



Simpósio de Integração Acadêmica

“Bicentenário da Independência: 200 anos de ciência, tecnologia e inovação no Brasil e 96 anos de contribuição da UFV”

SIA UFV 2022



Análise da aptidão física em escolares praticantes de um projeto de futebol no contra turno escolar

REIS, Mariana Bueno; GUILHERME, Larissa Quintão; ARAÚJO, Ana Vitória Paes; SILVA, Vanessa Luiza Oliveira; SOUSA, Dara Tatiane Gonçalves; TRIGO, Ricardo Wagner de Mendonça

Aptidão Física, Saúde, Futebol

Categoria do Trabalho - Pesquisa

Introdução

A Aptidão Física é um dos fatores biológicos que pode contribuir com a proteção do organismo ao aparecimento e ao desenvolvimento de distúrbios, que são resultantes do comprometimento funcional do organismo, dessa forma, a avaliação da Aptidão Física deve ser um alvo de mais atenção nas aulas de Educação Física escolar, pois nos fornece subsídios para a elaboração de um planejamento de atividades e conteúdo, que possibilitem a melhora desta.

Objetivos

Analisar os níveis de aptidão física relacionada à saúde em escolares com idade entre 7 e 15 anos, praticantes de um projeto de futebol no contraturno escolar na cidade de João Monlevade/MG, além de levantar os dados relativos ao índice de massa corporal (IMC), relação cintura estatura (RCE), flexibilidade, força de membros superiores, resistência abdominal, aptidão cardiorrespiratória e velocidade, e classificar os participantes do estudo na zona de risco à saúde (ZRS) ou zona saudável (ZS).

Material e Métodos

Esta pesquisa se caracteriza como exploratória, descritiva, através de uma pesquisa de campo, na qual foi aplicada a bateria de testes do PROESP-BR. A amostra foi composta de 42 escolares do sexo masculino. As variáveis analisadas foram: IMC, RCE, flexibilidade, potência de membros superiores, velocidade, aptidão cardiorrespiratória e resistência abdominal medidos utilizando o protocolo PROESP-BR. Para análise de dados utilizamos a média e desvio padrão das variáveis, de forma geral e também de acordo com as idades, além de utilizar os parâmetros do PROESP-BR para enquadrar a amostra em ZS ou ZRS.

Resultados

Após a coleta e tabulação dos dados, pode-se observar que a amostra se encontra na ZS nas variáveis de IMC, RCE, aptidão cardiorrespiratória, velocidade e força de membros superiores, enquanto se encontram em ZRS nas variáveis de resistência abdominal e flexibilidade, sendo esta última em escala mais crítica.

Conclusões

Verifica-se que a maioria das crianças se enquadram na ZS na análise da aptidão física, porém nas variáveis de flexibilidade e resistência abdominal a maior parte delas obteve resultados considerados críticos, o que causa uma preocupação, uma vez que isso pode causar um maior risco das crianças e adolescentes desenvolverem distúrbios posturais, pelo enfraquecimento e encurtamento das musculaturas estabilizadoras da coluna vertebral, como os músculos abdominais e dorsais, a curto, médio e longo prazo. Com os resultados obtido através dessa pesquisa, faz-se necessário que estratégias de intervenção sejam aplicadas para que se alcance a ZS em todas as variáveis avaliadas. Além disso, o estudo possibilitou um olhar mais aguçado para o que, e em que, os alunos precisam melhorar, tanto de forma individual quanto em grupo.

Bibliografia

GAYA, A.R; GAYA, A; PEDRETTI, A; MELLO, J. Projeto Esporte Brasil: Manual de medidas, testes e avaliações. 5a ed. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2021.

PeNSE. Pesquisa nacional de saúde do escolar: 2015 / IBGE, Coordenação de População e Indicadores Sociais. - Rio de Janeiro: IBGE, 2016. 132 p.