



Simpósio de Integração Acadêmica

“Ciências Básicas para o Desenvolvimento Sustentável”

SIA UFV 2023



Avaliação da aptidão física relacionada à saúde e aptidão motora em adolescentes de Florestal/MG

Maria Eduarda Araújo Lara- Universidade de Federal de Viçosa-*Campus Florestal*/ maria.e.lara@ufv.br, Osvaldo Costa Moreira – Universidade Federal de Viçosa- *Campus Florestal*, Izabela Mendes Alves- Universidade de Federal de Viçosa-*Campus Florestal* /izabela.alves@ufv.br , Érike Augusto de Sousa Resende- Universidade de Federal de Viçosa-*Campus Florestal*/ erike.resende@ufv.br, Claudia Eliza Patrocínio de Oliveira- Universidade Federal de Viçosa.

Aptidão física; escolares; saúde.

Introdução

A aptidão física, que inclui aspectos biológicos e psicossociais, desempenha um papel fundamental no bem-estar e na saúde global. Mesmo que as doenças cardiovasculares sejam mais frequentes em adultos, podem ter suas raízes em fatores de risco que se desenvolvem durante a infância e adolescência. Portanto, a baixa aptidão física relacionada à saúde (AFRS) pode ser associada ao surgimento de problemas de saúde.

Objetivos

O presente projeto teve por objetivo avaliar o comportamento de variáveis clínicas, antropométricas e motoras como indicadores de AFRS e aptidão motora em adolescentes de Florestal/MG.

Material e Método

A amostra envolveu um grupo de 56 estudantes da Escola Estadual Serafim Ribeiro de Resende, composto por 27 meninos e 29 meninas, todos regularmente matriculados nos níveis de ensino fundamental e médio. Para a coleta de dados, foram realizados testes clínicos, incluindo medição da pressão arterial e frequência cardíaca, avaliação antropométrica que envolveu medidas de massa corporal, estatura e dobras cutâneas, e avaliação motora que incluiu medidas de flexibilidade, força/resistência abdominal, força dos membros superiores e aptidão cardiorrespiratória. A análise estatística foi conduzida utilizando o software estatístico SPSS for Windows, versão 21, e incluiu a utilização de estatísticas descritivas e o teste t de Student para comparar as variáveis relacionadas à aptidão física entre os sexos.

Apoio financeiro



Resultados e Discussão

É possível observar pelos valores encontrados que, as variáveis relacionadas ao percentual de gordura apontaram diferenças entre os sexos sendo maior no grupo feminino ($p < 0,001$). Além disso, foram identificadas diferenças significativas na força abdominal e na força dos membros superiores, respectivamente, maiores no sexo masculino ($p < 0,001$).

Conclusões

Com base nos resultados obtidos, sugere-se a necessidade de intervenção com programas de promoção da saúde destinados a promover mudança de estilo de vida dos escolares. Enfatizando o trabalho, o aprimoramento e o desenvolvimento dos componentes da aptidão física relacionada à saúde.

Bibliografia

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. **Manual do ACSM para avaliação da aptidão física relacionada à saúde**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

GUEDES, D.P.; GUEDES, J.E.R.P.; BARBOSA, D.S.; OLIVEIRA, J.A. Atividade física habitual relacionada à saúde em adolescentes. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 10 n. 1, p. 13-21, 2002.

SLAUGHTER, M.H.; LOHMAN, T.G.; BOILEAU, R.A.; HORWILL, C.A.; STILLMAN, R.J.; VAN LOAN, M.D.; BEMBEN, D.A. Skinfold e equations for esmation of body fatness in children and yonth. **Human Biology**, v. 60, n. 5, p. 709-723, 1988.

Agradecimentos

