultor da Ajinomoto do Brasil.

“A nutrição dá suporte às planificações e periodizações de treinamento. As exigências do alto rendimento requerem atenção redobrada na dieta, por estabelecerem demandas físicas extremas. O equilíbrio de macronutrientes, vitaminas e minerais acabam por exercer um papel significativo na recuperação e performance de um atleta”, complementa Caroline Yoshioka, também nutricionista esportiva e consultora da empresa.

Dados comprovam o benefício de uma alimentação saudável e balanceada na rotina de um atleta. “Um estudo de intervenção nutricional com jogadores de beisebol teve resultados interessantes. Em comparação com um grupo controle, o estado nutricional, composição corporal e desempenho, antes e depois da intervenção, demonstram melhora significativa do desempenho dos atletas (*JONES et al, 2017*). Um outro estudo avaliou um grupo de nadadores durante sete semanas de intervenção nutricional.

Houve melhora significativa nos níveis de desempenho (22,2%) e hidratação (8,4%)” (SPARKS et al, 2021), afirma Yoshioka.

Projeto inovador

O projeto conta com o programa de educação nutricional ‘**Alimentação para Vencer - Kachimeshi®**’, que visa incentivar uma alimentação equilibrada e saborosa para melhor desempenho no esporte. “O programa tem como base refeições equilibradas de acordo com a periodização de treino do atleta. Além da inclusão de extra nutrientes, como os aminoácidos, sempre que necessário para auxiliar na recuperação e performance”, explica Izabel Alves, supervisora da área de Marketing-Nutrição da Ajinomoto do Brasil.

Para Nagaoka, desde que chegou ao Brasil em 2019, o **Projeto Vitória** vem alcançando seu objetivo de auxiliar na rotina do alto desempenho e compartilhar informações sobre nutrição saudável para o público em geral. “Trata-se de um projeto ousado e inovador. Ele é baseado em uma iniciativa que apoia o centro de treinamento do Comitê Olímpico do Japão e, quando a gente pensa numa ilha muito menor do que o Estado de São Paulo, ficamos imaginando como eles conseguem ter tantos campeões mundiais”, destaca o nutricionista, ressaltando também o papel que o projeto tem em inspirar as pessoas.

“Aqui no Brasil, o Projeto Vitória foi adaptado às nossas características culturais e regionais e, além de fazer com que os atletas mantenham ou superem o nível que estão, o programa ‘Alimentação para Vencer - Kachimeshi®’ tem como objetivo auxiliar praticantes de atividade física e outros que estão em um estágio inicial, e incentivar para que se sintam motivados a melhorar sua performance. É um ciclo que acaba sendo extremamente vitorioso e que pode melhorar muito a saúde e bem-estar da nossa sociedade no geral”, completa Nagaoka.

“O programa de educação nutricional da Ajinomoto do Brasil apresenta a relação direta de ‘comida com propósito’, no qual, por meio dos objetivos esportivos, os indivíduos compreendem de que forma sua conduta alimentar pode influenciar em suas conquistas e no seu desempenho. Além da proposta de ‘se alimentar para vencer’, o projeto revigora a ‘longevidade esportiva’, pois, pela adequação alimentar proposta, compreende-se que o atleta terá melhor suporte nutricional para sua recuperação, saúde e sucesso esportivo”, analisa Caroline Yoshioka.

Para auxiliar nos resultados que o programa ‘Alimentação para Vencer - Kachimeshi®’ pode alcançar, o cuidado no descanso é muito importante. “Estudos comprovam que o sono afeta a nossa alimentação e vice-versa. Indivíduos que comem mal, dormem mal. O controle de estresse também é relevante. Quando a gente pensa naquele detalhe que faz a diferença para um atleta de alto rendimento, não podemos esquecer que o nosso corpo e a mente precisam ficar extremamente equilibrados”, diz Alan Nagaoka.

Por fim, um trabalho interado de suporte ao atleta também influencia no sucesso de um planejamento nutricional. “Uma relação importante está na integração das áreas que dão apoio ao atleta, como nutrição, medicina, psicologia, fisioterapia e o treinamento. É importante que estas áreas estejam sempre alinhadas e que este processo seja realizado com o suporte e auxílio de profissionais qualificados e da família, que é

considerada um alicerce no rendimento esportivo dos atletas”, afirma Caroline Yoshioka.

Sobre o Projeto Vitória

O Time Ajinomoto faz parte do Projeto Vitória, iniciativa criada pela empresa em 2003, no Japão, e que chegou ao Brasil em 2019 com o objetivo de contribuir para o fortalecimento do esporte nacional. Atletas olímpicos e paralímpicos compõem o grupo e recebem suporte nutricional por meio do programa de educação nutricional “Alimentação para Vencer - Kachimeshi®” e dos suplementos alimentares aminoVITAL®.

Sobre a Ajinomoto do Brasil

Presente no Brasil desde 1956, a Ajinomoto é uma multinacional japonesa e referência mundial em aminoácidos. A empresa oferece produtos de qualidade tanto para o consumidor como insumos para as indústrias alimentícia, cosmética, esportiva, farmacêutica, de nutrição animal e agronegócios. Atualmente, a unidade brasileira é a terceira mais importante do Grupo Ajinomoto fora do Japão, atrás apenas da Tailândia e dos Estados Unidos. A linha de produtos da empresa voltada ao consumidor é composta pelo tempero umami AJI-NO-MOTO®, AJI-SAL®, Tempero SAZÓN®, Caldo SAZÓN®, SAZÓN® Tempera & Prepara, HONDASHI®, SABOR A MI® e SABOR A MI® Receita de Casa, além das sopas individuais VONO®, VONO® Proteína e da linha de sopas cremosas e claras VONO® Chef. Também se destacam os refrescos em pó MID® e MID ZERO™, o azeite de oliva extra virgem TERRANO®, o azeite de oliva tipo único TERRANO® e a linha TERRANO® Veggie Burger, o SATIS!® Molho Shoyu, além de aminoVITAL® GOLD e aminoVITAL® GOLD DRINK MIX, produtos compostos por nove aminoácidos essenciais para a recuperação de atletas e entusiastas do esporte. No Brasil, a companhia também atua no segmento de food service (alimentação fora do lar). Com quatro unidades fabris, localizadas no estado de São Paulo, nas cidades de Limeira, Laranjal Paulista, Valparaíso e Pederneiras, e sede administrativa na capital, emprega cerca de 3 mil funcionários e atende tanto ao mercado interno como ao externo. O Grupo Ajinomoto obteve faturamento global de US\$ 10 bilhões e nacional de R\$ 3,4 bilhões no ano fiscal de 2022. Atualmente, está presente em 36 países, possui 117 fábricas e cerca de 34 mil funcionários em todo o mundo. Para saber mais, acesse www.ajinomoto.com.br.

INFORMAÇÕES PARA IMPRENSA | AJINOMOTO DO BRASIL

Race Comunicação

Tel.: (11) 2894-5607/2548-0720

Marcelo Laguna – Cel.: (11) 99184-7864

Maira Manesco – Cel.: (11) 97266-9832

assessoria.projetovitoria@agenciarace.com.br