



INSEP

Portfólio dos participantes na
videoconferência





Arthur Voisin

Nutricionista - Dietista

Arthur Voisin é nutricionista no INSEP.

Suas principais missões se concentram em fornecer apoio individual a atletas de alto rendimento do INSEP nas seguintes modalidades: badminton, boxe, natação, taekwondo e tiro com arco.

Arthur também dedica seu tempo à criação de materiais educativos para atletas e participa de projetos.
coletivo de saúde dos atletas do INSEP

Dietética - Nutrição

Prevenção

Saúde

Gerenciamento de projetos

EXPERIÊNCIAS SIGNIFICATIVAS

- **INSEP** (desde outubro de 2023) – Nutricionista
- **Centro de Saúde Martinière** (Saclay) (março de 2023-Outubro de 2023)
- **Tour de France - ASO** - Nutricionista (2019-2020-2021-2022)
- **Prefeitura de Mulhouse** – Oficial de Prevenção em Saúde (2021-2022)
- **Fundo Nacional de Seguro de Saúde** (2019-2020) – Gerente de Projetos de Prevenção
- **Cidade de Anthony** – Gerente de Projetos, Departamento de Promoção saúde

TREINAMENTO

- **Universidade de Montpellier** : Mestrado em Prevenção e Educação para a Saúde, Atividade Física, STAPS (Ciência e Técnicas das Atividades Físicas e Desportivas)
- **Universidade de Tours** : DUT em Engenharia Biológica - Opção Dietética (Diploma de Nutricionista)
- **Universidade de Orléans** : Bacharelado em "Treinamento Esportivo", STA"S
- **Universidade de Orléans** : Licenciatura em "Educação e Competências Motoras", STAPS

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

• Consultas individuais ou em grupo

- Avaliação de necessidades, desenvolvimento de planos alimentares, otimização de desempenho e recuperação, controle de peso e composição corporal, criação de cardápios esportivos

• Educação e capacitação de atletas.

- Coautoria de fichas informativas educativas sobre recuperação e nutrição para atletas do INSEP e da rede INSEP em geral

• Grupos de Trabalho sobre Saúde do Atleta • 2026:

Participação no grupo de trabalho dedicado à detecção de REDS entre atletas de alto nível no INSEP

- 2026: Participação no projeto "Livro de Receitas" da rede Grand INSEP
- 2026: Facilitação de webinars sobre snacks como parte do projeto Grand INSEP
- 2025: Participação em uma mesa redonda no congresso de nutrição em Dublin (Esporte) Instituto da Irlanda)
- 2024: Envolvido na organização e condução da oficina de lanches para atletas olímpicos e paralímpicos durante o acampamento base dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos de Paris INSEP.





Carole MAITRE

Especialista em Ginecologia e Medicina Esportiva

A Dra. Carole Maitre é especialista em ginecologia e medicina esportiva no INSEP desde 1990. Especialista no acompanhamento das necessidades específicas de atletas de elite do sexo feminino, ocupa cargos federais nas comissões médicas da Federação Francesa de Atletismo (FFF).

Carole Maitre é uma atleta de rúgbi, handebol e futebol. Ela ocupa outros cargos no movimento esportivo, notadamente como presidente da Comissão Médica da CNSOF. Também lecionou e orientou teses e dissertações médicas sobre esporte e saúde.

Ginecologia

Alto desempenho

Saúde das mulheres atletas

Educação e conscientização

EXPERIÊNCIAS SIGNIFICATIVAS

- **INSEP** (desde 1990) - Especialista em Ginecologia - médica do esporte responsável pelas necessidades específicas de atletas femininas de elite
- **CNOSF** (2025-2029) – Presidente da Comissão médico do CNOSF
- **Faculdades de Medicina Paris 5 e 6, Nantes, Angers UCO e INSEP** : Ensino e orientação de teses e dissertações médicas sobre esporte.

TREINAMENTO

- **Universidade Paris V - René Descartes** : Doutor em Medicina, especialista em ginecologia médica
- **Universidade Paris V - René Descartes** : Capacidade Licenciada em Biologia e Medicina Desportiva.

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

• Consultas de ginecologia esportiva •

Monitoramento de ciclos menstruais e distúrbios, prevenção de riscos relacionados ao esporte de alto nível, contracepção, menopausa.

• Educação e conscientização

- Criação de materiais informativos para atletas femininas: *Ciclos menstruais, contracepção antes da competição. Mulheres no esporte: períneo, perguntas e respostas. Mulheres no esporte: menstruação, contracepção e desempenho. 2022, INSEP.*
- Participação em documentos informativos sobre esportes e saúde para mulheres, em conjunto com o Ministério de Esporte *"Posso participar de atividades físicas e esportivas durante a gravidez e após o parto."* *"Movimentar-se com endometriose", "Esporte de alto nível e maternidade: é possível"*
- Oficina de conscientização sobre ciclos menstruais, períneo e desempenho no âmbito da Rede Grand INSEP e no INSEP

PUBLICAÇÕES (5/28)

Publicações sobre as características específicas da prática esportiva feminina:

- Especificidades ginecológicas da atleta de elite. Bull Acad Natl Med 2025;209:519-27

• Esporte e gravidez. Rev Prat. 2024 Jun;74(6):622-626 • Endometriose, atividade física e esporte. Rev Prat. 2024 Jun;74(6):617-626.

- Mulheres jovens e esporte de elite Rev Prat. 2024 Jun;74(6):606-611.

- A Mulher Olímpica (coautora, Bull Acad Natl Med. 2019;203(5):291-298)



Guilherme TOFFOLI

**Doutorado. Chefe de coordenação e monitoramento
de projetos científicos – Departamento Médico do INSEP**

Guillaume Toffoli é um pesquisador responsável por estruturar o monitoramento e a otimização de projetos científicos e operacionais dentro do departamento médico.

EXPERIÊNCIAS SIGNIFICATIVAS

- **Docente e pesquisador na** Universidade de Tecnologia de Compiègne (Doutorado)
- **Apoiar atletas olímpicos e Paralimpíadas** – Independente
- **Avaliações psicofisiológicas e desenvolvimento de planos de treinamento personalizados**

TREINAMENTO

- Aluno de doutorado em pesquisa – Universidade de Bolonha Itália com o Professor Marcora
- “Percepção de esforço: abordagens metrológicas e aplicações ao desempenho de resistência em indivíduos sem deficiência e naqueles com lesões na medula espinhal”
- Mestrado em STAPS EOPS – Treinamento e otimização do desempenho atlético

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

Coordenação de projetos científicos • Detecção

e gestão de REDs – Grupo de trabalho multidisciplinar sobre a detecção e gestão de atletas femininas com REDs

- Projeto sobre lesões no punho e na mão na esgrima – retrospectiva epidemiológica • Projeto sobre

o ligamento colateral lateral do joelho – retrospectiva epidemiológica

- Produção da cartilha para atletas femininas – Saúde da Atleta Feminina

- Otimização das avaliações de precisão do RTP (Retorno ao Jogo) • Projeto

para criar um registro de valores de referência para testes isocinéticos diferentes modalidades esportivas permanentemente no INSEP

- Projeto de tutorial em vídeo sobre cintagem

Construindo ferramentas profissionais

- Painéis de controle, aplicativos de negócios, aprimoramento de práticas profissionais

Implementação de experimentos

- A utilidade da terapia TECAR para fisioterapeutas no atendimento a atletas

Intercâmbios entre partes interessadas

internacionais • Alemanha, Espanha, Austrália, Canadá, Rede INSEP Ampliada





**INSTITUT NATIONAL DU SPORT,
DE L'EXPERTISE ET DE LA PERFORMANCE**

11, avenue du Tremblay - 75012 PARIS
Tél. : 01 41 74 41 00

www.insep.fr

