



# Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde Brazilian Journal of Physical Activity and Health

## RBAFS

SOCIEDADE BRASILEIRA DE ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

Rev Bras Ativ Fis e Saúde • Pelotas/RS • 20 (Suplemento 1) • ISSN 2317-1634 • Dez/2015

### EDITORES-CHEFE

Airton José Rombaldi

*Universidade Federal de Pelotas, RS, Brasil*

Cassiano Ricardo Rech

*Universidade Federal de Santa Catarina, SC, Brasil*

José Cazuza de Farias Júnior

*Universidade Federal da Paraíba, PB, Brasil*

### EDITORES ASSOCIADOS

Fábio Yuzo Nakamura

*Universidade Estadual de Londrina, PR, Brasil*

Felipe Reichert

*Universidade Federal de Pelotas, RS, Brasil*

Giovâni Firpo Del Duca

*Universidade Federal de Santa Catarina, SC, Brasil*

Grace Angélica de Oliveria Gomes

*Universidade Federal de São Carlos, SP, Brasil*

Jorge Mota

*Universidade do Porto, Portugal*

Julia Nogueira

*Universidade de Brasília, DF, Brasil*

Marcelo Cozzensa Silva

*Universidade Federal de Pelotas, RS, Brasil*

Mathias Roberto Loch

*Universidade Estadual de Londrina, PR, Brasil*

Rafael Rafael Miranda Tassitano

*Universidade Federal Rural de Pernambuco, PE, Brasil*

Raphael Ritti-Dias

*Hospital Israelita Albert Einstein, SP, Brasil*

### CONSELHO EDITORIAL

Dartagnan Pinto Guedes (Brasil)

Jorge Mota (Portugal)

Juarez Vieira do Nascimento (Brasil)

Harold W. Kohl III (EUA)

I-Min Lee (EUA)

Lars-Bo Andersen (Dinamarca)

Olga Lúcia Sarmiento (Colômbia)

Markus Vinicius Nahas (Brasil)

Michael Pratt (EUA)

Mitchell Collins (EUA)

Monika Takito (Brasil)

Ross Brownson (EUA)

Tânia Bertoldo Benedetti (Brasil)

Ulf Ekelund (Inglaterra)

### MISSÃO

*Fomentar o desenvolvimento científico e profissional no âmbito da atividade física e saúde a fim de contribuir para a promoção de estilos de vida fisicamente ativos e saudáveis na população brasileira.*

### EXPEDIENTE

Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde /  
Brazilian Journal of Physical Activity and Health  
Universidade Federal de Pelotas  
Rua Marechal Deodoro, 1160  
Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil  
CEP 96020-220  
Fone/Fax 55 (53) 3284-1300  
[www.sbafs.org.br](http://www.sbafs.org.br)  
e-mail: [rbafs@sbafs.org.br](mailto:rbafs@sbafs.org.br)

### Capa, projeto gráfico e diagramação

Café com Leite Estúdio Gráfico  
[cafecomleite.estudio@gmail.com](mailto:cafecomleite.estudio@gmail.com)

### Normatização documental

Patrícia de Borba Pereira - CRB10/1487

### Publicação

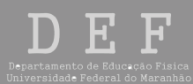
Bimestral

A Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde é indexada por:

LILACS Literatura Latino-Americano e do Caribe em Ciências da Saúde

SIBRADID Sistema Brasileiro de Documentação e Informação Desportiva

## Realização



CBAFS - Congresso Brasileiro de Atividade Física & Saúde  
[www.CBAFS.org.br](http://www.CBAFS.org.br)

## Apoio



# X Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde (X CBAFS)

Wellington Roberto Gomes de Carvalho

Em novembro de 2013, na cidade de Curitiba (PR), durante a Assembleia Geral da Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde, São Luís (MA) foi apresentada e, por unanimidade, escolhida como sede em 2015 do X Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde (X CBAFS). A organização desta edição coube à Universidade Federal do Maranhão, ao Departamento de Educação Física e ao Laboratório de Estudos e Pesquisas Epidemiológicas em Atividade Física, Exercício e Esporte (LAPAES). A tarefa de organização do X CBAFS foi aceita com confiança e responsabilidade em saber que um grande desafio estaria por vir e, desde então, iniciamos os trabalhos para proporcionarmos um congresso de alto nível. O nosso desafio, além de manter a qualidade já alcançada do evento, infere em São Luís ser a primeira capital do Nordeste a sediar o mais importante congresso da área, possuir poucos cursos de Educação Física, sendo assim, exigindo maior esforço para atrair o público alvo do evento e, acima de tudo, consolidar a área de atividade física e saúde no estado do Maranhão, que até a definição de sua capital como sede do X CBAFS, não possuía sequer um grupo de pesquisa consolidado na área de atividade física e saúde. Com o tema “Desigualdades, Atividade Física e Saúde no Brasil”, o evento já instiga a comunidade a refletir sobre a relevância em discutir temáticas emergentes e contemporâneas e mostrar, comparar e analisar quais são as diferenças, dificuldades ou facilidades que existem em promover a atividade física em regiões tão distintas de nosso país.

Nesta edição recebemos 500 participantes, oriundos de 21 estados do Brasil e quatro países de três continentes. Ao todo temos 323 trabalhos sendo apresentados pelos congressistas, além dos cursos, mesas redondas, eventos satélites, reuniões científicas e conferências. O X CBAFS recebeu um total de 340 resumos e 21 estados brasileiros estão representados e vale ressaltar que o Peru é o único país estrangeiro representado por trabalhos nesta edição.

Em comparação aos eventos anteriores, houve uma alteração importante quanto a distribuição e frequência de trabalhos tanto por estados quanto por regiões. Embora a região Sul do país tenha um elevado número de resumos ( $n=115$ ) e a cidade de Florianópolis tenha sido a com maior número de resumos enviados ( $n=46$ ), a região Nordeste foi a com maior quantidade de resumos enviados ( $n=155$ ) e quatro das cinco cidades que mais contribuíram com envio de resumos fazem parte da região Nordeste, sendo São Luís a segunda cidade com maior número de trabalhos ( $n=43$  ou 12% do total). Quanto aos estados da federação houve um maior equilíbrio entre as regiões, com Santa Catarina (1º) e Rio Grande do Sul (4º) sendo os dois estados representantes do Sul do país entre os cinco que mais contribuíram e Maranhão (2º), Bahia (3º) e Ceará (5º) representando o Nordeste.

Congressos científicos são ótimas oportunidades para apresentar e conhecer o que de mais atual vem sendo estudado e publicado dentro de uma área do conhecimento, além de ser uma possibilidade de construir redes de relacionamento entre pesquisadores, alunos e profissionais da área. Neste sentido, estamos avançando com o compromisso de cumprir nossa missão de maneira competente, consolidando ações e construindo sempre um futuro de crescimento e novos desafios. Que esta publicação, ao lado de todas as outras

Rev Bras Ativ Fis Saúde p. 1  
DOI

<http://dx.doi.org/10.12820/rbafs.v.19s1pl>

Universidade Federal do Maranhão,  
Departamento de Educação Física,  
Laboratório de Estudos e Pesquisas  
Epidemiológicas em Atividade Física,  
Exercício e Esporte (LAPAES). Presidente do  
X CBAFS.

atividades da Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde, possa significar uma contribuição na construção e cada vez mais na solidificação da área de atividade física e saúde no Brasil.

Desejamos a todos, em nome da Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde, da Universidade Federal do Maranhão, do Departamento de Educação Física e do LAPAES, um ótimo Congresso!

# Sumário

## **SONOLÊNCIA DIURNA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES 1**

Erico Pereira Gomes Felden, Andreia Pelegrini, Rubian Diego Anrade, Carolina Meyer, Diego Grasel Barbosa

## **PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS A BAIXOS NÍVEIS DE APTIDÃO AERÓBIA EM ADOLESCENTES DO SUL DO BRASIL 2**

Eliane Cristina de Andrade Gonçalves, Diego Augusto Santos Silva

## **PREVALÊNCIA DO CONHECIMENTO DA ATUAL RECOMENDAÇÃO DE ATIVIDADE FÍSICA PARA A SAÚDE E OS FATORES ASSOCIADOS ENTRE ADOLESCENTES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DE LONDRINA PARANÁ 3**

Philippe Fanelli Ferraiol, Diogo Henrique Constantino Coledam, Raymundo Pires Junior, Arli Ramos de Oliveira

## **DESLOCAMENTO PARA A ESCOLA EM ADOLESCENTES: PREVALÊNCIA E FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS ASSOCIADOS 4**

André de Araújo Pinto, Gaia Salvador Claumann, Robson Frank, Diego Augusto Santos Silva, Andreia Pelegrini

## **ADOLESCENTES QUE PERCEBEM O SEU PESO ACIMA DO ESPERADO PRATICAM EXERCÍCIO FÍSICO PARA PERDÊ-LO OU NÃO AUMENTÁ-LO 5**

Robson Frank, Gaia Salvador Claumann, André de Araújo Pinto, Diego Augusto Santos Silva, Andreia Pelegrini

## **AGREGAÇÃO DE FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM ADOLESCENTES DE URUGUAIANA/RS 6**

Anne Ribeiro Streb, Mauren Lúcia de Araújo Bergmann, Gabriel Gustavo Bergmann

## **A INFLUÊNCIA DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS COMPORTAMENTOS SAUDÁVEIS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS 7**

Catiane Mendes Araújo, Elisângela da Silva Figueredo, Mayara Joyce Batista Cardoso, Luanna Alexandra Cheng

## **FATORES PSICOSSOCIAIS ASSOCIADOS AOS ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO EM ADOLESCENTES CATARINENSES 8**

Jaqueline Aragoni da Silva, Kelly Samara da Silva, Bruno Gonçalves Galdino da Costa, Lays Tomazoni Gripa, Adair da Silva Lopes, Markus Vinicius Nahas

## **PRESENÇA SIMULTÂNEA DE FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS EM ADOLESCENTES DO SUL DO BRASIL 9**

Heloyse Elaine Gimenes Nunes, Eliane Cristina de Andrade Gonçalves, Jéssika Aparecida Jesus Vieira, Diego Augusto Santos Silva

## **BARREIRAS PERCEBIDAS À PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER ENTRE BENEFICIÁRIOS DO PROGRAMA BOLSA FAMÍLIA 10**

Joamara de Oliveira Pimentel, Danilo Rodrigues Pereira da Silva, Douglas Fernando Dias

## **ASSOCIAÇÃO ENTRE INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO 11**

Gaia Salvador Claumann, André de Araújo Pinto, Robson Frank, Diego Augusto Santos Silva, Andreia Pelegrini

## **DESVIOS NUTRICIONAIS EM CRIANÇAS DE CINCO A 10 ANOS DE IDADE QUE VIVEM EM CONDIÇÃO DE POBREZA NO ESTADO DE SANTA CATARINA, BRASIL. 12**

Priscila Custódio Martins, Heloyse Elaine Gimenes Nunes, Rosileide Paula da Silva, Camila Pegorini Andreis, Diego Augusto Santos Silva

## **PREVALÊNCIA DE BAIXOS NÍVEIS DE FORÇA MUSCULAR E FATORES ASSOCIADOS EM ADOLESCENTES DE UMA CIDADE DO SUL DO BRASIL 13**

Tiago Rodrigues de Lima, João Antônio Chula de Castro, Gabriel Renaldo de Sousa, Diego Augusto Santos Silva

**EXCESSO DE ADIPOSIDADE CORPORAL ASSOCIADO A FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS E DE ESTILO DE VIDA EM ADOLESCENTES DE UMA CIDADE DO SUL DO BRASIL 14**

Carlos Alencar Souza Alves Junior, Eliane Cristina de Andrade Gonçalves, Diego Augusto Santos Silva

**ESPAÇOS PÚBLICOS PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA ÁREA DE ABRANGÊNCIA DE DOIS CENTROS DE SAÚDE DE FLORIANÓPOLIS, SANTA CATARINA 15**

Sofia Wolker Manta, Denise Olivieira de Souza, Tayná Iha, Bruno Czestschuk, Tânia Rosane Bertoldo Benedetti, Cassiano Ricardo Rech

**ASSOCIAÇÃO ENTRE INSATISFAÇÃO CORPORAL, NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM JOVENS UNIVERSITÁRIAS 16**

Marcela Rodrigues de Castro, Fabiane Frota Rocha Moragado, Stephanie Cristina Miranda Pacheco, Fernanda Lopes Magre, Ana Clara de Souza Paiva, Ismael Forte Freitas Júnior

**CONSUMO DE DROGAS ILÍCITAS ENTRE UNIVERSITÁRIOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA 17**

Lucas Lima Galvão, Emille Camila de Oliveira Santos, Rízia Rocha Silva, Edson Santos da Conceição, Valfredo Ribeiro Dórea, Douglas de Assis Teles Santos

**INATIVIDADE FÍSICA NO LAZER ENTRE TRABALHADORES DO SETOR SAÚDE DO ESTADO DA BAHIA 18**

Saulo Vasconcelos Rocha, Tânia Maria de Araújo, Aline Rodrigues Barbosa

**DIFERENÇAS ENTRE SEXOS PARA PREFERÊNCIAS DE AF NO TEMPO DE LAZER E ATENDIMENTO ÀS RECOMENDAÇÕES DE AF 19**

Amanda Mae George, Kelly Samara da Silva, Jaqueline Aragoni da Silva, Valter Cordeiro Barbosa Filho, Linda Rohr, Adair da Silva Lopes

**PREVALÊNCIA DE SEDENTARISMO E FATORES ASSOCIADOS EM ESCOLARES DA ZONA SUL DE MACAPÁ/AP 20**

Danylo José Simões Costa, Demilto Yamaguchi da Pureza

**QUALIDADE DE VIDA DE IDOSAS DE UMA UNIVERSIDADE ABERTA A TERCEIRA IDADE 21**

Gabrielle Cerqueira da Silva, Jorge Lopes Cavalcante Neto

**PERFIL DOS PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO DO SERTÃO PARAIBANO USUÁRIOS DE RECURSOS ERGOGÊNICOS 22**

Luciano Alves Cavalcanti, Yalisson Rigoberto da Silva Santos, Nicolas Nathan Neves Alexandre, Thiago Mateus Batista Pinto, Adeilson Duarte de Oliveira, Wesley Crispim Ramalho

**RELAÇÃO DO APOIO SOCIAL DA FAMÍLIA E DOS AMIGOS NA INTENÇÃO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA 23**

Hermes Koller de Paiva, Edina Maria de Camargo, Rodrigo Siqueira Reis

**ASSOCIAÇÃO DO TEMPO DE TELEVISÃO E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER COM O ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE TRABALHADORES BRASILEIROS DA INDÚSTRIA 24**

Priscila Cristina dos Santos, Jaqueline Aragoni da Silva, Kelly Samara da Silva, Giovâni Firpo Del Duca, Elusa Santana Antunes de Oliveira, Markus Vinicius Nahas

**ATIVIDADE FÍSICA E AMBIENTE CONSTRUÍDO: ASSOCIAÇÕES ESPECÍFICAS AOS DOMÍNIOS E TIPOS DE ATIVIDADES EM ADOLESCENTES PERTENCENTES À COORTE DE 1993 DE PELOTAS-RS 25**

Inácio Crochemore Mohnsam da Silva, Adriano Akira Ferreira Hino, Adalberto Aparecido dos Santos Lopes, Rodrigo Siqueira Reis, Pedro Rodrigues Curi Hallal

**INDICADORES DE ADIPOSIDADE CORPORAL EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES PERTENCENTES ÀS ESCOLAS PÚBLICAS MUNICIPAIS AMIGOS DE ARACRUZ E AMIGOS DA NATUREZA, EM TEIXEIRA DE FREITAS, BA 26**

Rízia Rocha Silva, Edson Santos da Conceição, Emille Camila de Oliveira Santos, Lucas Lima Galvão, Douglas de Assis Teles Santos, Valfredo Ribeiro Dórea



**ASSOCIAÇÃO ENTRE TEMPO DE  
TELEVISÃO NO FINAL DE SEMANA  
E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA  
EM DIFERENTES DOMÍNIOS EM  
ADULTOS TRABALHADORES 27**

Marina Christofolletti dos Santos , Giovâni Firpo Del Duca,  
Lisandra Maria Konrad , Elusa Santina Antunes de Oliveira, Mauro  
Virgílio Gomes de Barros, Markus Vinicius Nahas

**FATORES ASSOCIADOS À  
MANUTENÇÃO DA PRÁTICA DE  
ATIVIDADE FÍSICA DA INFÂNCIA À  
ADOLESCÊNCIA 28**

André de Oliveira Werneck, Danilo Rodrigues Pereira da Silva,  
Enio Ricardo Vaz Ronque, Edilson Serpeloni Cyrino

**BARREIRAS E MOTIVADORES  
PARA O USO DE BICICLETA COMO  
MEIO DE TRANSPORTE EM RIO  
CLARO-SP 29**

Inaian Pignatti Teixeira, Priscila Missaki Nakamura, Leonardo de  
Campos, Eduardo Kokubun

**PARTICIPAÇÃO NAS AULAS  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA E O  
NÚMERO DE PASSOS POR DIA EM  
ADOLESCENTES DA CIDADE DE  
URUGUAIANA/RS 30**

Amanda Machado Teixeira, Mariele da Silva Hernandez , Mauren  
Lúcia de Araújo Bergmann, Gabriel Gustavo Bergmann

**ASSOCIAÇÃO ENTRE ATIVIDADE  
FÍSICA DE ADOLESCENTES  
E SUA INTERAÇÃO COM A  
RENDA DO BAÍRRO E NÍVEL  
SOCIOECONÔMICO 31**

Alexandre Augusto de Paula da Silva, Bruno Czestschuk, Priscila  
Bezerra Gonçalves, Adriano Akira Ferreira Hino, Rodrigo Siqueira Reis

**INATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO  
LIVRE E FATORES OCUPACIONAIS  
ASSOCIADOS EM PROFESSORES DA  
EDUCAÇÃO BÁSICA 32**

Douglas Fernando Dias, Mathias Roberto Loch, Arthur Eumann Mesas

**A ASSOCIAÇÃO ENTRE FAIXA  
ETÁRIA E MÓRBIDADE REFERIDA  
EM INDUSTRIÁRIOS É MODERADA  
OU MEDIADA PELA ATIVIDADE  
FÍSICA OU COMPORTAMENTO  
SEDENTÁRIO? 33**

Leticia Lemos Ayres da Gama Bastos, Anísio Luiz da Silva Brito,  
Mauro Virgílio Gomes de Barros

**CONHECIMENTOS DOS  
PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO  
FÍSICA SOBRE PRIMEIROS  
SOCORROS 34**

Adeilson Duarte de Oliveira, Thiago Mateus Batista Pinto, Jucyan  
Lopes Maia, Wesley Crispim Ramalho, Luciano Alves Cavalcanti,  
Maria de Fátima Oliveira da Silva

**ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM  
MULHERES CLIMATÉRICAS  
FISICAMENTE ATIVAS E  
SEDENTÁRIAS 35**

Nathanael Ibsen da Silva Soares, Ravena Carvalho Silva, Nadielle  
de Macedo Rocha Paeslandim, Valquiria Bezerra Costa, Isaac  
Douglas Leone, Patricia Uchoa Leitao Cabral

**CÂNCER DE MAMA E CÂNCER  
DE PRÓSTATA: ATIVIDADE FÍSICA  
RELACIONADA À QUALIDADE DE  
VIDA 36**

Leonessa Boing, Marina Ribovski, Ana Cristina Tillmann, Taysi  
Seemann, Joris Pazin, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

**ÍNDICES DE CONCORDÂNCIA  
PARA DIAGNÓSTICO DO ESTADO  
NUTRICIONAL BASEADO EM  
MEDIDAS AUTO RELATADAS E  
AFERIDAS DE MASSA CORPORAL E  
ESTATURA EM ADOLESCENTES 37**

Hugo Ribeiro Zanetti, Camilo Luis Monteiro Lourenço, Edmar  
Lacerda Mendes

**ANÁLISE DE CONCORDÂNCIA  
ENTRE MEDIDAS AUTO REFERIDAS E  
AFERIDAS DE MASSA CORPORAL  
ESTATURA E IMC ENTRE  
ADOLESCENTES 38**

Camilo Luis Monteiro Lourenço, Hugo Ribeiro Zanetti, Edmar  
Lacerda Mendes

**TEMPO SENTADO COMO  
DISCRIMINANTE DA  
AUTOAVALIAÇÃO NEGATIVA DO  
SONO DE ADOLESCENTES 39**

Fernanda Aparecida Lopes Magno, Camilo Luis Monteiro  
Lourenço, Hugo Ribeiro Zanetti, Edmar Lacerda Mendes

**CONCORDÂNCIA ABSOLUTA  
E VALIDADE RELATIVA DO IMC  
BASEADO EM MEDIDAS REFERIDAS  
EM ADOLESCENTES 40**

Jairo Helio Junior, Camilo Luis Monteiro Lourenço, Hugo Ribeiro  
Zanetti, Edmar Lacerda Mendes

**COMPARAÇÃO DAS MEDIDAS DE MASSA CORPORAL, ESTATURA E IMC AUTO REFERIDAS E AFERIDAS EM ADOLESCENTES 41**

Venicius Dantas da Silva, Camilo Luis Monteiro Lourenço, Hugo Ribeiro Zanetti, Edmar Lacerda Mendes

**PROPORÇÃO DOS NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA E DEPRESSÃO EM ADOLESCENTES DE ACORDO COM O INVENTÁRIO DE DEPRESSÃO DE BECK 42**

Mayara Joyce Batista Cardoso, Elisângela da Silva Figueredo, Catiane Mendes Araújo, Luanna Alexandra Cheng

**PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO INFANTIL DAS CRECHES DE FLORIANÓPOLIS/SC 43**

Andreia Pelegrini, Isabelly Batista Laborne, Gaia Salvador Claumann, Erico Pereira Gomes Felden

**AMBIENTE PERCEBIDO E COMPORTAMENTO EM RELAÇÃO A ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER EM HOMENS E MULHERES DE FLORIANÓPOLIS - UM ESTUDO LONGITUDINAL 44**

Joris Pazin, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

**DIFERENÇAS SOCIODEMOGRÁFICAS ENTRE HOMENS E MULHERES TRABALHADORES PARA A PRÁTICA DE CAMINHADA NO LAZER 45**

Rodrigo de Rosso Krug, Giovâni Firpo Del Duca, Kelly Samara da Silva, Cecília Bertuol, Elusa Santana Antunes de Oliveira, Markus Vinicius Nahas

**INSATISFAÇÃO COM IMAGEM CORPORAL EM ESCOLARES DA REDE LICEU DE ENSINO DA CIDADE DE FORTALEZA CEARÁ 46**

Felipe Rocha Alves, Pedro Igor de Maria dos Santos, Evanice Avelino de Souza, Denilson Garcia de Sena

**70% DOS JOVENS PARTICIPANTES DA COPA ABERTA DE FUTSAL DA UFMA 2015 TÊM QUALIDADE DO SONO RUIM 47**

Alice Valeria Sousa Silva, Karina Kelly Sousa Martins, Wanessa Karoline Brito Marques, Antonio Coppi Navarro

**QUALIDADE DE VIDA EM ADOLESCENTES PRATICANTES DE JIU-JITSU EM PROJETOS SOCIAIS DA CIDADE DE FORTALEZA, CEARÁ 48**

Antonia Edina Teixeira Sousa, Felipe Rocha Alves, Evanice Avelino de Souza, Denilson Garcia de Sena, Lucas do Nascimento Lopes

**QUALIDADE DE VIDA DOS ADOLESCENTES PARTICIPANTES DO PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO CAUCAIA – CEARÁ 49**

Rogeris Smith Soares Barbosa da Silva, Renata Silva Terceiro de Oliveira, Evanice Avelino de Souza, Felipe Rocha Alves, Denilson Garcia de Sena

**EDUCAÇÃO INCLUSIVA E A FORMAÇÃO DOS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA 50**

Felipe Augusto dos Santos Cruz, Layane Ellen de Oliveira Menezes, Michele Gonçalves Romcy Torres, Denilson Garcia de Sena, Felipe Rocha Alves, Evanice Avelino de Souza

**FATORES DESFAVORÁVEIS A SAÚDE EM IDOSAS HIPERTENSAS E NÃO HIPERTENSAS EM FASE DE AVALIAÇÃO FÍSICA PARA A PARTICIPAÇÃO EM UM PROJETO 51**

Evelyn Feitosa Rodrigues, Pauliana Conceição Mendes, Paulo Vitor Albuquerque Santana, Guilherme Borges Pereira

**AVALIAÇÃO DO COMPORTAMENTO SEXUAL EM UNIVERSITÁRIOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA 52**

Douglas de Assis Teles Santos, Pollyana Freitas Silva Lima, Lucas Lima Galvão, Emille Camila de Oliveira Santos, Rízia Rocha Silva, Valfredo Ribeiro Dórea

**RELAÇÃO ENTRE SATISFAÇÃO PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER EM ADULTOS DA CIDADE DE CURITIBA-PR 53**

Guilherme Ferreira de Freitas Veiga, Edina Maria de Camargo, Rodrigo Siqueira Reis

**AVALIAÇÃO DO ENSINO E APRENDIZADO SOBRE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS DE ALUNOS EM AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO FUNDAMENTAL II EM FORTALEZA-CE 54**

Edson Silva Soares, Francisco José Rosa de Souza



**PREVALÊNCIA DE INATIVIDADE FÍSICA E FATORES ASSOCIADOS EM ADOLESCENTES: UM ESTUDO COM ESCOLARES DO MUNICÍPIO DE MACAPÁ/AP** 55

Alvaro Adolfo Duarte Alberto, Aylton José Figueira Junior

**USO DO TABACO COMO COMPORTAMENTO DE RISCO EM ESCOLARES ADOLESCENTES CEARENSES** 56

Larissa Sousa Pontes, Ricardo Hugo Gonzalez

**ASSOCIAÇÃO ENTRE SIMULTANEIDADE DE HÁBITOS ALIMENTARES E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER EM ADULTOS TRABALHADORES** 57

Jucemar Benedet, Giovani Firpo Del Duca, Pablo Magno da Silveira, André Philippe Pimentel Coutinho

**TERRITORIALIZAÇÃO: FERRAMENTA ESTRATÉGICA NO PLANEJAMENTO DAS AÇÕES PARA SAÚDE DA FAMÍLIA** 58

Lilian Suelen de Oliveira Cunha

**CONHECIMENTO DE ADOLESCENTES SOBRE A PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS E A RELAÇÃO COM FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS** 59

Susane Graup, Jaqueline Copetti

**CARACTERÍSTICAS DO AMBIENTE ESCOLAR FÍSICO E SOCIAL ASSOCIADAS AOS ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA ATIVIDADE FÍSICA E A SUA PRÁTICA NO TEMPO DE LAZER: ANÁLISE MULTINÍVEL** 60

Kelly Samara da Silva, Leandro Martin Totaro Garcia, Doroteia Aparecida Hofelmann, Jaqueline Aragoni da Silva, Adair da Silva Lopes, Markus Vinicius Nahas

**O TRABALHO PEDAGÓGICO DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA ACADEMIA DE GINÁSTICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA** 61

Valquíria Mendes dos Santos, Ricardo Oliveira da Silva

**ATIVIDADE FÍSICA E O RISCO DE DESENVOLVER DIABETES MELLITUS TIPO 2** 62

Leandro Araújo Carvalho, Joel de Almeida Siqueira Júnior, Thereza Maria Magalhães Moreira, Paula Matias Soares

**INCIDÊNCIA DE LOMBALGIAS EM MOTORISTAS E A PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADES FÍSICAS** 63

Erik Jonatta Bezerra de Carvalho, Bruno Nunes de Oliveira, Alex Medeiros de Andrade, Waldiran Bezerra Andrade de Souza, Ana Caroline Ferreira Campos de Sousa, Richardson Correia Marinheiro

**A IMPORTÂNCIA DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NAS SÉRIES INICIAIS PARA A PREVENÇÃO DA OBESIDADE: UM ESTUDO EM ALUNOS DAS ESCOLAS PÚBLICAS E PARTICULARES DE SÃO LUÍS** 64

Rosana Silva Pontes, Lucilene de Paiva Oliveira, Cristiany Mayara Pearce Travassos, Geysa Silveira de Jesus

**ANÁLISE DE FATORES DE RISCO A SAÚDE EM MOTORISTAS DO SERTÃO PARAIBANO** 65

Waldiran Bezerra Andrade de Souza, Tatiana Valeria da Silva Queiroz, Alex Medeiros de Andrade, José Francisco de Sousa Neto Segundo, Frankley Marlyson de Oliveira Albuquerque, Richardson Correia Marinheiro

**ASSOCIAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E PERCEPÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA DE USUÁRIOS DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE DE CURITIBA-PR** 66

Bruno Czestschuk, Alexandre Augusto de Paula da Silva, Rodrigo Siqueira Reis

**QUALIDADE DO SONO EM ADOLESCENTES: RELAÇÃO COM O SEXO E A IDADE** 67

Ladyodeyse da Cunha Silva Santiago, Breno Quintella Farah, Maria Julia Lyra, Ana Patricia Siqueira Tavares Falcão, Marcos André Moura dos Santos

**ASSOCIAÇÃO ENTRE TEMPO SENTADO E OBESIDADE ABDOMINAL EM ADOLESCENTES DO ESTADO DE PERNAMBUCO BRASIL** 68

Anísio Luiz da Silva Brito, Mauro Virgilio Gomes de Barros

**ASSOCIAÇÃO ENTRE O  
DESLOCAMENTO PARA A ESCOLA  
E ISOLAMENTO SOCIAL EM  
ADOLESCENTES 69**

Simone José dos Santos, Rildo de Souza Wanderley Júnior, Anísio Luiz da Silva Brito, Carla Meneses Hardman, Mauro Virgílio Gomes de Barros

**A PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA  
COMO INFLUENCIADOR DA  
IMAGEM CORPORAL DO ALUNO  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA 70**

Daniel Santos Nogueira, José Deivison de Souza, José Luiz Silva de Moura, Juan Carlos Freire, Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho

**PREVALÊNCIA DE LESÕES  
MUSCULOESQUELÉTICAS DO  
OMBRO EM NADADORES 71**

Flávio de Oliveira Pires, Flávia Soares Lara, Isabela Patrocínio Amorim, Thales de Paula Chagas, Pauliana Conceição Mendes, Thamyres Cristhina Lima Costa

**INGESTÃO HÍDRICA DE  
PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO DE  
BACABAL, MARANHÃO 72**

Carlos Alberto Alves Dias Filho, Lais de Araújo Macêdo, Leandro Pimenta de Melo, Bruna Cruz Magalhães, Cristiano Teixeira Mostarda

**PARTICIPAÇÃO NAS AULAS DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E APTIDÃO  
FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE DE  
ADOLESCENTES 73**

Diogo Henrique Constantino Coledam, Philippe Fanelli Ferraiol, Arli Ramos de Oliveira

**PROGRAMA DE GINÁSTICA  
LABORAL E SEU EFEITO NA  
REDUÇÃO DOS ATESTADOS  
MÉDICOS DE UMA EMPRESA DE  
RESÍDUOS INDUSTRIAIS 74**

Rafael Cunha Laux, Paulo Pagliari, João Viannei Effting Junior, Sara Teresinha Corazza, Heitor dos Santos Daronch, Eurico Barcelos dos Santos

**TEMPO DE REAÇÃO EM CRIANÇAS  
ASMÁTICAS PRATICANTES DE  
NATAÇÃO - UM ESTUDO PILOTO 75**

Sara Teresinha Corazza, Rafael Cunha Laux, Heitor dos Santos Daronch, Eurico Barcelos dos Santos

**ADIPOSIDADE CORPORAL  
NÃO ESTÁ ASSOCIADA AO  
NÚMERO DE PASSOS DIÁRIOS EM  
ADOLESCENTES 76**

Gabriel Gustavo Bergmann, Mauren Lúcia de Araújo Bergmann

**A REDUÇÃO NA GORDURA  
CORPORAL DE PESSOAS VIVENDO  
COM HIV/AIDS EM DECORRÊNCIA  
DO TREINAMENTO COMBINADO É  
MAIS ACENTUADA NOS PACIENTES  
COM LIPODISTROFIA 77**

Débora Alves Guariglia, Rafael Evangelista Pedro, Nadia Candido, Sidney Barnabé Peres, Solange Marta Franzoi de Moraes

**PRÁTICAS CORPORAIS  
INTERGERACIONAIS: ESTRATÉGIA  
DE AÇÃO MULTIPROFISSIONAL 78**

Ana Regina Leão Ibiapina, Maycom do Nascimento Moura, Maria Luci Esteves Santiago, Thais Norberta Bezerra de Moura, Ana Lidia Lima Freire, Nayara de Holanda Vieira

**CARACTERIZAÇÃO DO USUÁRIO  
E PADRÃO DE USO DAS  
ACADEMIAS DA TERCEIRA  
IDADE DE TERESINA-PI 79**

Maycom do Nascimento Moura, Ana Regina Leão Ibiapina, Thais Norberta Bezerra de Moura, Maria Luci Esteves Santiago

**ALTERAÇÕES METABÓLICAS  
ASSOCIADAS À TARV E TEMPO  
DE DIAGNÓSTICO EM PACIENTES  
SOROPOSITIVO 80**

Giselle Cristina Bueno, Rafael Evangelista Pedro, Bruno Pereira Melo, Lais Fernanda Bonfim de Souza, Solange Marta Franzoi de Moraes, Sidney Barnabé Peres

**APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À  
SAÚDE EM ADOLESCENTES DE UMA  
ESCOLA PÚBLICA DA CIDADE DE  
FORTALEZA, CEARÁ 81**

Denilson Garcia de Sena, Felipe Rocha Alves, Evanice Avelino de Souza, Antonia Edina Teixeira Sousa, Luís Antônio Oliveira Sousa

**TREINAMENTO FÍSICO  
COMBINADO NÃO ALTERA NÍVEIS  
DE LACTATO EM REPOUSO EM  
INDIVÍDUOS COM HIV/AIDS 82**

Cleverson Jose Bezerra Guedes, Débora Alves Guariglia, Rafael Evangelista Pedro, Nadia Candido, Bruno Pereira Melo, Solange Marta Franzoi de Moraes

**PRESENÇA DE RISCO  
CARDIOVASCULAR EM  
PRATICANTES DE CORRIDA DE RUA  
PERTENCENTES A UMA ASSESSORIA  
TÉCNICA EM UMA CIDADE NO SUL  
DO BRASIL 83**

Antônio Evanhoé Pereira de Souza Sobrinho, Leandro Quadro Corrêa, Victor Silveira Coswig, Fabio Bitencourt Leivas, Bibiana Fernandes de Freitas, Samora Lohan Vasconcellos Barbosa

## **ATIVIDADE FÍSICA REALIZADA DURANTE TODA A VIDA E O CÂNCER DE PULMÃO: UM ESTUDO DE CASO-CONTROLE NO SUL DO BRASIL**

84

Maria Laura Dutra Resem Brizio, Pedro Rodrigues Curi Hallal, I-Min Lee, Marlos Rodrigues Domingues

## **COR DA PELE COMO MODIFICADOR DO EFEITO DA ATIVIDADE FÍSICA NA MORTALIDADE GERAL DE IDOSOS: 11 ANOS DE SEGUIMENTO DA COORTE DE IDOSOS DE BAMBUÍ**

85

Sérgio Viana Peixoto, Juciany Rodrigues de Oliveira Ramalho, Juliana Vaz de Melo Mambrini, Josélia Oliveira Araújo Firmo, Maria Fernanda Furtado Lima-Costa

## **ATIVIDADE FÍSICA DE LAZER ESTÁ ASSOCIADA AOS SINTOMAS DEPRESSIVOS? ESTUDO LONGITUDINAL EPIFLORIPA IDOSO**

86

Lucélia Justino Borges, Eleonora Dorsi, Tânia Rosane Bertoldo Benedetti

## **EFEITO DE DIFERENTES VOLUMES DE TREINAMENTO CONCORRENTE NA CAPACIDADE AERÓBIA E NA FORÇA DE PREENSÃO MANUAL EM MULHERES PÓS-MENOPAUSA: UM ENSAIO CLÍNICO RANDOMIZADO**

87

César Augusto Häfele, Matheus Pintanel Silva de Freitas, Rodrigo Kohn Cardoso, Airton José Rombaldi

## **MUDANÇAS NO ESTILO DE VIDA SIGNIFICATIVAS PARA REDUÇÃO DO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO DE COMUNIDADE ADULTA**

88

Natalia Contessotti Celestino, Mariana Santoro Nakagaki, Edilaine Michelin, Roberto Carlos Burini

## **TREINAMENTO FUNCIONAL EM ATLETAS DE JIU JITSU: EFEITOS FISIOLÓGICOS E NA PERFORMANCE**

89

Thiago Gonçalves de Oliveira, Rute Pires Costa

## **ANÁLISE DA MASSA MUSCULOESQUELÉTICA DE IDOSOS SARCOPÊNICOS E NÃO SARCOPÊNICOS ENVOLVIDOS EM DIFERENTES PROGRAMAS DE TREINAMENTO RESISTIDO**

90

Thais Reis Silva de Paulo, Vanessa Ribeiro dos Santos, Caroline Galan Pereira de Souza, Cibeli Franco Muniz, Ismael Forte Freitas Júnior, Luís Alberto Gobbo

## **O BEM-ESTAR SUBJETIVO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA FÍSICA PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA**

91

Minerva Leopoldina de Castro Amorim, Lamarquiana Sabrina das Chagas de Oliveira, Kathya Augusta Thome Lopes

## **APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE DE PRATICANTES DE JUDÔ E BRAZILIAN JIU-JITSU: ESTUDO LONGITUDINAL**

92

Aline Xavier Tuchtenhagen, Martaliz Dimare, Fabricio Boscolo Del Vecchio

## **INFLUÊNCIA DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NA UTILIZAÇÃO DE SERVIÇOS DE SAÚDE EM TRABALHADORES DE UMA EMPRESA DE VIAÇÃO AÉREA**

93

Fabiana Maluf Rabacow

## **ASSOCIAÇÃO ENTRE A PRESSÃO ARTERIAL ELEVADA E FATORES BIOLÓGICOS SOCIAIS E COMPORTAMENTAIS EM ADOLESCENTES**

94

Alison Oliveira da Silva, Luis José Lagos Aros, Vandepaula Moraes Campos de Melo, Bruno Rafael Vieira Souza Silva, Luciano Machado Ferreira Tenório de Oliveira, Rafael Miranda Tassitano

## **SEDENTARISMO E FATORES ASSOCIADOS EM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS**

95

Jaqueline de Oliveira Santana, Kerllyn Trindade Coimbra, Sérgio Viana Peixoto

## **EFEITO DE DIFERENTES INTENSIDADES DE TREINAMENTO FÍSICO COM EQUIVALENTE GASTO ENERGÉTICO SOBRE OS NÍVEIS LIPÊMICOS EM ADOLESCENTES OBESOS**

96

Camila Tenório Calazans de Lira, Thiago Ricardo dos Santos Tenório, Priscyla Praxedes Gomes, Carla Caroliny de Almeida Santana, Wagner Luiz do Prado

**EFEITO DE DIFERENTES  
INTENSIDADES DE TREINAMENTO  
AERÓBIO SOBRE A COMPOSIÇÃO  
CORPORAL DE ADOLESCENTES  
OBESOS SUBMETIDOS À  
INTERVENÇÃO  
MULTIDISCIPLINAR 97**

Priscyla Praxedes Gomes, Camila Tenório Calazans de Lira, Carla  
Caroliny de Almeida Santana, Thiago Ricardo dos Santos Tenório,  
Wagner Luiz do Prado

**TEMPO DE TELA E A SUA  
ASSOCIAÇÃO COM O ESTADO  
NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES  
DE CURITIBA-PR 98**

Alice Tatiane da Silva, Jeruza Sech Buck Silva, Priscila Bezerra  
Gonçalves, Rogério César Fermينو, Rodrigo Siqueira Reis

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA  
E QUALIDADE DE VIDA DOS  
FUNCIONÁRIOS PARTICIPANTES  
DO PROJETO NO PIQUE DA PUC-  
CAMPINAS 99**

Rafael Santana, José Francisco Daniel

**PERFIL DO ESTILO DE VIDA DE  
UMA FUNCIONÁRIA AUXILIAR  
ODONTOLÓGICA, EM  
SOROCABA, SP 100**

José Fabián Uriarte Castro

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E  
DEPRESSÃO EM IDOSAS 101**

Thamyres Cristhina Lima Costa, Laissa Lima da Costa, Franciléia  
Andrade Lima, Carlos Wagner Cutrim Castro Junior, Carlos  
Brendo Ferreira Reis, Richard Diego Leite

**PERCEPÇÃO SUBJETIVA SOBRE  
OS EFEITOS DA PRÁTICA DE  
EXERCÍCIOS FÍSICOS NO PROJETO  
NO PIQUE DA PUC-CAMPINAS 102**

Sérgio Vinicius de Azevedo Dias, José Francisco Daniel

**PRÁTICA ESPORTIVA NA  
JUVENTUDE AFETA MODIFICAÇÕES  
NO ESTADO INFLAMATÓRIO  
DE ADULTOS MAIS DO QUE A  
OBESIDADE E ATIVIDADE FÍSICA  
ATUAL 103**

Romulo Araujo Fernandes, Jamile Sanches Codogno, Manoel  
Carlos Spiguel Lima

**TESTE DE CAMINHADA DE SEIS  
MINUTOS E DEPRESSÃO EM  
IDOSAS 104**

Laissa Lima da Costa, Thamyres Cristhina Lima Costa, Poliane  
Dutra Alvares, Carlos Wagner Cutrim Castro Junior, Evelyn Feitosa  
Rodrigues, Richard Diego Leite

**FATORES ASSOCIADOS A DIÁSTASE  
ABDOMINAL PATOLÓGICA  
VERIFICADA NO PUERPÉRIO  
IMEDIATO 105**

Adriana Sousa Rêgo, Isabele Oliveira Castro, Livia dos Santos  
Rodrigues, Luciana Cavalcante Costa

**ASSOCIAÇÃO ENTRE A ATIVIDADE  
FÍSICA E A DISPOSIÇÃO AO  
ACORDAR EM ADOLESCENTES 106**

Bruno Rafael Vieira Souza Silva, Alison Oliveira da Silva, Luciano  
Machado Ferreira Tenório de Oliveira, Widjane Sheila Ferreira  
Gonçalves, Luis José Lagos Aros, Mônica Cristina da Silva

**ASSOCIAÇÃO ENTRE O NÍVEL DE  
ATIVIDADE FÍSICA E A ATENÇÃO  
SELETIVA, SUSTENTADA E  
ALTERNADA EM ESCOLARES: UM  
ESTUDO PILOTO 107**

Tárcio Amancio do Nascimento, Leomir Barros Coutinho de  
Melo, Juliane Camila de Oliveira Ribas, Marcio Francisco da Silva,  
Vinicius de Oliveira Damasceno, André dos Santos Costa

**EFEITOS DO EXERCÍCIO FÍSICO  
VERIFICADOS A PARTIR ENSAIOS  
CLÍNICOS RANDOMIZADOS SOBRE  
O DIABETES MELLITUS: REVISÃO  
SISTEMÁTICA 108**

Leandro Quadro Corrêa, Marlos Rodrigues Domingues

**ESTILO DE VIDA E ESTADO  
NUTRICIONAL DE MULHERES  
ATENDIDAS EM UMA CLÍNICA-  
ESCOLA 109**

Adryanne dos Santos Silva, Antonia Keila Lima da Silveira,  
Monique Silva Nogueira, Renata Gomes Navarro Kachvartanian

**AValiação DA FLEXIBILIDADE  
EM MULHERES PRATICANTES DE  
BALLNESS E YOGA 110**

Laisa Cruz Torres Vieira, Jefferson Fernando Coelho Rodrigues  
Júnior, Neivan Jose Andrade Magalhaes, Caio Victor Coutinho de  
Oliveira, Marcos Antonio Pereira dos Santos

**MARCADORES DE OBESIDADE  
E RISCO CARDIOVASCULAR DE  
MULHERES NÃO PRATICANTES DE  
ATIVIDADE FÍSICA ATENDIDAS EM  
UMA CLÍNICA - ESCOLA 111**

Antonia Keila Lima da Silveira, Adryanne dos Santos Silva,  
Monique Silva Nogueira, Renata Gomes Navarro Kachvartanian



**TREINAMENTO  
PREDOMINATEMENTE AERÓBIO  
PARA OBESOS HIPERTENSOS  
CONTROLADOS NÃO INFLUENCIA  
OS INDICADORES DA APTIDÃO  
FÍSICA 112**

Claudio de Oliveira Assumpção, Raphael Miranda Ramos,  
Leonardo Coelho Rabello de Lima

**TRANSTORNOS DE COORDENAÇÃO  
MOTORA EM ESCOLARES: UMA  
REVISÃO SISTEMÁTICA 113**

Sidnei Luiz Reis de Lima, Crismilla dos Santos Silva, Laura  
Emmanuela Lima Costa

**ATIVIDADE FÍSICA E DOENÇAS  
CARDIOVASCULARES EM IDOSOS:  
UMA REVISÃO SISTEMÁTICA 114**

Juliane Rosa de Oliveira, Crismilla dos Santos Silva, Raíra Alves  
Rodrigues, Josimere Silva Almeida, Jefferson Evando Feitosa  
Martins

**TREINAMENTO RESISTIDO REDUZ  
RISCOS CARDIOVASCULARES EM  
IDOSAS 115**

André dos Santos Neves, Luis Ângelo Macêdo Santiago, Paulo  
Vitor Albuquerque Santana, Pauliana Conceição Mendes

**FATORES DE RISCO  
CARDIOMETABÓLICOS EM  
PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA  
DE EXERCÍCIO DO INSTITUTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTES DA  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO  
CEARÁ 116**

Juliana Annemberg Felipe Guariguasi, Franciele Cristina Pereira de  
Oliveira, Kállita de Oliveira Vieira, Joelma Barboza de Mendonça,  
Thiago Arruda Beppe e Silva, Luciana Catunda Brito

**QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS  
PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA:  
UMA REVISÃO SISTEMÁTICA 117**

Crismilla dos Santos Silva, Cíntia Barreto de Araújo, Maíra de  
Souza Barreto

**BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE  
FÍSICA UM PROCESSO DE  
ENSINO E APRENDIZAGEM NA  
TERCEIRA IDADE: UM RELATO DE  
EXPERIÊNCIA 118**

Cleidenaldo Augusto da Silva Santos, Talita Almeida Santos,  
Bartholomeu Rosario da Silva

**TEMPO DESPENDIDO EM  
ATIVIDADE FÍSICA DE LAZER  
MODERADA E VIGOROSA COMO  
CRITÉRIO DISCRIMINANTE DO  
NÍVEL DE ESTRESSE PERCEBIDO EM  
ADOLESCENTES 119**

Gersiel Nascimento de Oliveira Júnior, Camilo Luis Monteiro  
Lourenço, Hugo Ribeiro Zanetti, Edmar Lacerda Mendes

**EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO  
SOBRE OS PARÂMETROS  
MORFOLÓGICOS E FUNCIONAIS  
DOS POLICIAIS MILITARES DA  
COMPANHIA INDEPENDENTE DE  
TRÂNSITO DA CIDADE DE PORTO  
VELHO, RO 120**

Luis Gonzaga de Oliveira Gonçalves, Luciano Nunes de Macedo,  
Josivana Pontes dos Santos, Edson dos Santos Farias

**BASES EPISTEMOLÓGICAS  
DA EDUCAÇÃO FÍSICA E A  
PSICOMOTRICIDADE NA  
APRENDIZAGEM INFANTIL: UMA  
EXPERIÊNCIA DE OBSERVAÇÃO NO  
CONTEXTO ESCOLAR 121**

Ediame Mendes Teixeira

**IMPACTO DE DIFERENTES  
MÉTODOS DE TREINAMENTO  
DE FORÇA NA ÁREA MUSCULAR  
FORÇA E COMPOSIÇÃO  
CORPORAL DE INDIVÍDUOS  
DESTREINADOS 122**

Rubens Vinícius Letieri, Messias Bezerra de Oliveira, Francisco Jeci  
de Holanda, Francisco Cristiano da Silva Sousa, Tadeu de Almeida  
Alves Junior, Jose Airton de Freitas Pontes Junior

**INFLUÊNCIA AGUDA DE DIFERENTES  
EXERCÍCIOS DE FLEXIBILIDADE  
NA POTÊNCIA DE MEMBROS  
INFERIORES DE HOMENS 123**

Messias Bezerra de Oliveira, Rubens Vinícius Letieri, Francisco Jeci  
de Holanda, Francisco Cristiano da Silva Sousa, Tadeu de Almeida  
Alves Junior, Jose Airton de Freitas Pontes Junior

**EFEITOS DE UM PROGRAMA DE  
HIDROGINÁSTICA NA MASSA  
CORPORAL E ÍNDICE DE MASSA  
CORPORAL DE MULHERES  
IDOSAS 124**

Edna Maria Silva Araújo, Jefferson Fernando Coelho Rodrigues  
Júnior, Gustavo Sousa Evangelista, Vilton Emanuel Lopes de  
Moura e Silva, Josemiro Teixeira Lima, Vânia Silva Macedo Orsano

**DESEMPENHO MOTOR DE ALUNOS DO PROGRAMA SESI ATLETA DO FUTURO/RO 125**

Imanuel Prado Ferreira, Wellington Nascimento Moura, Paulo Roberto Quadros Junior, Edson dos Santos Farias, Savanelle Arotirene Tavares Rocha, Luis Gonzaga de Oliveira Gonçalves

**CAPACIDADE FUNCIONAL ASSOCIADA À PRÁTICA DO EXERCÍCIO FÍSICO EM IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA 126**

Andressa de Oliveira Araújo, Jerfferson Evando Feitosa Martins, Jessica Raisa Lima Oliveira

**MOTIVAÇÃO E AUTOESTIMA EM IDOSOS ATIVOS PARTICIPANTES DE PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA MULTICOMPONENTE 127**

Leomir Barros Coutinho de Melo, Ian Thiago de Lima Barbosa, Renata Ranielle Claudino da Silva, Wanderson Rafael da Silva Gonçalves, Vailson José Gomes Júnior, André dos Santos Costa

**PREVALÊNCIA DE OBESIDADE EM ADULTOS E OS NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA 128**

Douglas Borges e Silva de Araújo, Sidnei Luiz Reis de Lima, Lucas da Silva Santos, Luiz Carlos Vieira Santos, Lucas Lopes da Silva

**PERCEÇÃO DA INFLUÊNCIA DAS ATIVIDADES FÍSICAS NA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS 129**

Natasha Ciliane de Jesus Rodrigues Martins Moraes

**INCIDÊNCIA DE QUEDAS E BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA 130**

Talita Almeida Santos, Sidnei Luiz Reis de Lima, Cleidenaldo Augusto da Silva Santos, Jessica Raisa Lima Oliveira

**CAPACIDADE FUNCIONAL ASSOCIADO A PRÁTICA DA HIDROGINÁSTICA EM SUJEITOS IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA 131**

Jessica Raisa Lima Oliveira, Jerfferson Evando Feitosa Martins, Andressa de Oliveira Araújo, Talita Almeida Santos, Juliane Rosa de Oliveira

**A PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO E A REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA 132**

Vandelma Silva Oliveira Rios

**ALTERAÇÕES NO ESTILO DE VIDA DOS ALUNOS PARTICIPANTES DO "PROJETO BASQUETEBOL-SAÚDE" (EDITAL PROEX 02/2014), DO INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO CIÊNCIA E TECNOLOGIA (IFBA) - CAMPUS SALVADOR 133**

Marcela Mota Freitas, Luiz Alberto Bastos de Almeida

**ANÁLISE DO TEMPO DE REAÇÃO SIMPLES DE IDOSAS PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOS: UM ESTUDO PILOTO 134**

Thuane Lopes Macedo, Kátine Marchezan Estivalet, Sara Teresinha Corazza

**IMPLICAÇÕES DA ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA EM BRASILEIROS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA 135**

Rodolfo Teixeira Rocha, Sidnei Luiz Reis de Lima, Josimere Silva Almeida

**EFEITO DO TREINAMENTO COMBINADO SOBRE A FLEXIBILIDADE DO OMBRO E FORÇA MUSCULAR DE MULHERES PÓS- MASTECTOMIZADAS 136**

Franciléia Andrade Lima, Jurema Gonçalves Lopes de Castro Filha, Andrea Dias Reis, Laissa Lima da Costa, Bianca Trovello Ramallo, Richard Diego Leite

**BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO RESISTIDO PARA MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA EM ADULTOS VIVENDO COM HIV/AIDS 137**

Daiane Henrique Alves da Cunha, Juan Carlos Freire, José Luiz Silva de Moura, José Deivison de Souza, André dos Santos Costa, Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho

**EFEITO DE UM PROGRAMA DE CAMINHADA NO RISCO CINTURA QUADRIL DE ADULTOS E IDOSOS ATENDIDOS EM UNIDADES SAÚDE DA FAMÍLIA DE SÃO CARLOS, SP 138**

Grace Angélica de Oliveira Gomes, Mariana Fornazieri, Natalia Caroline Cerri, José Marques Novo Jr, Leonardo Moreira Vieira, Alex Antonio Florindo

**BENEFÍCIOS E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS APÓS UM PROGRAMA DE TREINAMENTO DE FORÇA E AERÓBIO 139**

José Deivison de Souza, José Luiz Silva de Moura, Daniel Santos Nogueira, Daiane Henrique Alves da Cunha, Raissa Andrea Moura Wanderley, Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho



**QUALIDADE DE VIDA DOS PROFESSORES DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO EM SÃO LUÍS / MARANHÃO** 140

Elizabeth Santana Alves de Albuquerque

**TESTE DE ESTIMATIVA DE CARGA (1RM) COM IDOSAS HIPERTENSAS NÃO APRESENTA RISCOS CARDIOVASCULARES AGUDOS** 141

Thiago Gomes Leite, Anna Elizabeth Alves Mendes, Paula Tâmara Vieira Teixeira Pereira, Paulo Vitor Albuquerque Santana, Mário Alves de Siqueira-Filho

**COMPARAÇÃO DO EFEITO AGUDO DO TREINAMENTO DE FORÇA E AERÓBIO NA MODULAÇÃO AUTÔNOMICA DE TRANSPLANTADOS RENAI** 142

Luana Monteiro Anaisse Azoubel, Carlos José Moraes Dias, Cristiano Teixeira Mostarda, Leandro Pimenta de Melo

**PROMOÇÃO DO ESTILO DE VIDA ATIVO DOS IDOSOS NOS NÚCLEOS DE APOIO A SAÚDE DA FAMÍLIA - NASF: AVALIAÇÃO DAS AÇÕES DESENVOLVIDAS** 143

Tatiana Valeria da Silva Queiroz, Bruno Nunes de Oliveira, José Francisco de Sousa Neto Segundo, Giseuda Pereira de Almeida, Richardson Correia Marinheiro, Waldiran Bezerra Andrade de Souza

**PREFERÊNCIA POR ATIVIDADES DE LAZER EM ADOLESCENTES CATARINENSES: MUDANÇAS EM UMA DÉCADA DE ACORDO COM A IDADE** 144

Cecília Bertuol, Kelly Samara da Silva, Marcus Vinicius Veber Lopes, Adair da Silva Lopes, Markus Vinicius Nahas

**OBESIDADE ABDOMINAL EM ADOLESCENTES DE UMA CIDADE DO SUL DO BRASIL: PREVALÊNCIA E FATORES DO ESTILO DE VIDA ASSOCIADOS** 145

João Antônio Chula de Castro, Heloyse Elaine Gimenes Nunes, Diego Augusto Santos Silva

**PERFIL DE ESTILO DE VIDA DE ADOLESCENTES ESCOLARES DO SUL DO BRASIL** 146

Tatiane Minuzzi, Kelly Christine Maccarini Pandolfo, Catí Reckelberg Azambuja, Rafaella Righes Machado, Daniela Lopes dos Santos

**ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO NA ESCOLA: COMPARAÇÃO ENTRE TURMAS DE MEIO PERÍODO E INTEGRAIS** 147

Bruno Gonçalves Galdino da Costa, Kelly Samara da Silva, Lays Tomazoni Gripa, Giseli Minatto, Juliane Berria, Edio Luiz Petroski

**RELAÇÃO ENTRE TEMPO DE PRÁTICA E CONHECIMENTO DE UMA ATIVIDADE FÍSICA EM ESTUDANTES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO SUL DO BRASIL: UM ESTUDO PILOTO** 148

Natan Feter, Matheus Pintanel Silva de Freitas, Jayne Santos Leite, Joubert Caldeira Penny, Airton José Rombaldi

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA TEMPO SENTADO E TEMPO DE SONO DE PROFESSORES DE CURSOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO SUL DO BRASIL** 149

Jayne Santos Leite, Nicole Gomes Gonzales, Natan Feter, Matheus Pintanel Silva de Freitas, Airton José Rombaldi

**COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO DE ESCOLARES DE UMA CIDADE DO SUL DO BRASIL** 150

Rodrigo Wiltgen Ferreira, Airton José Rombaldi, Luiza Isnardi Cardoso Ricardo, Mario Renato de Azevedo Júnior

**APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE DE ESCOLARES DO ENSINO FUNDAMENTAL II** 151

Francisco José Rosa de Souza, Levi Cavalcante Ribeiro Lins, Luciana Catunda Brito, Yuri Alberto Freire de Assis, Fidel Machado de Castro Silva, Lucas Soares Pereira

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E PERCEÇÃO DO AMBIENTE EM IDOSOS DE SANTA MARIA-RS: UM ESTUDO PILOTO** 152

Daniela Lopes dos Santos, Temístocles Vicente Pereira Barros, Nicanor da Silveira Dornelles, Leonardo Medeiros Backes, Barbara Sutil da Silva, Patricia Fagundes Soares

**RESPOSTAS FISIOLÓGICAS DECORRENTES DE UMA SESSÃO DE TREINAMENTO DE FORÇA DE ALTA INTENSIDADE: APLICANDO NA PRÁTICA OS CONCEITOS DA FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO** 153

Saulo Chaves Magalhães, Lucas Moura Rodrigues, Juliana Annenberg Felipe Guariguasi, Witalo Kassiano Ferreira de Oliveira, Maria Juliana de Oliveira Almeida, Claudio de Oliveira Assumpção

## RESPOSTAS GLICÊMICAS PARA UMA SESSÃO DE TESTE DE ESFORÇO MÁXIMO 154

Lucas Moura Rodrigues, Witalo Kassiano Ferreira de Oliveira, Saulo Chaves Magalhães, Juliana Annemberg Felipe Guariguasi, Claudio de Oliveira Assumpção, Alex Soares Marreiros Ferraz

## ADAPTAÇÕES HEMODINÂMICAS AGUDAS PARA UM TESTE DE ESFORÇO MÁXIMO 155

Witalo Kassiano Ferreira de Oliveira, Saulo Chaves Magalhães, Lucas Moura Rodrigues, Juliana Annemberg Felipe Guariguasi, Claudio de Oliveira Assumpção, Alex Soares Marreiros Ferraz

## QUAL A INTENSIDADE DAS AULAS DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIO FÍSICO REALIZADO NO SUS? 156

Rossana Arruda Borges, Lucélia Justino Borges, Simone Teresinha Meurer, Aline Mendes Gerage, Tânia Rosane Bertoldo Benedetti

## A UTILIZAÇÃO DO SMARTPHONE PARA A PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS AERÓBICOS E MEDIÇÃO DO GASTO CALÓRICO 157

Luiz Pedrosa Abreu de Sousa, José Geimerson Gomes Dantas, Ildemberg Lins dos Santos, Nicolas Nathan Neves Alexandre, Maria de Fátima Oliveira da Silva, Wesley Crispim Ramalho

## RESPOSTAS FISIOLÓGICAS AGUDAS A UMA SIMULAÇÃO DE DUATHLON AQUÁTICO EM INDIVÍDUOS TREINADOS 158

Maria Juliana de Oliveira Almeida, Ana Denise de Souza Andrade, Isadora Fernandes Cardoso, Saulo Chaves Magalhães, Paulo Sergio Cardoso Junior, Claudio de Oliveira Assumpção

## SAÚDE MENTAL E NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA EM CRIANÇAS NORDESTINAS 159

Jorge Lopes Cavalcante Neto, Gabrielle Cerqueira da Silva, Claudemir Araújo Santos

## ÍNDICE DE MASSA CORPORAL ENTRE ESTUDANTES DO 8º E 9º ANOS DE ESCOLA PÚBLICA E RELAÇÕES COM ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE NO MUNICÍPIO DE MARACANA/PA 160

Flavius Augusto Pinto Cunha, Ivanilsa Ferreira Santos, Michele Fonseca Teixeira

## UMA VISÃO DA REDE DE PESQUISA NA ÁREA DE ATIVIDADE FÍSICA NO BRASIL 161

Rafaela Costa Martins, Andrea Ramirez Varela, Pedro Rodrigues Curi Hallal

## VALIDAÇÃO DO PEDÔMETRO POWER WALKER® EM CONDIÇÕES DE VIDA LIVRE 162

Fernanda Rocha de Faria, Paulo Roberto dos Santos Amorim

## PERCEÇÃO E INSATISFAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E SEU ESTADO NUTRICIONAL EM ADOLESCENTES ESCOLARES DO SEXO FEMININO NA CIDADE DE JACOBINA-BA 163

Jefferson Evando Feitosa Martins, Laura Emmanuela Lima Costa, Neila Carla Sales da Silva, Jessica Raisa Lima Oliveira, Andressa de Oliveira Araújo

## CONSUMO DE ÁLCOOL E SUA RELAÇÃO COM O COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES DE ENSINO MÉDIO 164

Luis José Lagos Aros, Alison Oliveira da Silva, Vandepaula Moraes Campos de Melo, Bruno Rafael Vieira Souza Silva, Rafael Miranda Tassitano

## TEMPO SEDENTÁRIO E DOMÍNIOS DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADULTOS 165

Oades Alen Alves, Adriel Augusto Raul Ferreira, Camila Bosquiero Papini, Emerson Sebastião, Priscila Missaki Nakamura, Eduardo Kokubun

## CARACTERIZAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DOS PARTICIPANTES DO PROJETO NO PIQUE DA PUC-CAMPINAS 166

Renata Cristina Figueiredo, José Francisco Daniel

## SAÚDE MENTAL E NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ADOLESCENTES NORDESTINOS 167

Claudemir Araújo Santos, Gabrielle Cerqueira da Silva, Jorge Lopes Cavalcante Neto

## ATIVIDADE FÍSICA OCUPACIONAL DE COLETORES DE LIXO 168

Rodrigo Kohn Cardoso, Marcelo Cozzensa da Silva, Airtton José Rombaldi, Aline Machado Araujo, Matheus Pintanel Silva de Freitas

## PERCENTUAL DE GORDURA CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO E O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES-EVIDÊNCIAS DO PROJETO PRÁTICA 169

Indiára Alexandra Vilela da Silva, Márcio Botelho Peixoto, Jayne Santos Leite, Inácio Crochemore Mohnsam da Silva, Virgílio Viana Ramires, Helen Gonçalves

**CARACTERÍSTICAS DAS ROTAS  
PARA USO DE BICICLETA NO  
DESLOCAMENTO EM ADOLESCENTES  
DE CURITIBA-PR 170**

Edina Maria de Camargo, Adalberto Aparecido dos Santos Lopes,  
Claudia Oliveira Alberico, Rodrigo Siqueira Reis

**MÉDIA DA ATIVIDADE FÍSICA DE  
ADOLESCENTES DE ACORDO COM  
O NÚMERO DE DIAS VÁLIDOS:  
EXPLORANDO DADOS DE  
ACELEROMETRIA 171**

Priscila Bezerra Gonçalves, Carla Adriane de Souza, Helen  
Caroline Corletto, Rodrigo Siqueira Reis

**ANTROPOMETRIA COMO  
PREDITOR DE SAÚDE NO ENSINO  
FUNDAMENTAL 172**

Juliana Nunes de Oliveira, Luis Gonzaga de Oliveira Gonçalves

**DIFERENÇAS NAS CARACTERÍSTICAS  
SOCIODEMOGRÁFICAS ENTRE  
ADOLESCENTES COM DADOS  
VÁLIDOS E NÃO VÁLIDOS DE  
ACELEROMETRIA 173**

Helen Caroline Corletto, Priscila Bezerra Gonçalves, Carla Adriane  
de Souza, Rodrigo Siqueira Reis

**CONSUMO DE MEDICAMENTOS E  
ESTILO DE VIDA DE MORADORES  
DO DISTRITO SANITÁRIO SANTA  
LUZIA DO MUNICÍPIO DE  
CRICIÚMA-SC 174**

Julia Casagrande Bitencourt, Joni Marcio de Farias, Cledir Lago

**PERCEPÇÃO DA IMAGEM  
CORPORAL E SUA RELAÇÃO COM  
O SEXO EM ALUNOS DE UMA  
ESCOLA DA REDE PÚBLICA DE  
ENSINO DA CIDADE DE SÃO LUÍS-  
MARANHÃO 175**

Letícia Rufino de Sousa, Elilson Santos Ferreira

**ANÁLISE DA PERCEPÇÃO  
DE ESFORÇO EM PACIENTES  
TRANSPLANTADOS RENAIIS NO  
TREINAMENTO DE FORÇA 176**

Nivaldo de Jesus Silva Soares Junior, Carlos José Moraes Dias,  
Carlos Alberto Alves Dias Filho, Antonio Silva Andrade Cunha  
Filho, Leandro Pimenta de Melo, Cristiano Teixeira Mostarda

**BARREIRAS PERCEBIDAS À PRÁTICA  
DE ATIVIDADES FÍSICAS EM  
ESCOLARES DO SUL DO BRASIL 177**

Kelly Christine Maccarini Pandolfo, Cati Reckelberg Azambuja,  
Rafaella Righes Machado, Tatiane Minuzzi, Lyselene de Ávila  
Lencina, Daniela Lopes dos Santos

**MENORES NÍVEIS DE PRÁTICA DE  
ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER  
ENTRE ADOLESCENTES 178**

Fernanda Tavares Palao, Camilo Luis Monteiro Lourenço, Hugo  
Ribeiro Zanetti, Edmar Lacerda Mendes

**PERCEPÇÃO SOBRE A QUALIDADE  
DE VIDA EM INDIVÍDUOS JOVENS  
PARTICIPANTES DA COPA ABERTA  
DE FUTSAL MASCULINO NA  
UFMA 179**

Karina Kelly Sousa Martins, Wanessa Karoline Brito Marques,  
Alice Valeria Sousa Silva, Antonio Coppi Navarro

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E  
CONSUMO ALIMENTAR EM IDOSOS  
COM SOBREPESO E OBESIDADE 180**

Paula Tâmara Vieira Teixeira Pereira, Adriana Maria de Araújo  
Lacerda Paz, Cristiane Rocha da Silva, Thiago Gomes Leite,  
Vicenilma de Andrade Martins, Guilherme Borges Pereira

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA  
DE USUÁRIOS DO PROGRAMA  
ACADEMIA DA SAÚDE DE BELO  
HORIZONTE 181**

Simone Teresinha Meurer, Tânia Rosane Bertoldo Benedetti, Aline  
Cristine Souza Lopes

**CONSUMO DE OXIGÊNIO DE PICO  
PREVISTO NA ERGOESPIROMETRIA  
EM IDOSOS HIPERTENSOS 182**

Adriana Maria de Araújo Lacerda Paz, Cristiane Rocha da Silva  
, Paula Tâmara Vieira Teixeira Pereira, Thiago Gomes Leite,  
Vicenilma de Andrade Martins, Guilherme Borges Pereira

**COMPARAÇÃO DE PADRÕES DE  
ESTADIAMENTO DA APTIDÃO  
FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE  
DE ADULTOS 183**

Tania Rodrigues de Moraes, Mariana Santoro Nakagaki, Edilaine  
Michelin, Roberto Carlos Burini

**CRESCIMENTO FÍSICO, ESTADO  
NUTRICIONAL E CAPACIDADE  
AERÓBICA DE ADOLESCENTES  
DE DIFERENTES CURSOS  
PROFISSIONALIZANTES 184**

Francisco Salviano Sales Nobre, Lays Ferreira Gomes

**COMPARAÇÃO DA POTÊNCIA ANAERÓBIA NO TESTE DE WINGATE ENTRE MULHERES UNIVERSITÁRIAS SAUDÁVEIS COM DIFERENTES NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA. 185**

Ezequias Rodrigues Pestana, Emanuel Péricles Salvador, Wellington Roberto Gomes de Carvalho

**GÊNERO E PRÁTICAS ESPORTIVAS NA ESCOLA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA 186**

Josimere Silva Almeida, Jordana da Silva Barbosa de Carvalho

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DA PRÁTICA PEDAGÓGICA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE 187**

Iara Danielle Farias Andrade, Gláucia Gomes da Silveira Costa, Débora Cristina Couto Oliveira Costa, Antonio Carlos Leal Cortez

**INTENSIDADE DO ESFORÇO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR OBSERVAÇÕES A PARTIR DO GÊNERO 188**

Alex Soares Marreiros Ferraz, Socorro Fernanda Coutinho dos Santos

**PERFIL DO ESTILO DE VIDA DE ESTUDANTES E PROFESSORES DA ESCOLA MUNICIPAL ÁLVARO ALVES DE MATOS DO MUNICÍPIO DE TOBIAS BARRETO/SE 189**

Josiene dos Santos Faria, Rafaela Gomes dos Santos, Jessica Santos Silva, Queila Bispo Andrade

**CRESCIMENTO FÍSICO E ESTADO NUTRICIONAL DE ESCOLARES DE TERESINA - PI 190**

Jefferson Fernando Coelho Rodrigues Júnior, Edna Maria Silva Araújo, Karen Cellina Cavalcante de Sousa, Vilton Emanuel Lopes de Moura e Silva, Anne Ceres de Oliveira Lima, Vânia Silva Macedo Orsano

**ANÁLISE DOS FATORES DE RISCO CARDIOMETABÓLICO EM ESCOLARES DE SÃO LUÍS/MA 191**

Nilviane Pires Silva Sousa, Wellington Roberto Gomes de Carvalho

**ESTADO NUTRICIONAL NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E CONSUMO ALIMENTAR DE ESCOLARES ENTRE 9 E 10 ANOS DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DE COIMBRA, MG 192**

Isabel Cristina de Oliveira Almeida, Richard Diego Leite

**COMPARAÇÃO DO EQUILÍBRIO EM IDOSOS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA E GINÁSTICA DA TERCEIRA IDADE PARTICIPANTES DO PROJETO DE EXTENSÃO AFRENTI (ATIVIDADE FÍSICA E RECREATIVA NA TERCEIRA IDADE) DA UNIPAR CAMPUS CIANORTE – PR 193**

Marco Sakichi Kanno Suguimati, Denilson de Castro Teixeira, Alan Pablo Grala

**ATIVIDADE FÍSICA, DESENVOLVIMENTO MOTOR E COORDENAÇÃO MOTORA DE CRIANÇAS EM IDADE PRÉ-ESCOLAR DE UMA ESCOLA CONSTRUTIVISTA 194**

Ivina Andrea Aires Soares

**ASSOCIAÇÃO ENTRE NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E PORTE DA ESCOLA EM ADOLESCENTES DE UMA CIDADE DO NORDESTE 195**

Ingrid Fahning de Assis, Lucas Cardoso Pinto, Neuziele Miranda da Silva, Hector Luiz Rodrigues Munaro

**NÍVEL DE AGILIDADE EM ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL DE UMA INSTITUIÇÃO PÚBLICA EM JEQUIÉ-BA 196**

Veríssimo Santos de Jesus, Franck Nei Monteiro Barbosa, Luciano Meira Del Sarto, Neuziele Miranda da Silva, Ingrid Fahning de Assis, Aline Aparecida Vieira Vitalino

**ASSOCIAÇÃO ENTRE NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E AUTOPERCEPÇÃO DE SAÚDE EM ADOLESCENTES DE UMA CIDADE DO NORDESTE 197**

Neuziele Miranda da Silva, Lucas Cardoso Pinto, Ingrid Fahning de Assis, Hector Luiz Rodrigues Munaro

**AVALIAÇÃO DA MOBILIDADE ARTICULAR DO QUADRIL EM IDOSAS PRATICANTES DE VOLEIBOL ADAPTADO 198**

Djane Correa Silva, Isabela Cristina Santana Martins, Marlon Lemos de Araújo

**SESSÃO AGUDA DE EXERGAME INDUZ SUPERCOMPENSAÇÃO PARASSIMPÁTICA EM GAROTOS PRÉ-PÚBERES 199**

Antonio Carlos Pereira Silva Filho, Herikson Araujo Costa, Vicenilma de Andrade Martins, Carlos José Moraes Dias, Cristiano Teixeira Mostarda, Mario Norberto Sevilio de Oliveira Junior



## **INFLUENCIA DAS CARACTERÍSTICAS DOS SINTOMAS NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE PACIENTES COM CLAUDICAÇÃO INTERMITENTE 200**

Bruna Cadengue Coêlho de Souza, Antonio Henrique Germano Soares, Aline Cabral Palmeira, Fábio da Silva Santana, Gabriel Grizzo Cucato, Raphael Mendes Ritti Dias

## **PERFIL SOCIOECONÔMICO E ANTROPOMÉTRICO DE IDOSOS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA EM UMA FACULDADE PARTICULAR EM SÃO LUIS - MA 201**

Kláudio José de Araújo Rodrigues, Marlon Lemos de Araújo, Djane Correa Silva, Isabela Cristina Santana Martins, Ezequias Rodrigues Pestana

## **CORRELAÇÃO DO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E DA ATIVIDADE FÍSICA MODERADA A VIGOROSA PRATICADA EM DIAS DA SEMANA E FINAIS DE SEMANA EM ADULTOS SAUDÁVEIS USUÁRIOS DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE DO DISTRITO DE ERMELINO MATARAZZO, SÃO PAULO/SP. 202**

Eduardo Quieroti Rodrigues, Evelyn Helena Corgosinho Ribeiro, Alex Antonio Florindo

## **NÍVEL DE CONHECIMENTO SOBRE AS RECOMENDAÇÕES DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA QUE ATUAM NA ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE NO ESTADO DE PERNAMBUCO 203**

Fádia Valessa da Cunha Santana, Cássia Kelly Santos França, Danyelle de Cássia Ribeiro de Oliveira, Mauro Virgilio Gomes de Barros

## **AVALIAÇÃO DA CAPACIDADE AERÓBIA EM MULHERES 204**

Leandro Pimenta de Melo, Renata Rodrigues Diniz, Ana Lúcia de Carvalho Cutrim, Maisa Carvalho Rezende Soares, Cristiano Teixeira Mostarda

## **CAMINHADA EM AMBIENTE CLIMATIZADO E NÃO CLIMATIZADO E CONTROLE AUTÔNOMICO CARDÍACO 205**

Ana Lúcia de Carvalho Cutrim, Lígia Grazielle Rodrigues Soares, Renata Rodrigues Diniz, Paulo Vitor Albuquerque Santana, Flávio de Oliveira Pires, Cristiano Teixeira Mostarda

## **AS RESIDÊNCIAS MULTIPROFISSIONAIS EM SAÚDE E O SABER-FAZER DA EDUCAÇÃO FÍSICA: UM OLHAR A PARTIR DE RIO GRANDE, BRASIL 206**

Marluce Raquel Decian, Leandro Quadro Corrêa, Alan Goularte Knuth

## **EFETIVIDADE DE UMA INTERVENÇÃO INTERDISCIPLINAR SOBRE AS PRÁTICAS DE ATIVIDADES FÍSICAS EM ESCOLARES DE ENSINO FUNDAMENTAL: PROGRAMA "FORTALEÇA SUA SAÚDE" 207**

Valter Cordeiro Barbosa Filho, Soraya Anita Mendes de Sá, Iraneide Etelvina Lopes, Sarah Caroline Vieira Paulino, Adair da Silva Lopes

## **DISCUTINDO SOBRE SAÚDE NAS DISCIPLINAS CURRICULARES DO ENSINO FUNDAMENTAL: EXPERIÊNCIA DO PROGRAMA FORTALEÇA SUA SAÚDE 208**

Iraneide Etelvina Lopes, Júlia Aparecida Devidé Nogueira, Fabiane do Amaral Gubert, Neiva Francenely Cunha Vieira, Soraya Anita Mendes de Sá, Thábyta Silva de Araújo

## **EFETIVIDADE DE UMA INTERVENÇÃO SOBRE COMPONENTES DO TEMPO DE TELA EM ESCOLARES: PROGRAMA FORTALEÇA SUA SAÚDE 209**

Alexsandra da Silva Bandeira, Iraneide Etelvina Lopes, Sarah Caroline Vieira Paulino, Jéssica Sousa de Freitas, Soraya Anita Mendes de Sá, Kelly Samara da Silva

## **REVISÃO SISTEMÁTICA DE RECOMENDAÇÕES NACIONAIS DE ATIVIDADE FÍSICA PARA A SAÚDE NA AMÉRICA DO SUL 210**

Paulo Henrique de Araújo Guerra, Evelyn Fabiana Costa, Leandro Martin Totaro Garcia, Eduardo Quieroti Rodrigues, Douglas Roque Andrade, Alex Antonio Florindo

## **EFEITO DE SEIS SEMANAS DE TREINAMENTO COM O MÉTODO PILATES DE SOLO SOBRE A AGILIDADE DOS MEMBROS INFERIORES EM MULHERES IDOSAS 211**

Grazieli Maria Biduski, Josefina Bertoli, Sueyla Ferreira da Silva dos Santos, Cíntia de La Rocha Freitas

**ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA ATIVIDADE FÍSICA ENTRE ESCOLARES: PROJETO EF+ 212**

Luiza Isnardi Cardoso Ricardo, Rodrigo Wiltgen Ferreira, Airton José Rombaldi, Daniele Kopp, Pedro Rodrigues Curi Hallal, Mario Renato de Azevedo Júnior

**EFETIVIDADE DE UM PROGRAMA DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO VOLTADO PARA A PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA FORÇA MUSCULAR EM IDOSOS 213**

Mônica Costa Silva, Simone Teresinha Meurer, Aline Mendes Gerage, Lúcia Midori Damaceno Tonosaki, Carla Elane Silva dos Santos, Tânia Rosane Bertoldo Benedetti

**EXERCÍCIO INTERVALADO DE CURTA DURAÇÃO MELHORA A APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA DE MULHERES MENOPAUSADAS 214**

Mariana Santoro Nakagaki, Okesley Teixeira, Edilaine Michelin, Roberto Carlos Burini

**PROGRAMA VAMOS: VIDA ATIVA MELHORANDO A SAÚDE 215**

Tânia Rosane Bertoldo Benedetti, Cassiano Ricardo Rech, Andiar Schwingel, Wojtek Chodzko-Zajko, Luiz Salomão Ribas Gomez

**EFEITOS DE TREINAMENTO DE 10 SEMANAS COM EXERCÍCIOS FÍSICOS COMBINADOS NA APTIDÃO FÍSICA DE ADULTOS PARTICIPANTES DE PROGRAMA PARA MUDANÇA DE ESTILO DE VIDA 216**

Leonardo Elias Ferreira Pereira, Mariana Santoro Nakagaki, Okesley Teixeira, Edilaine Michelin, Roberto Carlos Burini

**EFICÁCIA DOS PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA NA COMPOSIÇÃO CORPORAL QUALIDADE DO SONO E ESTRESSE EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS PERUANOS 217**

Saulo Andrés Salinas Arias, Jessica Pérez Rivera, Angélica Aponte Olaya, Carlos Camacho Aguilar, Ronil Silva Saboya

**MUDANÇA DE COMPORTAMENTO EM PACIENTES ATENDIDOS PELO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: PROJETO UBS+ATIVA 218**

Vítor Häfele, Bruno Iorio Könsgen, Leony Morgana Galliano, Fernando Carlos Vinholes Siqueira

**APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES PARTICIPANTES DE PROJETO SOCIAL NA CIDADE DE FORTALEZA-CE 219**

Lucas Soares Pereira, Ricardo Hugo Gonzalez, Neyla Doroth Araujo de Almeida

**EXERGAMES: ROMPENDO BARREIRAS DA INATIVIDADE EM IDOSOS 220**

Adriana Schüller Cavalli, Fabricio Boscolo Del Vecchio, Laís de Freitas Vargas, César Augusto Otero Vaghetti

**PERFIL DOS FREQUENTADORES E PADRÃO DE USO DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA 221**

Jeferson Macedo Vianna, Aline Aparecida de Souza Ribeiro, Liliane Cunha Aranda

**PROGRAMA ACADEMIA DA CIDADE DO RECIFE: QUAIS AS PRINCIPAIS SATISFAÇÕES E/OU INSATISFAÇÕES DOS USUÁRIOS? 222**

Widjane Sheila Ferreira Gonçalves, Bruno Rafael Vieira Souza Silva, Alison Oliveira da Silva, Mônica Cristina da Silva, Wallacy Milton do Nascimento Feitosa

**TOPOLOGIA DO TRABALHO COLABORATIVO NUMA REDE LOCAL DE PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA 222**

Douglas Roque Andrade, Leandro Martin Totaro Garcia, Diana Parra

**A GINÁSTICA NO PROJETO DE EXTENSÃO PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA 223**

Gleiciane da Silva Lacerda, Vandelma Silva Oliveira Rios, Michael Daian Pacheco Ramos, Salomão Cleomenes Lima Costa

**PERFIL DOS FREQUENTADORES E MOTIVOS PARA A UTILIZAÇÃO DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE DE CURITIBA-PR NOS ANOS DE 2012 E 2015 225**

Iazana Garcia Custódio, Alexandre Augusto de Paula da Silva, Alice Tatiane da Silva, Helen Caroline Corletto, Ciro Romelio Rodriguez Añez, Rodrigo Siqueira Reis

**MONITORAMENTO DE 14 ANOS DO PERFIL LIPÍDICO DOS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA EM UNIDADES BÁSICA DE SAÚDE 226**

Priscila Missaki Nakamura, Inaian Pignatti Teixeira, Leonardo de Campos, Camila Bosquiero Papini, Angélica Bonolo, Eduardo Kokubun



**PERCEPÇÕES DE PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA QUE ATUAM EM NÚCLEOS DE APOIO À SAÚDE DA FAMÍLIA SOBRE O PRINCÍPIO DA INTEGRALIDADE** 227

Daniela Schwabe Minelli, Cassiano Ricardo Rech, Mathias Roberto Loch

**PROJETO “EDUCAÇÃO FÍSICA+: PRATICANDO SAÚDE NA ESCOLA”:**  
**O IMPACTO DE OITO MESES DE INTERVENÇÃO SOBRE A PRÁTICA DOCENTE** 228

Airton José Rombaldi, Nicole Gomes Gonzales, Natan Feter, Mario Renato de Azevedo Júnior, Matheus Pintanel Silva de Freitas

**PROJETOS DE INTERVENÇÃO ESCOLAR PARA MUDANÇA DO ESTILO DE VIDA RELACIONADO À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS EM ESCOLAS DAS REDES PÚBLICA E PRIVADA EM CAMPINA GRANDE-PB** 229

Mirian Werba Saldanha, Rafaella Santos Leite

**PERFIL DOS IDOSOS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE PROMOÇÃO À SAÚDE** 230

Simone Maria Castellano, Aline Gonçalves Dutra de Souza, Luciano Borges Santiago, Carla Cristina de Sordi, Patrícia Valim Presotto, Regina Simões

**ASSOCIAÇÃO ENTRE NÍVEL DE CONHECIMENTO DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE E FORMAÇÃO CONTINUADA** 231

Danyelle de Cássia Ribeiro de Oliveira, Leticia Lemos Ayres da Gama Bastos, Caroline Ramos de Moura Silva, Rafael Miranda Tassitano

**ACADEMIA AO AR LIVRE CURITIBA-PR: ORIENTAÇÃO E IMPORTÂNCIA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA** 232

Thamires Gabrielly dos Santo Cocco, Edina Maria de Camargo, Rodrigo Siqueira Reis

**REVISTA BRASILEIRA DE ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE: ANÁLISE DAS SUBMISSÕES NO BIÊNIO 2013-2014** 233

Cassiano Ricardo Rech, Matheus Pintanel Silva de Freitas, José Cazuya de Farias Júnior, Airton José Rombaldi

**TEMPO DE TELEVISÃO COMPUTADOR E VIDEOGAME EM ADOLESCENTES DE FLORIANÓPOLIS – COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO NA PESQUISA ‘MEXA-SE’** 234

Jéssika Aparecida Jesus Vieira, Luiz Rodrigo Augustemak de Lima, Giseli Minatto, Cilene Rebolho Martins, Juliane Berria, Edio Luiz Petroski

**EDUCAÇÃO PERMANENTE NO PROGRAMA ACADEMIA DA CIDADE DO RECIFE: PERCEPÇÃO DOS PROFISSIONAIS** 235

Emmanuelly Correia de Lemos, Raquel Bezerra Pajeú, Vandepaula Moraes Campos de Melo, Luis José Lagos Aros

**REFERÊNCIA E CONTRA REFERÊNCIA ENTRE AS UNIDADES DE SAÚDE DA FAMÍLIA E O PROGRAMA ACADEMIA DA CIDADE DO RECIFE** 236

Raquel Bezerra Pajeú, Emmanuelly Correia de Lemos, Vandepaula Moraes Campos de Melo, Luis José Lagos Aros

**EFEITO DE SEIS MESES DE TREINAMENTO FÍSICO NOS GASTOS PÚBLICOS DE SAÚDE, DE PACIENTES DA ATENÇÃO PRIMÁRIA.** 237

Jamile Sanches Codogno, Monique Yndawe Castanho Araujo, Ana Paula Rodrigues Rocha, Dayane Cristina Queiroz, Romulo Araujo Fernandes

**PROJETO DE EXERCÍCIOS FÍSICOS E ESPORTES “NO PIQUE DA PUC-CAMPINAS”** 238

José Francisco Daniel, Lilian Guarnieri Almeida, Renata Cristina Figueiredo, Rafael Santana, Sérgio Vinicius de Azevedo Dias, Bruna Amanda da Silva

**O PROJETO DE EXTENSÃO PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS COMO UM CELEIRO DE EXPERIÊNCIAS GÍMNICAS** 239

Salomão Cleomenes Lima Costa, Tharik Batatinha Rocha dos Santos

**PADRÃO DE USO DA BICICLETA ANTES E APÓS A IMPLANTAÇÃO DE CICLOFAIXAS EM CURITIBA-PR: UM EXPERIMENTO NATURAL** 240

Marilson Kienteka, Rodrigo Siqueira Reis

**PROGRAMAS DE PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NOS MUNICÍPIOS DE SANTA CATARINA** 241

Paula Sandreschi, Daniel Rogério Petreça, Felipe Fank, Giovana Zarpellon Mazo

**IMPLEMENTAÇÃO DE MUDANÇAS NO AMBIENTE ESCOLAR PARA FAVORECER A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLAS DE ENSINO DE TEMPO INTEGRAL: PROGRAMA FORTALEÇA SUA SAÚDE** 242

Jéssica Sousa de Freitas, Iraneide Etelvina Lopes, Soraya Anita Mendes de Sá, Dayane Oliveira Falcão, Deuziane Teles Frota de Brito, Nicolino Trompieri Filho

**EFETIVIDADE DE UMA INTERVENÇÃO NA PERCEPÇÃO DE ESTUDANTES SOBRE AMBIENTE ESCOLAR RELACIONADO À ATIVIDADE FÍSICA: PROGRAMA FORTALEÇA SUA SAÚDE** 243

Sarah Caroline Vieira Paulino, Alessandra da Silva Bandeira, Dayane Oliveira Falcão, Deuziane Teles Frota de Brito, Jéssica Sousa de Freitas, Nicolino Trompieri Filho

**ANÁLISE DA CAMINHADA COMO EXERCÍCIO ACELERADOR DO PARTO EM GESTANTES PARTICIPANTES DO PROJETO GRÁVIDAS ATIVAS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS** 244

Maria Carolina Oliveira de Sá, Marcelo da Silva Marques, Thamires Souza de França, Karine de Oliveira Lima, Maria Suely de Souza Pereira, Chang Yen Yin

**ATIVIDADES FÍSICAS PARA GESTANTES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DO PROJETO DE GRÁVIDAS ATIVAS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS** 245

Thamires Souza de França, Maria Carolina Oliveira de Sá, Karine de Oliveira Lima, Maria Suely de Souza Pereira, Chang Yen Yin, Marcelo da Silva Marques

**FORÇA MUSCULAR DE ADULTOS COM DEFICIÊNCIA VISUAL APÓS UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS** 246

Rafaella Righes Machado, Cati Reckelberg Azambuja, Kelly Christine Maccarini Pandolfo, Tatiane Minuzzi, Daniela Lopes dos Santos

**EFEITOS DE SEIS SEMANAS DE TREINAMENTO COM O MÉTODO PILATES SOLO NA FLEXIBILIDADE EM MULHERES IDOSAS** 247

Josefina Bertoli, Grazieli Maria Biduski, Sueyla Ferreira da Silva dos Santos, Cíntia de La Rocha Freitas

**EFETIVIDADE DE DOIS PROGRAMAS DE PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA SOBRE VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS EM IDOSOS** 248

Lúcia Midori Damaceno Tonosaki, Simone Teresinha Meurer, Aline Mendes Gerage, Mônica Costa Silva, Carla Elane Silva dos Santos, Tânia Rosane Bertoldo Benedetti

**MOTIVOS PARA DESISTÊNCIA DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE** 249

Claudia Pedrosa Ferreria, Priscila Missaki Nakamura, Bruno de Paula Caraça Smirmaul, Eduardo Kokubun

**ASSIDUIDADE À UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM PESSOAS COM HIV/AIDS E CONTINUIDADE DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA APÓS SEIS MESES AO TÉRMINO DO PROGRAMA** 250

Juliana Hegeto de Souza, João Batista de Oliveira Junior, Débora Alves Guariglia, Mathias Roberto Loch

**BARREIRAS PERCEBIDAS PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM PESSOAS COM HIV/AIDS ANTES E APÓS UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS** 251

João Batista de Oliveira Junior, Juliana Hegeto de Souza, Débora Alves Guariglia, Mathias Roberto Loch

**ESTÁGIOS DE MUDANÇA PARA COMPORTAMENTOS SEDENTÁRIOS EM ADOLESCENTES: CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA NO BASELINE DO ESTUDO DE INTERVENÇÃO MULTICOMPONENTE DENOMINADO MEXA-SE** 252

Cilene Rebolho Martins, Giseli Minatto, Juliane Berria, Luiz Rodrigo Augustemak de Lima, Jéssica Aparecida Jesus Vieira, Edio Luiz Petroski

**PERFIL DO ESTILO DE VIDA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO DE MULHERES IDOSAS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA ORIENTADA** 253

Rafaela Gomes dos Santos, Queila Bispo Andrade, Jessica Santos Silva, Josiene dos Santos Faria

## **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM MULHERES COM NEOPLASIAS DA MAMA SUBMETIDAS A TREINAMENTO COMBINADO 254**

Andrea Dias Reis, Paula Tâmara Vieira Teixeira Pereira, Renata Rodrigues Diniz, Adriana Maria de Araújo Lacerda Paz, Bianca Trovello Ramallo, João Batista Santos Garcia

## **INTERVENÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: MUDANÇAS DE ATITUDES SOCIAIS DOS ALUNOS SEM DEFICIÊNCIA EM RELAÇÃO À INCLUSÃO ESCOLAR DE SEUS PARES COM DEFICIÊNCIA FÍSICA 255**

Conceicao de Maria Ribeiro Pacheco , Silvana Maria Moura da Silva , Fabrícia da Hora Marques, Maria da Piedade Resende da Costa, Thelma Helena Costa Chahini

## **MOTIVAÇÃO PARA AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM ESTUDO DE INTERVENÇÃO 256**

Moisés Salvador de Alcântara, Maria Cecilia Marinho Tenorio, Rafael Miranda Tassitano

## **EDUCAÇÃO FÍSICA: SUA INSERÇÃO PROFISSIONAL NO CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL (NASF) 257**

Juan Carlos Freire, José Luiz Silva de Moura, Daiane Henrique Alves da Cunha, Raissa Andrea Moura Wanderley, Daniel Santos Nogueira, Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho

## **NÍVEL DE TEMPO SENTADO EM UM DIA DA SEMANA E UM DIA NO FINAL DE SEMANA DE MULHERES COM NEOPLASIAS DA MAMA SUBMETIDAS A TREINAMENTO COMBINADO 258**

Renata Rodrigues Diniz, Andrea Dias Reis, Paula Tâmara Vieira Teixeira Pereira, Adriana Maria de Araújo Lacerda Paz, Bianca Trovello Ramallo, João Batista Santos Garcia

## **EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE E A ATIVIDADE FÍSICA NA PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS QUE VIVEM COM HIV/AIDS 259**

Pedro Pinheiro Paes, Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho, Jacira de Moraes Coutinho Neta

## **PARTICIPAÇÃO DOS USUÁRIOS NAS PRÁTICAS DE GESTÃO NAS INTERVENÇÕES PARA PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE DE PERNAMBUCO 260**

Caroline Ramos de Moura Silva, Mallu Dias Soares, Leticia Lemos Ayres da Gama Bastos, Danyelle de Cássia Ribeiro de Oliveira, Mauro Virgilio Gomes de Barros

## **EFEITOS BENÉFICOS ADQUIRIDOS EM IDOSOS HIPERTENSOS AO TERMINO DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA NA UFPE 261**

José Luiz Silva de Moura, Daiane Henrique Alves da Cunha, Daniel Santos Nogueira, José Deivison de Souza, Juan Carlos Freire, Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho

## **AÇÕES DESENVOLVIDAS PELO SISTEMA DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE CRICIÚMA, SC – UMA VISÃO DOS ESCOLARES E DAS GERENTES DAS UNIDADES DE SAÚDE 262**

Joni Marcio de Farias, Gustavo de Oliveira, Ana Maria Jesuino Volpato, Cleber de Medeiros, Francine Costa de Bom,

## **A UTILIZAÇÃO DO ESPAÇO ESCOLAR COMO LOCAL DE INTERVENÇÃO DE TEMÁTICAS SOBRE ESTILO DE VIDA 263**

Vanise dos Santos Ferreira Viero, Cleber de Medeiros, Francine Costa de Bom, Ana Maria Jesuino Volpato, Joni Marcio de Farias

## **SENSIBILIZANDO POR MEIO DO BRINCAR NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: LUDICIDADE E PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE CRIANÇAS DEFICIENTES FÍSICAS INSERIDAS EM CLASSE COMUM 264**

Paulo da Trindade Nerys Silva, Conceicao de Maria Ribeiro Pacheco , Fabrícia da Hora Marques, Maria da Piedade Resende da Costa, Silvana Maria Moura da Silva , Thelma Helena Costa Chahini

## **EFEITO DO TREINAMENTO E DESTREINAMENTO SOBRE O BALANÇO AUTÔNOMICA EM PACIENTES COM CÂNCER DE MAMA 265**

Carlos José Moraes Dias, Andrea Dias Reis, Antonio Carlos Pereira Silva Filho, Cristiano Teixeira Mostarda

# SONOLÊNCIA DIURNA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES

Erico Pereira Gomes Felden

Andreia Pelegrini

Rubian Diego Anrade

Carolina Meyer

Diego Grasel Barbosa

Universidade do Estado de Santa Catarina

[ericofelden@gmail.com](mailto:ericofelden@gmail.com)

**Objetivo:** investigar possíveis associações entre a sonolência diurna e o tempo em comportamentos sedentários em adolescentes. **Método:** Participaram do estudo 516 adolescentes (236 rapazes), com média de idade de 15,6(1,8) anos, que constituem amostra representativa, de base escolar, dos adolescentes de 10 a 19 anos do município de Maravilha – SC. A sonolência diurna foi avaliada pela Pediatric Daytime Sleepiness Scale (PDSS) e o comportamento sedentário foi analisado por meio da pergunta “quanto tempo no total você gasta sentado durante um dia de semana?”. Além disso, foi controlada a duração do sono dos adolescentes. Esse projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética envolvendo Seres Humanos da Universidade do Estado de Santa Catarina (Protocolo nº535.621). **Resultados:** A média de tempo sentado durante um dia de semana foi de 382,2 min, sendo superior no sexo feminino ( $p=0,001$ ). 53,6% dos adolescentes apresentaram menos de oito horas de sono. A média de pontuação da PDSS foi de 15,1(5,6) pontos. Os adolescentes com maior tempo sentado possuíam menor duração do sono ( $p=0,001$ ). Considerando o tempo sentado em tercís os adolescentes com maior sonolência diurna possuíam 4,97(IC: 2,50-9,87) vezes mais chance de terem comportamento sedentário elevado. **Conclusão:** Diante dos resultados é possível sugerir que a diminuição do tempo em comportamentos sedentários em adolescentes esteja ligado a diminuição da sonolência diurna e aumento das horas de sono.

**PALAVRAS-CHAVE:** Sono, Transtornos de Sonolência Excessiva, Estilo de Vida Sedentário.

# PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS A BAIXOS NÍVEIS DE APTIDÃO AERÓBIA EM ADOLESCENTES DO SUL DO BRASIL

Eliane Cristina de Andrade Gonçalves  
Diego Augusto Santos Silva

Universidade Federal de Santa Catarina,

elianeandradegoncalves@gmail.com

**Objetivo:** Analisar a prevalência de baixos níveis de aptidão aeróbia e identificar a associação entre baixos níveis de aptidão aeróbia e fatores sociodemográficos, estilo de vida e excesso de adiposidade corporal em adolescentes de uma cidade do sul do Brasil. **Método:** Pesquisa com 879 adolescentes de 14 a 19 anos da cidade de São José/SC, Brasil. A aptidão aeróbia foi avaliada pelo teste Canadense modificado de Aptidão Aeróbia. Variáveis socio-demográficas (cor da pele, idade, sexo, turno de estudo, nível econômico), maturação sexual e estilo de vida (hábitos alimentares, tempo de tela, nível de atividade física, consumo de álcool e de tabaco) foram avaliados por questionário autoadministrado. O excesso de adiposidade corporal pelo somatório das dobras cutâneas do tríceps e subescapular. **Resultados:** A prevalência de baixo nível de aptidão aeróbia foi de 87,5%. As meninas que gastavam duas horas ou mais em frente à tela, que consumiam menos de um copo de leite ao dia, as não fumantes e com excesso de adiposidade corporal tinham mais chances de apresentar baixos níveis de aptidão aeróbia. Os meninos de cor de pele branca e que eram pouco ativos fisicamente apresentaram mais chances de ter baixo nível de aptidão aeróbia. **Conclusão:** Oito em cada dez adolescentes tinham baixos níveis de aptidão aeróbia. Os fatores que se associaram a baixos níveis de aptidão aeróbia para as garotas foram tempo excessivo de tela, consumo inadequado de leite e excesso de adiposidade corporal. Para os garotos, cor de pele branca e prática insuficiente de atividade física.

**PALAVRAS-CHAVE:** Consumo de Oxigênio, Estilo de Vida, Saúde do Adolescente.

# PREVALÊNCIA DO CONHECIMENTO DA ATUAL RECOMENDAÇÃO DE ATIVIDADE FÍSICA PARA A SAÚDE E OS FATORES ASSOCIADOS ENTRE ADOLESCENTES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DE LONDRINA, PARANÁ

Philippe Fanelli Ferraiol

Diogo Henrique Constantino Coledam

Raymundo Pires Junior

Arlí Ramos de Oliveira

Universidade Estadual de Londrina, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo

[pferraiol@yahoo.com.br](mailto:pferraiol@yahoo.com.br)

**Objetivo:** O objetivo do estudo foi identificar a prevalência de conhecimento sobre a atual recomendação de atividade física entre adolescentes da rede pública de ensino da cidade de Londrina, Paraná. **Método:** Foram avaliados 1667 adolescentes, entre o 1º e 3º ano do ensino médio regular. O conhecimento da recomendação foi avaliado mediante três questões fechadas, sendo uma para cada componente da atual recomendação: frequência, duração e intensidade. Ainda, foram avaliados a atividade física no lazer, atividades de força muscular e comportamento sedentário (IPAQ). A estatística descritiva utilizou-se da frequência relativa. **Resultados:** Foi utilizada a regressão de Poisson para estimar a razão de prevalência e seus respectivos intervalos de confiança (95%). A maior proporção de resposta correta apresentou-se em relação ao componente intensidade da atividade física (41,3%), seguido pela duração (11,4%) e frequência (3,7%), respectivamente. Apenas 2,2% dos escolares responderam corretamente a recomendação em relação aos três componentes. O conhecimento da recomendação associou-se significativamente à prática de atividade física por mais de 300 minutos semanais; RP = 3,55 (1,58 – 7,96). Adicionalmente, o conhecimento associou-se à prática de atividade de força muscular por 4 ou mais dias na semana; RP = 4,47 (2,31 – 8,67). Apesar das baixas prevalências apresentadas, o conhecimento da recomendação apresentou-se associado à prática de atividade física no lazer e de força muscular. **Conclusão:** Os resultados do presente estudo reforçam a premissa de se investir em educação para saúde como forma de profilaxia e tratamento da epidemia de inatividade física, comportamento sedentário e doenças associadas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Conhecimento, Saúde.



# DESLOCAMENTO PARA A ESCOLA EM ADOLESCENTES: PREVALÊNCIA E FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS ASSOCIADOS

André de Araújo Pinto  
Gaia Salvador Claumann  
Robson Frank  
Diego Augusto Santos Silva  
Andreia Pelegrini

Universidade do Estado de Santa Catarina

[andrefsaude@hotmail.com](mailto:andrefsaude@hotmail.com)

**Objetivo:** Verificar a associação entre fatores sociodemográficos e deslocamento para escola em adolescentes. **Método:** Participaram do estudo 1029 adolescentes (54,7% de moças), de 15 a 19 anos de idade (média= 16,3; dp= 1,04), do ensino médio do município de São José, SC. Foram coletadas variáveis sociodemográficas (sexo, idade, escolaridade dos pais e nível econômico) e relacionadas ao deslocamento ativo (a pé e de bicicleta) e passivo (carro, motocicleta e ônibus) para escola. As informações foram coletadas por meio de autorrelato. As associações entre as variáveis foram verificadas por meio de regressão logística bruta e ajustada por sexo e idade. **Resultados:** A prevalência de deslocamento passivo para a escola foi de 52,0%, sendo superior nas moças (56,5%; IC95%= 52,2-60,2) em relação aos rapazes (46,6%; IC95%= 42,1-50,7). Na análise ajustada, observou-se associação do deslocamento para escola com nível econômico e escolaridade da mãe. Os adolescentes de nível econômico alto (OR= 1,45; IC95%= 1,03-2,03) e cujas mães possuíam maior grau de escolaridade (OR= 1,49; IC95%= 1,10-2,02) apresentaram maiores chances de se deslocarem de forma passiva para a escola. **Conclusão:** Independentemente do sexo e da idade os fatores sociodemográficos que se associaram ao deslocamento para a escola foram o nível econômico e a escolaridade da mãe.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescentes, Atividade Motora, Escolares.

# ADOLESCENTES QUE PERCEBEM O SEU PESO ACIMA DO ESPERADO PRATICAM EXERCÍCIO FÍSICO PARA PERDÊ-LO OU NÃO AUMENTÁ-LO

Robson Frank  
Gaia Salvador Claumann  
André de Araújo Pinto  
Diego Augusto Santos Silva  
Andreia Pelegrini

Universidade do Estado de Santa Catarina

robson\_frank\_91@hotmail.com

**Objetivo:** Verificar a associação entre a percepção do peso corporal e a prática de exercício físico em adolescentes. **Método:** Participaram do estudo 1051 adolescentes (53,9% de moças), com média de idade de 16,29(1,04) anos, do ensino médio do município de São José – SC. Os adolescentes foram questionados quanto à percepção do peso corporal (abaixo do peso, no peso esperado e acima do peso) e sobre a prática de exercício físico para perder ou não aumentar o seu peso corporal (sim/não) nos últimos 30 dias. Foram coletadas variáveis antropométricas de massa corporal e estatura para cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC). Utilizou-se a regressão logística multinomial (ajustada por sexo, idade e IMC) para verificar associação da percepção do peso corporal (variável dependente) e a prática de exercício físico. **Resultados:** Em relação à percepção dos adolescentes quanto ao seu peso corporal observou-se que 39,6% se percebiam acima do esperado, 31,1% no peso esperado e 29,3% abaixo do peso esperado. Verificou-se que os adolescentes que praticavam exercício físico para perder ou não aumentar o peso corporal (OR= 2,44; IC95%= 1,68-3,53) apresentaram maior chance de perceber o seu peso acima do esperado em relação àqueles que não praticavam exercício físico. **Conclusão:** Os adolescentes que percebem o seu peso corporal acima do esperado praticam exercício físico para perder ou não aumentar o seu peso corporal, independentemente do sexo, idade e do IMC.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescentes, Exercício Físico, Percepção de Peso.

**FOMENTO:** Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico – CNPq

# AGREGAÇÃO DE FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM ADOLESCENTES DE URUGUAIANA/RS

Anne Ribeiro Streb  
Mauren Lúcia de Araújo Bergmann  
Gabriel Gustavo Bergmann

Universidade Federal do Pampa

tina.anne@hotmail.com

**Introdução:** As doenças cardiovasculares (DCV) apresentam-se como as causas mais frequentes de mortalidade. Algumas evidências tem sugerido que estes problemas de saúde iniciam na infância e adolescência. Desta forma, diagnósticos sobre a presença de fatores de risco para DCV devem ser regularmente realizados já nesta faixa etária. **Objetivo:** O objetivo deste estudo foi descrever a frequência de fatores de risco para DCV em adolescentes de Uruguaiana/RS. **Método:** Foram selecionados aleatoriamente 1.045 adolescentes (51,7% do sexo feminino) de 10 a 17 anos de idade de escolas públicas e privadas. Os fatores de risco para DCV considerados foram o nível de atividade física (pedometria), índice de massa corporal, pressão arterial sistólica, pressão arterial diastólica (monitor automático), e colesterol total (monitor portátil). **Resultados:** Todos os fatores de risco foram classificados conforme recomendações da literatura. A proporção de adolescentes que atendem as recomendações foi analisada para cada fator de risco e de forma agregada. O não atendimento às recomendações para o número de passos diários foi o fator de risco mais frequente entre os adolescentes (62,8%; IC95: 59,8-65,8). Já a pressão arterial diastólica aumentada foi o fator de risco menos frequente (7,4%; IC95%: 5,8-9,0). Apenas 22,2% (IC95%: 19,4-25,0) dos adolescentes não apresentou nenhum fator de risco para DCV. Somente um adolescente não atendeu as recomendações nos cinco fatores de risco analisados. **Conclusão:** É elevada a prevalência de adolescentes com fatores de risco para DCV sendo o número de passos insuficiente o mais frequente.

**PALAVRAS-CHAVE:** Doenças Crônicas, Fatores de Riscos, Adolescentes.

# A INFLUÊNCIA DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS COMPORTAMENTOS SAUDÁVEIS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Catiane Mendes Araújo  
Elisângela da Silva Figueredo  
Mayara Joyce Batista Cardoso  
Luanna Alexandra Cheng

Universidade Federal de Pernambuco

catiane-mendes@hotmail.com

**Objetivo:** Identificar se as aulas de Educação Física influenciaram no estilo de vida de estudantes universitários. **Métodos:** Tratou-se de uma pesquisa de campo, realizada com uma amostra de 91 universitários da UFPE entre 17 e 48 anos, com média = 22 e DP = 3,61, de ambos os sexos. Foi utilizado o “Formulário de Qualidade de Vida e Saúde”, elaborado por estudantes do curso de Educação Física, composto por 08 módulos, totalizando 45 questões. Foram utilizados apenas os correspondentes ao: uso de cigarro e álcool, influências das aulas de Educação Física e prática de atividades físicas. Analisou-se os dados por meio de estatística descritiva. **Resultados:** Dos indivíduos entrevistados, 16 (17,6%) receberam influências das aulas de Educação Física nos seus comportamentos. Destes, 11 nem bebem nem fumam e 05 bebem ou fumam, sendo que de todos apenas 06 praticam atividade física. Dos 75 (82,4%) indivíduos que não tiveram influências das aulas de educação física, 42 não bebem, nem fumam, e 33 bebem ou fumam, de todos 29 praticam atividade física. Apesar de 82,4% dos entrevistados afirmarem nenhuma influência das aulas, identificou-se que 15% obteve todos comportamentos saudáveis mencionados, sendo que 85% mantém pelo um deles. **Conclusão:** Os resultados dos dados demonstraram que a influência das aulas, considerando a parcela dos alunos influenciados, foi um fator importante para que os indivíduos mantivesse um comportamento saudável, sem uso de cigarro e álcool e praticassem atividades físicas pelo menos uma vez por semana.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física e Treinamento, Atividade Motora, Comportamentos Saudáveis.

# FATORES PSICOSSOCIAIS ASSOCIADOS AOS ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO EM ADOLESCENTES CATARINENSES

Jaqueline Aragoni da Silva  
Kelly Samara da Silva  
Bruno Gonçalves Galdino da Costa  
Lays Tomazoni Gripa  
Adair da Silva Lopes  
Markus Vinicius Nahas

Universidade Federal de Santa Catarina

[jaqui\\_aragoni@hotmail.com](mailto:jaqui_aragoni@hotmail.com)

**Objetivo:** Testar associação entre fatores psicossociais e estágios de mudança de comportamento (EMC) para atividade física (AF) em adolescentes catarinenses. **Método:** Análise secundária do projeto “Estilo de vida e comportamentos de risco de jovens catarinenses – COMPAC (2011)”, envolvendo 6.529 estudantes (15-19 anos) de escolas estaduais. Para a variável desfecho, questionou-se: “Considera-se fisicamente ativo o jovem que acumula pelo menos 60 minutos diários de AF moderadas a vigorosas em cinco dias ou mais da semana. Em relação aos seus hábitos de prática de AF, você diria que?”. Cada opção de resposta correspondia a um dos cinco estágios (manutenção/ação/preparação/contemplação/pré-contemplação). Ademais, foram exploradas questões sobre preferência no lazer (ativo/inativo), gosto por AF (concordo/discordo), percepção de saúde (positiva/negativa) e percepção de estresse (alto/baixo). Regressão logística multinomial, bruta e ajustada, com resultados expressos em Odds Ratio (OR) foi aplicada para análise dos dados (referência: manutenção). **Resultados:** Preferir lazer inativo e percepção negativa da saúde associaram-se aos estágios de ação (OR:1,77; IC95%:1,43-2,19 e OR:1,66; IC95%:1,23-2,23, respectivamente), preparação (OR:2,16; IC95%:1,72-2,72 e OR:1,98; IC95%:1,48-2,65, respectivamente), contemplação (OR: 2,30; IC95%:1,70-3,12 e OR:2,11; IC95%:1,47-3,03), respectivamente) e pré-contemplação (OR:4,36; IC95%:2,81-6,77 e OR:1,71; IC95%:1,09-2,69, respectivamente). Não gostar de praticar AF associou-se à preparação (OR:2,14; IC95%:1,57-2,92), contemplação (OR:2,45; IC95%:1,67-3,58) e pré-contemplação (OR:5,25; IC95%:3,18-8,70). Percepção de estresse perdeu associação com EMC após ajustar para variáveis psicossociais e comportamentais. **Conclusão:** Preferir lazer ativo, gostar de AF e perceber positivamente a sua saúde estiveram diretamente associados ao estágio de manutenção, apontando para uma relação entre aspectos favoráveis à saúde e prática regular de AF entre adolescentes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Exercício Físico, Estudantes.

# PRESENÇA SIMULTÂNEA DE FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS EM ADOLESCENTES DO SUL DO BRASIL

Heloyse Elaine Gimenes Nunes  
Eliane Cristina de Andrade Gonçalves  
Jéssika Aparecida Jesus Vieira  
Diego Augusto Santos Silva

Universidade Federal de Santa Catarina

heloyse.gimenes@hotmail.com

**Objetivo:** Investigar a presença simultânea de fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis e verificar associação com fatores demográficos e econômicos em adolescentes do sul do Brasil. **Método:** Foram avaliados 1.132 estudantes (14 a 19 anos) de escolas estaduais de São José, Santa Catarina, Brasil (em 2014). Os fatores de risco do estilo de vida (inatividade física, consumo excessivo de álcool, tabagismo, comportamento sedentário e alimentação inadequada), as variáveis demográficas (sexo, idade e cor da pele) e econômicas (turno de estudo e nível econômico) foram avaliados por questionário. Empregou-se estatística descritiva e teste qui-quadrado para caracterização da amostra. O padrão de simultaneidade dos comportamentos foi avaliado pela razão entre a prevalência observada e esperada. A simultaneidade de fatores de risco foi analisada pela regressão logística multinomial. Adotou-se  $p < 0,05$  para todas as análises. **Resultados:** Os padrões de comportamentos mais prevalentes foram: alimentação inadequada e inatividade física (maior nas meninas e nos mais pobres); alimentação inadequada e comportamento sedentário (maior nos meninos); inatividade física, comportamento sedentário e alimentação inadequada (maior nos mais novos e nos estudantes do diurno); inatividade física, consumo excessivo de álcool, comportamento sedentário e alimentação inadequada (maior nos mais velhos). A simultaneidade de dois ou três fatores de risco foi encontrada em 70,7% dos estudantes, e de quatro e cinco em 25,4% dos adolescentes. **Conclusão:** As variáveis demográficas (sexo e idade) e econômica (turno de estudo) estiveram associadas aos comportamentos simultâneos mais prevalentes nos adolescentes. Nove em cada 10 jovens tinham a presença simultânea de pelo menos dois comportamentos de risco.

**PALAVRAS-CHAVE:** Fatores de Risco, Estilo de Vida, Estudantes.



# BARREIRAS PERCEBIDAS À PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER ENTRE BENEFICIÁRIOS DO PROGRAMA BOLSA FAMÍLIA

Joamara de Oliveira Pimentel  
Danilo Rodrigues Pereira da Silva  
Douglas Fernando Dias

Universidade Estadual de Londrina

joamarauel@hotmail.com

**Introdução:** A proporção de pessoas que não praticam atividade física (AF) suficiente para obter benefícios à saúde é maior no grupo populacional com menor nível socioeconômico. Portanto, identificar os fatores que dificultam a realização de tal comportamento em pessoas em situação de vulnerabilidade social é importante para redução de iniquidades em saúde e para promoção da AF. **Objetivo:** Identificar as principais barreiras à prática de AF no lazer entre beneficiários do Programa Bolsa Família. **Metodologia:** Amostra foi composta por 62 beneficiários (dois homens) do programa Bolsa Família que compareceram à uma Unidade Básica de Saúde para recadastramento no Programa (amostragem por conveniência). A avaliação das barreiras percebidas para a prática de AF foi realizada por meio de entrevista estruturada. Enquanto variáveis independentes, a idade, ocupação, envolvimento em exercícios físicos, percepção da importância da AF e sobre a própria saúde foram avaliadas subjetivamente dentro da mesma entrevista. **Resultados:** A falta de tempo foi apontada como a principal barreira para a prática de AF (40%). As maiores prevalências dessa barreira foram observadas naqueles que estão na faixa etária de 15 a 30 anos (57,9%), nos que consideram a prática de AF muito importante (38%), naqueles que trabalham (48%), nos que não fazem exercícios (58,8%) e naqueles que consideram a saúde boa (48,4%). **Conclusão:** Em beneficiários do Programa Bolsa Família a principal barreira para a prática de AF esteve relacionada à percepção da organização do tempo. Recomenda-se que tal fator seja considerado para a promoção da AF nessa população.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Vulnerabilidade Social, Proteção Social.

# ASSOCIAÇÃO ENTRE INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO

Gaia Salvador Claumann  
André de Araújo Pinto  
Robson Frank  
Diego Augusto Santos Silva  
Andreia Pelegrini

Universidade do Estado de Santa Catarina,  
Universidade Federal de Santa Catarina

[gaiasclaumann@hotmail.com](mailto:gaiasclaumann@hotmail.com)

**Objetivo:** Analisar possíveis associações entre a insatisfação com a imagem corporal e os componentes da aptidão física relacionada à saúde em adolescentes. **Método:** Participaram do estudo 1058 adolescentes (53,9% do sexo feminino), de 15 a 19 anos de idade, do ensino médio da rede pública do município de São José – SC. A insatisfação com a imagem corporal foi verificada por meio de escala de nove silhuetas corporais. Foram avaliados os componentes da aptidão física relacionada à saúde de adiposidade corporal (somatório de duas dobras cutâneas – tríceps e subescapular), força muscular (força de preensão manual) e aptidão cardiorrespiratória (mCAFT), de acordo com os critérios propostos pela Canadian Society for Exercise Physiology. Para a análise de associação foi utilizada Regressão de Poisson, com estimativa robusta, sendo conduzidas análises brutas e ajustadas por sexo e faixa etária. **Resultados:** Os adolescentes com adiposidade corporal inadequada (RP= 1,24; IC95%= 1,15-1,32), que necessitavam melhorar a força muscular (RP= 1,14; IC95%= 1,02-1,27) e a aptidão cardiorrespiratória (RP= 1,14; IC95%= 1,03-1,25) apresentaram maior prevalência de insatisfação com a imagem corporal, após ajuste. **Conclusão:** A inadequação da adiposidade corporal e os níveis mais baixos de força muscular e aptidão cardiorrespiratória se associaram à insatisfação com a imagem corporal nos adolescentes pesquisados. Isto revela a importância desses fatores serem considerados ao se planejar estratégias que visem a melhora da imagem corporal nesta população.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescentes, Aptidão Física, Imagem Corporal.

**FOMENTO:** CNPq

# DESVIOS NUTRICIONAIS EM CRIANÇAS DE CINCO A 10 ANOS DE IDADE QUE VIVEM EM CONDIÇÃO DE POBREZA NO ESTADO DE SANTA CATARINA, BRASIL.

Priscila Custódio Martins  
Heloyse Elaine Gimenes Nunes  
Rosileide Paula da Silva  
Camila Pegorini Andreis  
Diego Augusto Santos Silva

Universidade Federal de Santa Catarina

[priscilaamartins@gmail.com](mailto:priscilaamartins@gmail.com)

**Introdução:** Em crianças que vivem em condição de pobreza, houve redução na prevalência de baixo peso, no entanto, verificou-se aumento na prevalência de sobrepeso e obesidade, trazendo novos desafios a saúde pública. **Objetivo:** Estimar a prevalência de baixo peso, sobrepeso e obesidade e verificar associação entre os desvios nutricionais e o sexo em crianças que vivem em condição de pobreza no estado de Santa Catarina, Brasil. **Métodos:** Foram utilizados dados secundários oriundos do Sisvan/Bolsa Família, compreendendo 21.162 crianças (sendo 10.498 do sexo masculino e 10.664 do sexo feminino) de cinco a 10 anos de idade beneficiárias do Programa Bolsa Família no ano de 2012. O estado nutricional foi classificado pelo Índice de Massa Corporal, de acordo com a World Health Organization. Empregou-se a estatística descritiva (frequência absoluta e relativa), e o teste Qui-Quadrado, sendo considerado  $p < 0,05$ . **Resultados:** A prevalência de baixo peso foi de 4,8%, 17,1% de sobrepeso e 14,7% de obesidade. Ambos os sexos apresentaram prevalência de baixo peso de 4,8%. O sexo masculino apresentou prevalência de sobrepeso de 16,8% e o feminino de 17,3%. Encontrou-se maior prevalência de obesidade no sexo masculino (16,8%) quando comparado ao feminino (12,7%) ( $p < 0,001$ ). **Conclusão:** Cerca de 40% da amostra encontra-se em situação de risco em relação ao estado nutricional (tanto pelo déficit quanto pelo excesso). Os meninos apresentaram maiores prevalências de obesidade. Portanto, fazem-se necessárias intervenções de reeducação alimentar, a fim de, oferecer subsídios para indivíduos pobres sobre a adoção de hábitos mais saudáveis.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estado Nutricional, Políticas Públicas, Saúde da Criança.

**FOMENTO:** Cnpq

# PREVALÊNCIA DE BAIXOS NÍVEIS DE FORÇA MUSCULAR E FATORES ASSOCIADOS EM ADOLESCENTES DE UMA CIDADE DO SUL DO BRASIL.

Tiago Rodrigues de Lima  
João Antônio Chula de Castro  
Gabriel Renaldo de Sousa  
Diego Augusto Santos Silva

Universidade Federal de Santa Catarina

tiagopersonaltrainer@gmail.com

**Introdução:** A força muscular é necessária para realização de atividades diárias, sendo considerada marcador de saúde global. **Objetivo:** Estimar a prevalência de baixos níveis de força de preensão manual (FPM) em adolescentes e verificar fatores (sociodemográficos, estilo de vida e status de peso) correlatos. **Métodos:** Estudo transversal de base escolar, realizado com 923 participantes de 14 a 19 anos de idade. Analisou-se a FPM por meio de dinamometria manual e protocolo proposto pela Sociedade Canadense de Fisiologia do Exercício, cujo ponto de corte para baixos níveis de força é  $\leq 53,0$  kgf para meninas e  $\leq 83,0$  kgf para meninos. As variáveis independentes analisadas foram: idade, escolaridade paterna e materna, renda familiar, atividade física, uso de cigarro, dieta e status de peso. Utilizou-se teste de Mann-Whitney e regressão logística binária para estimar as razões de chances e intervalo de confiança de 95%. **Resultados:** A prevalência de baixos níveis de FPM foi de 59,7% nas meninas e 66,3% nos meninos. Meninas eutróficas e que não faziam o consumo de bebidas alcoólicas e meninos cujas mães tinham baixa escolaridade e menor renda mensal familiar apresentaram menores chances de terem baixos níveis de FPM. **Conclusão:** Três em cinco adolescentes do sexo feminino e dois em três adolescentes do sexo masculino apresentaram baixos níveis de FPM. Esforços para diminuir prevalência de baixos níveis de FPM devem ser focados nas meninas com status do peso normal e meninos os quais mães têm baixa escolaridade e advindos de famílias de baixa renda.

**PALAVRAS-CHAVE:** Dinamômetro de Força Muscular, Saúde Pública, Força da Mão.

# EXCESSO DE ADIPOSIDADE CORPORAL ASSOCIADO A FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS E DE ESTILO DE VIDA EM ADOLESCENTES DE UMA CIDADE DO SUL DO BRASIL

Carlos Alencar Souza Alves Junior  
Eliane Cristina de Andrade Gonçalves  
Diego Augusto Santos Silva

Universidade Federal de Santa Catarina

[carlos\\_uneb@hotmail.com](mailto:carlos_uneb@hotmail.com)

**Objetivo:** Estimar a prevalência de excesso de adiposidade corporal e verificar a associação com fatores sociodemográficos e de estilo de vida em estudantes do ensino médio de uma cidade do sul do Brasil. **Metodologia:** Estudo transversal, com 928 adolescentes de escolas públicas de São José, Santa Catarina, Brasil, com idade de 14 a 19 anos. O excesso de adiposidade corporal foi analisado por meio do somatório de duas dobras cutâneas (Tríceps e Subescapular), com pontos de corte proposto por Lohman. As variáveis independentes foram: sexo, idade, nível econômico, hábitos alimentares, escolaridade dos pais e atividade física, analisadas por meio de questionário. **Resultados:** A prevalência de excesso de adiposidade corporal foi de 26,7%, sendo maior no sexo feminino (39,5%) do que no masculino (12,5%). Os meninos de nível econômico baixo e que eram pouco ativos fisicamente apresentaram maior prevalência de excesso de adiposidade corporal. Acrescenta-se que os meninos de nível econômico baixo tinham mais chances de apresentarem excesso de adiposidade corporal (OR: 2,46; IC95%: 1,25-4,80), assim como os meninos pouco ativos fisicamente (OR: 2,03; IC95%: 0,86-4,77). **Conclusão:** Deste modo, meninas apresentaram maior prevalência de adiposidade corporal. Meninos de nível econômico baixo e pouco ativos fisicamente também apresentaram maiores prevalências de adiposidade corporal e simultaneamente estão mais propensos a terem excesso de adiposidade. Estes resultados podem auxiliar as autoridades do município para o planejamento de políticas públicas de prevenção ao excesso de adiposidade corporal.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adiposidade, Saúde do Adolescente, Estudos Transversais.

**FOMENTO:** Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq)



# ESPAÇOS PÚBLICOS PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA ÁREA DE ABRANGÊNCIA DE DOIS CENTROS DE SAÚDE DE FLORIANÓPOLIS, SANTA CATARINA

Sofia Wolker Manta  
Denise Oliveira de Souza  
Tayná Iha  
Bruno Czezsuschuk  
Tânia Rosane Bertoldo Benedetti  
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina,  
Pontifícia Universidade Católica do Paraná

[sofiawolker@gmail.com](mailto:sofiawolker@gmail.com)

**Objetivo:** O estudo teve como objetivo analisar a presença e avaliar a qualidade dos espaços públicos para Atividade Física (AF) na área de abrangência de dois Centros de Saúde (CS) de Florianópolis. Foram selecionados de modo intencional o CS do Córrego Grande e Pantanal. **Método:** Realizou-se a auditoria a partir da territorialização para identificar a presença de espaços públicos e posteriormente, avaliar a presença de estruturas para AF, como campos, quadras esportivas. A qualidade dos espaços e das estruturas para AF foram avaliadas por observação direta - Physical Resource Assessment Instrument - PARA. O dados foram digitados no programa EpiData 3.1. e a análise de frequência absoluta/relativa utilizada para análise. **Resultados:** Foram identificados 37 espaços públicos, sendo que em 10 havia estrutura para AF (1 parque e 9 praças), destes, 08 estavam presentes no Córrego Grande. As estruturas mais prevalentes foram parquinhos (n=7), estação de exercícios (n=6), campo de futebol (n=6), academia ao ar livre (n=4), trilhas de caminhada (n=3) e campo de voleibol (n=2). Quanto a qualidade dos espaços 27 apresentaram condições de limpeza, estética e segurança adequada (ex: ausência de evidência de uso de álcool e drogas, de sinais de vandalismo, de sujeira de animais) e 20 espaços apresentaram adequada condições de conforto para o usuário (ex: bebedouro, iluminação, lixeiras, bancos, banheiros). **Conclusão:** Sendo assim, ainda são escassos os espaços públicos de qualidade para AF nas áreas analisadas. Existe a necessidade de um melhor planejamento urbano em relação a distribuição de espaços públicos para promover maiores níveis de AF.

**PALAVRAS-CHAVE:** Promoção de Saúde, Atividade Física, Ambiente.

# ASSOCIAÇÃO ENTRE INSATISFAÇÃO CORPORAL, NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM JOVENS UNIVERSITÁRIAS

Marcela Rodrigues de Castro  
Fabiane Frota Rocha Moragado  
Stephanie Cristina Miranda Pacheco  
Fernanda Lopes Magre  
Ana Clara de Souza Paiva  
Ismael Forte Freitas Júnior

Universidade Federal do Maranhão,  
Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Universidade Estadual Paulista Júlio de  
Mesquita- Unesp, Universidade Estadual  
Paulista Júlio de Mesquita- Unesp

[marcelarodriguescastro@hotmail.com](mailto:marcelarodriguescastro@hotmail.com)

**Introdução:** Entendida como representação mental do corpo, a imagem corporal é desenvolvida à partir de mecanismos intelectuais e experiências corporais vivenciados, como o movimento. **Objetivo:** Objetivou-se identificar associações entre insatisfação corporal, nível de atividade física e Índice de Massa Corporal (IMC). **Método:** Foram avaliadas 142 graduandas (21,81± 3,014 anos) da Universidade Estadual Paulista/UNESP, escolhidas randômica e aleatoriamente. O Body Shape Questionnaire (BSQ) e International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) (domínio atividade física de recreação, esporte, exercício e de lazer) foram utilizados na avaliação da imagem corporal e nível de atividade física, respectivamente. Massa corporal e estatura foram aferidas para cálculo de IMC. Procedemos aos testes Kolmogorov – Smirnov, para checar a normalidade dos dados e Spearman para análise de correlação entre as variáveis. **Resultados:** Identificamos que 75% das participantes não apresentou preocupação com a imagem corporal; 19% demonstrou leve preocupação e 8% moderada preocupação. Quanto ao nível de atividade física, 51% da amostra foi classificada como ativa. Além disso, 18% encontra-se abaixo do peso, 52% no peso ideal, 21% com sobrepeso e 9% com obesidade. Foi encontrada correlação moderada positiva ( $r_s = .48$ ;  $p < .0001$ ) entre insatisfação corporal e IMC. Todavia, não foi identificada correlação significativa entre insatisfação corporal e nível de atividade física ( $r_s = .10$ ;  $p = .22$ ). **Conclusão:** Conclui-se que elevados índices de IMC podem predizer insatisfação com as formas e dimensões corporais. Contudo, essa insatisfação não possui qualquer relação com níveis de atividade física. Torna-se, fundamental conscientizar e possibilitar condições a alunos/pacientes acerca da necessidade de se manter níveis controlados de IMC viabilizando baixos níveis de insatisfação corporal

**PALAVRAS-CHAVE:** Estilo de Vida Sedentário, Imagem Corporal, Educação Física.

**FOMENTO:** Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior

# CONSUMO DE DROGAS ILÍCITAS ENTRE UNIVERSITÁRIOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Lucas Lima Galvão  
Emille Camila de Oliveira Santos  
Rízia Rocha Silva  
Edson Santos da Conceição  
Valfredo Ribeiro Dórea  
Douglas de Assis Teles Santos

Universidade do Estado da Bahia

lucasgalvao07@gmail.com

**Objetivo:** Determinar o consumo de drogas ilícitas entre os universitários do curso de Educação Física. **Método:** Estudo observacional de delineamento transversal. A amostra foi constituída inicialmente por 127 universitários de ambos os sexos, do curso de Bacharel em Educação Física da Universidade Federal de Goiás – Campus Jataí, contudo apenas 47 universitários responderam o questionário de coleta de dados. O consumo de drogas ilícitas foi avaliado através de questões específicas do questionário National College Health Risk Behavior Survey (NCHRBS) sobre condutas de saúde, desenvolvido pelo Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Para análise de dados foram utilizados procedimentos de estatística descritiva e inferencial (Teste Qui-quadrado)  $p \leq 0,05$ . **Resultados:** Os universitários apresentaram médias de idade  $25,40 \pm 5,83$  anos, com amplitude de 17 a 42 anos, estatura  $1,67 \pm 0,08$  metros, massa corporal de  $69,89 \pm 11,97$  quilos e de IMC  $24,69 \pm 3,24$  kg/m<sup>2</sup>. As prevalências foram de 19,6% para o consumo de maconha (uso na vida), sendo 34,8% para os homens e 4,3% para as mulheres ( $p=0,01$ ) e 6,2% para o uso de agulhas para injetar qualquer droga ilícita, sendo 8,7% para os homens e 4% para as mulheres ( $p=0,46$ ). Nenhum dos universitários declarou já ter feito uso de pílulas ou injeção de esteroides sem prescrição médica. Outras drogas ilícitas investigadas tiveram prevalências de consumo menores a 2,5%. **Conclusão:** O consumo de maconha foi considerado elevado, principalmente entre os universitários do sexo masculino, sendo preocupante por esta ser considerada droga de “entrada” para o consumo de outras drogas ilícitas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Drogas Ilícitas, Cannabis, Saúde.

# INATIVIDADE FÍSICA NO LAZER ENTRE TRABALHADORES DO SETOR SAÚDE DO ESTADO DA BAHIA

Saulo Vasconcelos Rocha  
Tânia Maria de Araújo  
Aline Rodrigues Barbosa

Universidade Federal de Santa Catarina,  
Universidade Estadual de Feira de Santana

[vasconcelosrocha82@gmail.com](mailto:vasconcelosrocha82@gmail.com)

**Objetivo:** Avaliar a prevalência e os fatores associados à inatividade física no lazer entre trabalhadores do setor saúde do estado da Bahia. **Método:** Estudo de corte transversal, multicêntrico. A amostra foi constituída por 2.684 trabalhadores vinculados a atenção primária a saúde (Estratégia de Saúde da Família, Unidades Básicas de Saúde) de quatro municípios do estado da Bahia (Feira de Santana, Itabuna, Jequié e Santo Antônio de Jesus) selecionados por meio de amostragem aleatória estratificada por área geográfica e ocupação. Foram incluídas informações da idade, sexo, escolaridade e situação conjugal. A atividade física no lazer foi avaliada por meio de questão dicotômica. Na análise dos dados foram utilizados procedimentos da estatística descritiva e análise de regressão de Poisson, adotando-se nível de significância estatística de 5% ( $p \leq 0,05$ ). **Resultados:** A média de idade dos entrevistados foi de  $38,38 \pm 10,19$  anos. A frequência de IF no lazer foi de 82,5%, sendo mais acentuada entre as mulheres (61,6%), indivíduos que viviam com companheiro (61,3%), com ensino fundamental/médio (61,7%), lotados no município de Jequié-Ba (67,2%) e entre a categoria de agentes comunitários de saúde (61,6%). Após a análise multivariada incluindo avaliação das variáveis: idade, sexo, escolaridade, situação conjugal, unidade geográfica e categoria profissional apenas a variável sexo ( $p=0,02$ ) manteve-se associada a IF no lazer. **Conclusão:** A frequência de IF no lazer foi elevada e mais acentuada entre as mulheres. Recomenda-se a realização de ações de incentivo a adoção de estilo de vida ativo entre os trabalhadores, principalmente entre as mulheres.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Categoria de Trabalhadores, Trabalhadores da Saúde.

**FOMENTO:** Fundação de amparo a pesquisa do estado da Bahia

# DIFERENÇAS ENTRE SEXOS PARA PREFERÊNCIAS DE AF NO TEMPO DE LAZER E ATENDIMENTO ÀS RECOMENDAÇÕES DE AF

Amanda Mae George  
Kelly Samara da Silva  
Jaqueline Aragoni da Silva  
Valter Cordeiro Barbosa Filho  
Linda Rohr  
Adair da Silva Lopes

Universidade Federal de Santa Catarina,  
Memorial University

[jaqui\\_aragoni@hotmail.com](mailto:jaqui_aragoni@hotmail.com)

**Objetivo:** Verificar diferenças entre rapazes e moças em relação à preferência de atividades no tempo de lazer bem como ao atendimento das recomendações para atividade física (AF) entre escolares do 7º ao 9º ano de Fortaleza (CE). **Métodos:** Análise secundária do banco de dados do projeto “Fortaleza sua saúde”, o qual é caracterizado como intervenção de base escolar, envolvendo 1.182 escolares (7º ao 9º ano) da rede municipal de Fortaleza (CE), em 2014. Foram exploradas questões realizadas no baseline, as quais são referentes ao atendimento às recomendações de AF ( $\geq 420$ min/sem;  $< 420$ min/sem) e preferência no lazer (ativo; inativo). Utilizou-se frequência relativa e seus respectivos intervalos de confiança, bem como regressão logística binária bruta, controlada para idade e escolaridade dos pais. **Resultados:** Houve maior prevalência de rapazes que atendiam às recomendações (56,32%; IC95%: 52,34-60,22) e que preferiam lazer ativo (46,98%; IC95%: 42,99-51,01) quando comparados às moças (26,70%; IC95%: 23,23-30,49 e 29,32%; IC95%: 25,66-33,29, respectivamente). Dessa forma, verificou-se que rapazes possuíam 3,24 (IC95%: 2,52-4,16) e 2,14 (IC95%: 1,66-2,76) mais chance de atingirem níveis mínimos recomendados de AF bem como preferir AF no lazer, respectivamente. **Conclusão:** Rapazes possuíam mais chance de preferir AF no lazer bem como de atingir os níveis mínimos recomendados de AF semanalmente, quando comparados às moças.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescentes, Atividade Física, Recomendações.



# PREVALÊNCIA DE SEDENTARISMO E FATORES ASSOCIADOS EM ESCOLARES DA ZONA SUL DE MACAPÁ/AP

Danylo José Simões Costa  
Demilto Yamaguchi da Pureza

Universidade Federal do Amapá

danylo\_costa18@hotmail.com

**Objetivo:** Esta pesquisa buscou determinar a prevalência de sedentarismo e fatores de associados em estudantes do ensino médio da área urbana de Macapá/AP. **Método:** Realizou-se estudo transversal com amostra representativa de n=401 estudantes do ensino médio, com idades entre 14 a 18 anos. Os dados foram coletados através do questionário adaptado de Farias Jr (2009) para estimar o nível de sedentarismo ( $\leq 300$  min/sem) e fatores associados. Foram analisadas variáveis como: idade, sexo, raça, idade, nível-socioeconômico, tempo diário de Tv, Computador, Vídeo-Game e Celular e nível de Atividade Física do Pai e da Mãe. A análise da associação entre a variável dependente e variável independente, foi realizado a partir do teste de qui-quadrado, adotando-se valor de  $p < 0,05$ , além disso, foi estimada a razão de prevalência estimada pela Regressão de Poisson. **Resultados:** A prevalência de Sedentarismo foi de 59,9% (IC95%: 54,9;64,7). As variáveis que tiveram associação positiva, idade: 14 anos (68,1%;  $p=0,004$ , RP: 1,3(1:1,4)), sendo a maior entre as idades, o sedentarismo foi maior para as meninas (65,8%) RP: 1,7 (1,19:2,69) e 51,8% RP: 1,41: (1,11:1,78);  $p=0,005$ ) para os meninos, Tempo/diário de Computador e Vídeo Game no (Sab/Dom)  $\geq 3$ h ( $p=0,045$ ) RP: 1,15(1:1,2) e nível insuficiente de Atividade Física do Pai ( $p=0,045$ ) RP: 1,6;(1,2:2,4), as demais não obtiveram associação positiva estatisticamente. **Conclusão:** A prevalência foi alta principalmente nas meninas, adolescentes que possuem tempo de tela (Computador e VD) maior aos finais de semana e com pais sedentários. Esse grupo populacional precisa participar de intervenções com mais frequência através de políticas públicas de atividade física no âmbito da região norte.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescente, Sedentarismo, Estudantes.

# QUALIDADE DE VIDA DE IDOSAS DE UMA UNIVERSIDADE ABERTA A TERCEIRA IDADE

Gabrielle Cerqueira da Silva  
Jorge Lopes Cavalcante Neto

Universidade do Estado da Bahia - Uneb/  
campus Iv

[gabicerqueirasilva@gmail.com](mailto:gabicerqueirasilva@gmail.com)

**Objetivo:** Analisar a qualidade de vida de idosas de uma Universidade Aberta à Terceira Idade (UATI) em uma cidade do interior da Bahia, Nordeste Brasil. **Métodos:** Estudo transversal, realizado com 51 idosas, com idade média de 66,66 anos ( $\pm 7,49$  DP). Aplicouse o World Health Organization Quality of Life – Brief (WHOQOL-BREF) e o World Health Organization Quality of Life – Old (WHOQOL-OLD). Realizou-se análise estatística descritiva por meio de médias e desvios-padrão, seguindo os cálculos dos escores dos próprios instrumentos. **Resultados:** Os resultados do WHOQOL BREF para cada domínio foram os seguintes: Físico ( $3,77 \pm 0,66$ DP); Psicológico ( $3,95 \pm 0,54$ DP); Inter-relações sociais ( $3,79 \pm 0,74$ DP); Meio Ambiente ( $3,59 \pm 0,59$ DP) e no escore total o valor médio de  $15,09 (\pm 2,21$ DP). Enquanto que os valores médios do WHOQOL OLD para cada domínio foram: Funcionamento do sensório ( $15,92 \pm 2,51$ DP); Autonomia ( $15 \pm 2,18$ DP); Atividades ( $15,76 \pm 2,09$ DP); Participação Social ( $15,56 \pm 2,09$ DP); Morte ou Morrer ( $14,17 \pm 3,84$ DP); Intimidade ( $15,15 \pm 2,75$ DP) e no escore total o valor médio de  $91,52 (\pm 10,17$ DP). Portanto, o domínio meio ambiente do WHOQOL BREF e o domínio Morte ou Morrer do WHOQOL OLD foram os mais comprometidos entre as idosas. **Conclusão:** Quando se objetiva a melhoria da qualidade de vida das idosas, existem questões que são mais difíceis de serem sanadas, mesmo diante de um programa de intervenção relevante em suas vidas. Esses fatores excedem o contexto de ambientes socialmente favoráveis, como a UATI. Também, o avanço da idade gera insegurança diante da própria vida e insere no pensamento dessa população impeditivos para uma melhor percepção da qualidade de vida.

**PALAVRAS-CHAVE:** Idosas, Qualidade de Vida, Atividade Motora.

# PERFIL DOS PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO DO SERTÃO PARAIBANO, USUÁRIOS DE RECURSOS ERGOGÊNICOS.

Luciano Alves Cavalcanti  
Yalisson Rigoberto da Silva Santos  
Nicolas Nathan Neves Alexandre  
Thiago Mateus Batista Pinto  
Adeilson Duarte de Oliveira  
Wesley Crispim Ramalho

Instituto Federal da Paraíba

lucianoalvescavalcanti@hotmail.com

**Objetivo:** Este estudo investigou as características dos praticantes de musculação, usuários de recursos ergogênicos na cidade de Sousa-PB. **Método:** Por meio de um levantamento foi escolhido duas academias localizadas em bairros geograficamente distintos. Utilizado um questionário estruturado através de entrevista foram coletados os dados de 97 indivíduos de ambos os sexos, entre 18 e 50 anos. **Resultados:** A Prevalência de uso desses recursos foi de 4,12% para esteroides anabolizantes (EAs) e de 55,67% para suplementos alimentares (SAs). Os usuários de suplementos, 59,25% tinha entre 18 e 24 anos, e 44,44% frequentam a academia cinco vezes por semana, 46,29% tem seu treino com duração de 90 min, 55,55% possuem renda média de 2 a 4 salários. Dos usuários de anabolizantes todos homens, 50% deles tem entre 25 e 34 anos, praticam musculação a mais de 6 anos, com duração de treino de 60 min a 120 min, 75% deles com renda familiar de 2 a 4 salários, atestam que obtiveram os resultados esperados. Os resultados também demonstraram que 14,5% dos entrevistados conhecem alguém da academia que usa anabolizantes e que 94,84% tem pleno conhecimentos dos efeitos colaterais dos anabolizantes. Os usuários de ambas as academias, majoritariamente utilizavam de tais recursos com a intenção de obterem resultados rápidos. **Conclusão:** O estudo pioneiro na cidade indica uma alta incidência de uso desses produtos entres os praticantes de musculação de ambas às classes, assim faz se necessário um estudo de caso para chegar aos reais motivos que levam esses indivíduos a fazer uso desses produtos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Anabolizantes, Estética, Musculação.

# RELAÇÃO DO APOIO SOCIAL DA FAMÍLIA E DOS AMIGOS NA INTENÇÃO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA

Hermes Koller de Paiva  
Edina Maria de Camargo  
Rodrigo Siqueira Reis

Pontifícia Universidade Católica do Paraná

[hermes.koller@gmail.com](mailto:hermes.koller@gmail.com)

**Introdução:** Na última década cresceu o interesse em identificar variáveis que podem explicar a aderência e manutenção da atividade física de lazer (AFL). **Objetivo:** O objetivo desse estudo foi verificar a relação do apoio social (AS) com a intenção para a prática AFL e o nível de AFL (moderada e vigorosa) em universitários. **Métodos:** Amostra de 156 universitários. Foi avaliado o apoio social recebido da família/amigos nos últimos três meses. A intenção foi avaliada por meio de questões que reportavam a chance e a intenção do indivíduo em praticar AFL de forma regular. O nível de AFL foi avaliado através do IPAQ. A regressão de Poisson foi utilizada para testar a associação entre a frequência semanal de AS da família e dos amigos e o nível de AFL. Para elaboração do modelo ajustado foi utilizado o IMC (índice de massa corporal), nível socioeconômico e a intenção para AFL. **Resultados:** A companhia (RP: 2,55; IC95%: 1,28 – 5,07) e o convite (RP: 2,89; IC95%: 1,14 – 7,32) frequente dos amigos apresentaram associação positiva e significativa com a prática de atividade física vigorosa. A companhia frequente dos amigos teve associação positiva com a intenção para a prática de AFL (RP: 2,80; IC95%: 1,16 – 6,75), assim como, o incentivo frequente da família (RP: 2,07; IC95%: 1,02 – 4,22). **Conclusão:** Conclui-se que a companhia e o convite dos amigos são importantes para a prática de atividade física. E, o convite e o incentivo frequente dos amigos e familiares, respectivamente, elevam a intenção.

**PALAVRAS-CHAVE:** Apoio Social, Atividade Física, Universidade.

**FOMENTO:** Fundação Araucária

# ASSOCIAÇÃO DO TEMPO DE TELEVISÃO E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER COM O ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE TRABALHADORES BRASILEIROS DA INDÚSTRIA

Priscila Cristina dos Santos  
Jaqueline Aragoni da Silva  
Kelly Samara da Silva  
Giovâni Firpo Del Duca  
Elusa Santana Antunes de Oliveira  
Markus Vinicius Nahas

Universidade Federal de Santa Catarina  
Universidade de Pernambuco

[prisantos.personal@gmail.com](mailto:prisantos.personal@gmail.com)

**Objetivo:** Avaliar a relação entre o tempo de assistência à televisão (TV) e a prática de atividade física no tempo de lazer (AFTL) com valores do índice de massa corporal (IMC) em trabalhadores brasileiros da Indústria. **Métodos:** Análise secundária do banco de dados do projeto Estilo de vida e hábitos de lazer dos trabalhadores da indústria (n= 47.477) de 24 das 27 unidades federativas do Brasil (2006-2008). O IMC foi calculado com base no autorrelato da massa corporal e da estatura. Questões referentes às variáveis independentes (AFTL: pratica/não pratica; CS: tempo de TV em um dia de semana: até 1h; 2; 3;4; 5 ou mais horas) foram coletadas por meio de questionário. Para análise estatística empregou-se regressão linear múltipla (ajustada por sexo e idade), com nível de significância em 5%. **Resultados:** Independentemente do sexo e da idade, trabalhadores que praticam AFTL apresentaram IMC 0,21kg/m<sup>2</sup> menor em comparação aos trabalhadores que não realizam AFTL. Não houve associação do IMC com tempo de TV de até 2 horas, entretanto, permanecer três horas ou mais assistindo TV por dia associou-se significativamente com o aumento do IMC (3 horas: 0,15kg/m<sup>2</sup>; 4 horas: 0,17kg/m<sup>2</sup>; ≥ 5 horas: 0,23kg/m<sup>2</sup>). **Conclusão:** Trabalhadores inativos fisicamente no tempo de lazer e que relataram assistir TV por três horas ou mais por dia tiveram maiores valores de IMC comparados aos seus pares. Assim, sugere-se estimular e possibilitar, quando possível, a prática de AFTL e a redução de tempo de TV entre os trabalhadores, como estratégias para reduzir o IMC.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estilo de Vida Sedentário, Atividade Física, Adultos.



# ATIVIDADE FÍSICA E AMBIENTE CONSTRUÍDO: ASSOCIAÇÕES ESPECÍFICAS AOS DOMÍNIOS E TIPOS DE ATIVIDADES EM ADOLESCENTES PERTENCENTES À COORTE DE 1993 DE PELOTAS-RS

Inácio Crochemore Mohnsam da Silva  
Adriano Akira Ferreira Hino  
Adalberto Aparecido dos Santos Lopes  
Rodrigo Siqueira Reis  
Pedro Rodrigues Curi Hallal

Universidade Federal de Pelotas,  
Universidade Federal do Paraná, Pontifícia  
Universidade Católica do Paraná

[inacio\\_cms@yahoo.com.br](mailto:inacio_cms@yahoo.com.br)

**Objetivo:** Estudar a associação entre atividade física e ambiente construído em domínios e tipos de atividades específicos em adolescentes. **Métodos:** Análises transversais foram realizadas em adolescentes de 18 anos pertencentes a coorte de nascimentos de Pelotas-RS. Atividade física foi avaliada por acelerometria (GENEActiv) e autorrelato (versão longa do IPAQ), fornecendo estimativas globais, específicas ao lazer e deslocamento, assim como prática de caminhada e atividades físicas moderadas e vigorosas (AFMV). A residência dos participantes foram geocodificadas e características como padrão e qualidade das ruas e espaços públicos de lazer foram avaliadas em um buffer de 500m. **Resultados:** Iluminação das ruas ( $\beta=2,2$ ; IC95%: 0,5; 3,9) foi positivamente associado com AFMV mensurada objetivamente enquanto a proporção de ruas pavimentadas e renda média familiar dos buffers foi inversamente associada a AFMV. Morar perto da orla aumentou 3,3 (IC95%:1,37; 8,02) vezes o odds de prática de AFMV no lazer. Além disso, iluminação das ruas (RO=1,22; IC95%:1,01; 1,47) e ciclovias (RO=1,77; IC95%:1,05; 2,96) foram positivamente associados com atividade física de deslocamento apenas entre os adolescentes do tercil intermediário de nível socioeconômico. A existência e qualidade dos espaços públicos de lazer não foi associada com nenhuma variável de atividade física. **Conclusão:** O estudo do ambiente construído amplia o foco individual para uma perspectiva de saúde pública em termos de promoção de atividade física. Existência de orla, iluminação, pavimentação das ruas e ciclovias foram associadas a prática de atividade física e são exemplo de características passíveis de intervenção para promoção deste comportamento.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Meio Ambiente, Atividades de Lazer.

# INDICADORES DE ADIPOSIDADE CORPORAL EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES PERTENCENTES ÀS ESCOLAS PÚBLICAS MUNICIPAIS AMIGOS DE ARACRUZ E AMIGOS DA NATUREZA, EM TEIXEIRA DE FREITAS, BA

Rízia Rocha Silva  
Edson Santos da Conceição  
Emille Camila de Oliveira Santos  
Lucas Lima Galvão  
Douglas de Assis Teles Santos  
Valfredo Ribeiro Dórea

Universidade do Estado da Bahia

[rizarochasilva@gmail.com](mailto:rizarochasilva@gmail.com)

**Objetivo:** analisar indicadores de saúde das variáveis relacionadas ao crescimento, composição corporal e o nível socioeconômico em escolares de 7 a 12 anos, pertencentes à Escola Municipal Amigos de Aracruz e Amigos da Natureza, em Teixeira de Freitas (BA).

**Métodos:** o estudo caracteriza-se como uma pesquisa descritiva, de delineamento transversal, envolvendo 321 crianças e adolescentes na faixa etária de sete a doze anos, de ambos os sexos, regularmente matriculados. Foram utilizadas as variáveis de controle, o sexo e a idade cronológica, e, em seguida as informações relacionadas às medidas antropométricas – massa corporal (kg), estatura (m), índice de massa corporal (kg/m<sup>2</sup>). A partir dessas medidas e de acordo com os objetivos propostos para o estudo, as informações foram processadas utilizando-se o software SPSS versão 20.0, apropriando-se de procedimentos técnicos de estatística descritiva (média, desvio padrão). **Resultados:** os resultados do presente estudo indicaram índices mais elevados de adiposidade corporal para ambos os sexos, sobretudo entre as meninas, sugerindo um quadro mais próximo do sobrepeso e obesidade do que da desnutrição. Por outro lado, os dados revelaram ainda que somente 2,6% dos meninos encontravam-se abaixo do peso. Esses achados são semelhantes a outros estudos encontrados na literatura. **Conclusão:** pode-se observar que os resultados sinalizam um quadro bastante preocupante em relação à saúde do escolar. Nessa perspectiva, vale ressaltar que estudos dessa natureza são capazes de promover possíveis intervenções que corroborem na promoção da saúde de crianças e adolescentes já nas séries iniciais do ensino fundamental.

**PALAVRAS-CHAVE:** Composição Corporal, Crescimento, Saúde.

# ASSOCIAÇÃO ENTRE TEMPO DE TELEVISÃO NO FINAL DE SEMANA E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM DIFERENTES DOMÍNIOS EM ADULTOS TRABALHADORES

Marina Christofolletti dos Santos  
Giovâni Firpo Del Duca  
Lisandra Maria Konrad  
Elusa Santana Antunes de Oliveira  
Mauro Virgílio Gomes de Barros  
Markus Vinicius Nahas

Universidade Federal de Santa Catarina,  
Universidade de Pernambuco

marinachriss@outlook.com

**Objetivo:** Investigar a associação entre o tempo de televisão no final de semana e a prática de atividade física em diferentes domínios em adultos trabalhadores. **Método:** Trata-se de um estudo transversal, realizado de 2006 a 2008, com trabalhadores de indústrias de 24 unidades federativas brasileiras, excluindo-se apenas os estados de Piauí, Rio de Janeiro e Sergipe. O desfecho foi definido pelo autorrelato de  $\geq 3$  horas/dia assistindo televisão no final de semana. As exposições foram determinadas pela resposta positiva a uma única questão sobre prática habitual de atividade física em cada domínio (deslocamento, domicílio, lazer e trabalho), além da simultaneidade de domínios acumulados com a prática de atividade física. Na análise dos dados, empregou-se a regressão de Poisson com variância robusta ajustada para fatores sociodemográficos e para o tempo de televisão durante a semana, pelo uso do programa Stata, versão 13.0. **Resultados:** Nos 47.477 trabalhadores avaliados, observou-se associação direta entre o tempo de televisão no final de semana e a atividade física nos domínios do domicílio (0,001) e do lazer ( $<0,001$ ). Os demais domínios e a simultaneidade da atividade física nos diferentes contextos não estiveram associados ao desfecho. **Conclusão:** A associação entre comportamento sedentário com a atividade física em alguns domínios reforça a possibilidade de que esses comportamentos podem coexistir no estilo de vida de populações adultas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Estilo de Vida Sedentário, Adulto.

**FOMENTO:** Serviço Social da Indústria/Departamento Nacional

# FATORES ASSOCIADOS À MANUTENÇÃO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DA INFÂNCIA À ADOLESCÊNCIA

André de Oliveira Werneck  
Danilo Rodrigues Pereira da Silva  
Enio Ricardo Vaz Ronque  
Edilson Serpeloni Cyrino

Universidade Estadual de Londrina

[andreowerneck@gmail.com](mailto:andreowerneck@gmail.com)

**Introdução:** Ainda que os benefícios da atividade física (AF) estejam claros, a prevalência de inatividade é alta. Dentre as estratégias de promoção de AF, o envolvimento precoce com práticas esportivas parece favorecer a manutenção da prática e a redução de desfechos negativos ao longo da vida. **Objetivo:** Identificar os fatores associados à manutenção da atividade física da infância para a adolescência. **Metodologia:** 1.186 adolescentes (11 a 17 anos), matriculados em escolas públicas do município de Londrina/PR, foram avaliados. Para a avaliação do nível de AF habitual, foi utilizado o questionário de Baecke et al. (1982) e a prática esportiva na infância (7 a 10 anos) foi obtida dicotomicamente de forma retrospectiva. Tempo gestacional, nível de AF parental e peso ao nascer foram obtidos por auto-relato dos pais. O status de maturação somática foi estimado pelo pico de velocidade de crescimento. Análise de regressão logística, ajustada por idade cronológica, foi utilizada para o tratamento das informações ( $p < 0,05$ ). **Resultados:** Adolescentes do sexo masculino (OR[IC95%] = 3,58 [2,32-5,54]) e os tardiamente maturados (OR[IC95%] = 2,52 [1,02-6,22]) apresentaram maior probabilidade de manutenção da prática. Já adolescentes cujas mães não foram inativas apresentaram menor probabilidade de manutenção da AF (OR[IC95%] = 0,31[0,11-0,86]). **Conclusão:** Meninas, precocemente maturados e filhos de pais insuficientemente ativos apresentam menores probabilidades de se manterem ativos da infância para a adolescência. Essas informações podem auxiliar na identificação de grupos de risco, bem como na proposição de estratégias de intervenção.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Adolescente, Determinantes Sociais da Saúde .

**FOMENTO:** CNPq (Processo: 483867/2009-8)

# BARREIRAS E MOTIVADORES PARA O USO DE BICICLETA COMO MEIO DE TRANSPORTE EM RIO CLARO-SP

Inaian Pignatti Teixeira  
Priscila Missaki Nakamura  
Leonardo de Campos  
Eduardo Kokubun

Universidade Estadual Paulista, If Sul,  
Universidade Estadual Paulista

inaianteixeira@hotmail.com

**Objetivo:** Investigar as barreiras e motivadores para o uso da bicicleta como meio de transporte (BMT) em adultos. **METODOLOGIA:** Estudo descritivo com uma amostra composta por 693 adultos de ambos os sexos ( $\geq 27$  anos) residentes no município de Rio Claro-SP no ano de 2014. Para as informações referentes ao uso de BMT foi utilizado o IPAQ-versão longa. As barreiras e motivadores foram acessadas utilizando o questionário desenvolvido por Kienteka (2012). Os valores são apresentados em valores percentuais e seus respectivos intervalos de confiança. **Resultados:** Dos 693 adultos entrevistados, 62% eram mulheres, com média de idade de  $55,5 \pm 15,8$  anos. A de 13,9% (IC95%:10,6-17,1%). As principais barreiras relatadas por quem não utilizava a BMT foram: não ter bicicleta (29,6%-IC95%:25,9-33,3%), falta de vontade/motivação (27,8%-IC95%: 24,2-31,4%), medo de acidentes (26,5%-IC95%:22,9-30,0%), trânsito intenso (13,6%-IC95%:10,8-16,3%), falta de segurança (12,4%-IC95%:9,7-15,0%) e distância para os destinos (10,2%-IC95%:7,8-12,6%). Para todas demais barreiras, a prevalência foi menor que 10% (não saber andar de bicicleta, qualidade das ruas, saúde, clima, falta de tempo, estacionamento para bicicleta, idade, poluição e falta de vestiário). Dentre os motivadores para o uso da BMT, 56,2% dos entrevistados relataram usar bicicleta por ser rápida (IC95%: 46,3-66,2%), 51,0% praticar exercício físico (IC95%:41,0-61,0%), 34,4% melhorar a saúde (IC95%:24,9-43,9%), 31,2% por ser mais barato (IC95%:22,0-40,4%), 12,5% proteger o meio ambiente (IC95%:5,9-19,1%), 10,4% porque gosta (IC95%:4,3-16,5%) e 7,3%(IC95%:2,1-12,5%) usam por necessidade. **Conclusão:** futuras intervenções, com o propósito de promover esse meio de transporte, devem levar em consideração as barreiras e os motivadores para o uso da BMT.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Transportes, Adulto.

**FOMENTO:** Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP [Processo: 2012/18795-7])

# PARTICIPAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA E O NÚMERO DE PASSOS POR DIA EM ADOLESCENTES DA CIDADE DE URUGUAIANA/RS

Amanda Machado Teixeira  
Mariele da Silva Hernandez  
Mauren Lúcia de Araújo Bergmann  
Gabriel Gustavo Bergmann

Universidade Federal do Pampa

[amandateixeira.m@gmail.com](mailto:amandateixeira.m@gmail.com)

**Objetivo:** O presente estudo teve como objetivo identificar as possíveis diferenças no número de passos/dia entre adolescentes da cidade de Uruguaiana/RS que participam e não participam das aulas de Educação Física (EFi). **Método:** Participaram deste estudo 1.045 escolares das redes de ensino pública e privada (540 do sexo feminino) com idades de 11 a 17 anos. As variáveis utilizadas foram o número de passos/dia, medido por meio de pedômetros (Yamax cw 700), e a participação nas aulas de EFi através de um questionário previamente validado. Para análise dos dados foram utilizadas a média ( $\bar{x}$ ), desvio padrão ( $\pm$ ), e teste t para amostras independentes. **Resultados:** Os estudantes que relataram participar das aulas de EFi tiveram número médio de passos/dia (12.757,7;  $\pm$  5.499,1) significativamente superior ( $p < 0,001$ ) àqueles que relataram não participar (10.640,8;  $\pm$  4.929,8). As diferenças entre os grupos se mantêm quando a análise é estratificada por sexo ( $p < 0,05$ ). Entre os meninos a média do número de passos/dia daqueles que relataram participar da EFi foi 13.970,5 ( $\pm$  5.560,5) enquanto os que relataram não participar foi 12.500,1 ( $\pm$  5.735,6). Para as meninas, a média foi 11.573,3 ( $\pm$  5.178,3) e 9.580,3 ( $\pm$  4.060,8) para as que relataram participar e não participar das aulas de EFi, respectivamente. **Conclusão:** Com base nos resultados, concluiu-se que o número de passos/dia está diretamente associado à participação nas aulas de EFi. Neste sentido, é ressaltada a importância da participação na EFi, identificada como um dos principais fatores para a promoção da prática de atividade física em adolescentes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física, Atividade Física, Escolares.



# ASSOCIAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA DE ADOLESCENTES E SUA INTERAÇÃO COM A RENDA DO BAIRRO E NÍVEL SOCIOECONÔMICO

Alexandre Augusto de Paula da Silva  
Bruno Czeszschuk  
Priscila Bezerra Gonçalves  
Adriano Akira Ferreira Hino  
Rodrigo Siqueira Reis

Universidade Federal do Paraná,  
Pontifícia Universidade Católica do Paraná

[alexandre\\_03\\_19@hotmail.com](mailto:alexandre_03_19@hotmail.com)

**Objetivo:** Analisar a prática de atividade física (AF) e sua interação entre as características da renda do bairro e nível socioeconômico (NSE) de adolescentes de Curitiba-PR. **Métodos:** Estudo transversal denominado IPEN-Adolescents, através de inquérito domiciliar realizado entre agosto/2013 e maio/2014. Foram entrevistados 362 adolescentes (50,6% meninas) de 32 setores censitários da cidade de acordo com os extremos de walkability e renda do bairro (baixo/alto). A AF foi obtida objetivamente com o uso de acelerômetros. Foram considerados dados válidos aqueles que utilizaram cinco dias com pelo menos 10 horas/dia (incluindo um de final de semana com 8h de uso). Os critérios de Freedson (2005) e Trost (2011) foram utilizados para classificação da AF diária, que foi obtida através da soma do tempo de AF moderada a vigorosa (AFMV). O NSE e a renda do bairro foram obtidos através do questionário da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP) (2013) e das informações do IBGE (2010), respectivamente, ambos foram dicotomizados (baixo/alto). A interação foi calculada a partir da renda do bairro x NSE. Para análise estatística foi utilizada a regressão linear no software SPSS 20.0 ( $p < 0,05\%$ ). **Resultados:** Adolescentes de bairros e NSE baixos realizam em média 45 min de AFMV diária. Houve associação inversa entre adolescentes de NSE alto e AFMV (-16 min/dia;  $p < 0,001$ ). Na interação, houve associação marginal no aumento AFMV diária (11 min/dia;  $p < 0,056$ ). **Conclusão:** O adolescente que mora em bairros de renda e NSE altos não fazem mais AFMV diária quando comparados com aqueles de renda e NSE baixos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Acelerometria, Classe Social.

**FOMENTO:** National Institutes of Health

# INATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO LIVRE E FATORES OCUPACIONAIS ASSOCIADOS EM PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA

Douglas Fernando Dias  
Mathias Roberto Loch  
Arthur Eumann Mesas

Universidade Estadual de Londrina

df.dias@yahoo.com.br

**Objetivo:** Analisar a associação entre fatores ocupacionais percebidos e inatividade física no tempo livre em professores. **Métodos:** Foram considerados elegíveis para o estudo todos os professores da educação básica das 20 maiores escolas públicas de Londrina, Paraná. Os dados foram obtidos por meio de entrevista pessoal durante a hora atividade do professor. A relação entre inatividade física no tempo livre (<150 minutos/semana) e variáveis relacionadas ao trabalho foi analisada mediante o cálculo da razão de prevalência (RP) e intervalo de confiança de 95% (IC95%) em modelos de regressão de Poisson ajustados por variáveis demográficas, econômica e do estado de saúde. **Resultados:** Dos 1.126 professores considerados elegíveis por atuar em sala de aula, 978 participaram do estudo (taxa de resposta = 86,9%). A prevalência de inatividade física no tempo livre foi de 71,9%, e na análise multivariável essa condição associou-se de maneira independente com percepção de equilíbrio entre vida pessoal e profissional ruim ou regular (RP=1,09; IC95%=1,01-1,18), percepção de que o tempo de permanência em pé afeta o trabalho (RP=1,16; IC95%=1,01-1,34), percepção de capacidade atual para as exigências físicas do trabalho baixa ou muito baixa (RP=1,21; IC95%=1,08-1,35) e contrato de trabalho temporário (RP=1,13; IC95%=1,03-1,25). Ministrar disciplina de educação física associou-se com menor prevalência de inatividade no tempo livre (RP=0,78; IC95%=0,64-0,95). **Conclusões:** A percepção de condições e cargas de trabalho negativas associou-se à maior prevalência de inatividade física no tempo livre em professores da educação básica e devem ser consideradas para a promoção de atividade física nessa população.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Saúde do Trabalhador, Docentes.

# A ASSOCIAÇÃO ENTRE FAIXA ETÁRIA E MORBIDADE REFERIDA EM INDUSTRIÁRIOS É MODERADA OU MEDIADA PELA ATIVIDADE FÍSICA OU COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO?

Leticia Lemos Ayres da Gama Bastos  
Anísio Luiz da Silva Brito  
Mauro Virgílio Gomes de Barros

Universidade de Pernambuco

lebastos17@hotmail.com

**Objetivo:** Analisar se atividade física no lazer (AFL) e comportamento sedentário (CS) moderam ou mediam associação entre faixa etária (FE) e morbidade referida (MR) em industriários. **Métodos:** Foram utilizados dados transversais do inquérito Estilo de Vida e Hábitos de Lazer de Trabalhadores da Indústria, mediante aplicação de questionário. Considerou-se FE como exposição e MR (soma dos fatores hipertensão, dislipidemia e diabetes) como desfecho, classificada como: nenhuma, uma e  $\geq$  duas enfermidades. As possíveis variáveis de moderação ou mediação foram AFL (ativos e inativos) e CS (exposto e não exposto). Para análise de associação entre FE e MR foi realizada regressão logística ordinal no programa Stata. **Resultados:** Distribuição dos 47.477 trabalhadores (69,8% homens) por FE foi: <30anos – 46,1%; 30-39 – 31%; 40-49 – 16,8%; e 50+ anos – 6,1%. Quanto à MR, 16,9% referiam uma e 5,6% referiram duas ou mais enfermidades. Identificou-se associação positiva entre FE e o número de MR ( $p < 0,001$ ), esta moderada pela AFL e CS. Nos ativos, os valores de OR observados foram: 30-39 – 2.20; 40-49 – 4.81; >50anos – 11.1. Entre inativos, foram: 30-39 – 1.81; 40-49 – 3.95; >50anos – 6.64. Entre os não expostos, foram: 30-39 – 1.90; 40-49 – 3.96; >50anos – 7.21. Entre os expostos, foram: 30-39 – 2.10; 40-49 – 4.76; >50anos – 10.24. AFL e CS não foram mediadoras. **Conclusão:** AFL e CS foram moderadoras da associação entre FE e MR, atenuando valores de OR entre trabalhadores ativos e exacerbando os valores de OR entre expostos ao CS.

**PALAVRAS-CHAVE:** Morbidade, Atividade Física, Comportamento Sedentário.

**FOMENTO:** Capes

# CONHECIMENTOS DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE PRIMEIROS SOCORROS

Adeilson Duarte de Oliveira  
Thiago Mateus Batista Pinto  
Jucyan Lopes Maia  
Wesley Crispim Ramalho  
Luciano Alves Cavalcanti  
Maria de Fátima Oliveira da Silva

*Instituto Federal da Paraíba, Instituto  
Federal da Paraíba, Instituto Federal de  
Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba*

[adeilson759@gmail.com](mailto:adeilson759@gmail.com)

**Objetivo:** O objetivo da pesquisa foi avaliar os conhecimentos dos profissionais de educação física em primeiros socorros na cidade de Sousa-PB. **Método:** Através de um questionário básico, estruturado sobre primeiros socorros, foram abordados 20 profissionais de educação física que trabalham em escolas e academias de musculação, que buscou avaliar quanto os profissionais podem atender a quem venha a necessitar de atendimento primário de urgência durante a prática de atividade física. **Resultados:** 65% dos profissionais responderam que não existe nenhum plano de assistência ao pronto atendimento, outros 35% afirmaram possuir. Quanto a graduação cursada, observou-se que 20% eram bacharéis e 80% em licenciados, em relação a metodologia empregadas nas aulas de primeiros socorros durante a graduação, 21% responderam como teóricas e 78,95% eram conjuntas práticas e teóricas. Em relação ao nível de satisfação com a disciplina 47,37% relataram um ótimo nível, 42% bom e 10,53% regular. 85% cursaram um semestre de aulas sobre primeiros socorros, 10% afirmaram que foram dois semestres e 5% afirmou que não houve aula sobre a disciplina durante sua formação, outro fator importante nos resultados foi que 47,37% dos professores que ministraram a disciplina eram enfermeiros, 21,05% eram médicos, 10,53% fisioterapeutas e apenas 15,79% tinham formação em educação física, dos profissionais pesquisados 70% nunca realizaram curso de primeiros socorros e apenas 30% fizeram algum curso específico durante a graduação. **Conclusão:** Os resultados obtidos demonstraram que tanto os estabelecimentos de práticas de atividades físicas quanto os profissionais avaliados não possuem infraestrutura e qualificações adequadas para a prestação de serviços em primeiros socorros.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física, Primeiros Socorros, Educação e Saúde.

# ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM MULHERES CLIMATÉRICAS FÍSICAMENTE ATIVAS E SEDENTÁRIAS

Nathanael Ibsen da Silva Soares  
Ravena Carvalho Silva  
Nadielle de Macedo Rocha Paeslandim  
Valquiria Bezerra Costa  
Isaac Douglas Leone  
Patricia Uchoa Leitao Cabral

Universidade Federal do Piauí, Universidade Estadual do Piauí

[naelibsen@hotmail.com](mailto:naelibsen@hotmail.com)

A ansiedade e a depressão são bastante prevalentes em mulheres no período do climatério. As evidências atuais demonstram existir associação positiva entre a prática regular de atividade física e a boa saúde mental. **Objetivo:** Avaliar a relação entre a prática regular de atividade física e os sintomas de ansiedade e depressão em mulheres climatéricas. **Metodologia:** Realizou-se um estudo transversal que compreendeu a população feminina com idade entre 40 a 65 anos, frequentadoras de projetos da comunidade na cidade de Teresina/PI. A amostra foi composta por 60 mulheres, sendo 30 fisicamente ativas e 30 sedentárias. Aplicou-se um questionário referente às características sociodemográficas, clínicas e comportamentais. Utilizou-se o Índice Menopausal de Blatt e Kupperman (IMBK) para avaliação da sintomatologia climatérica e a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS) para avaliar a presença de ansiedade e depressão. A análise estatística foi realizada através do programa SPSS®, versão 18.0. **Resultados:** A média de idade das mulheres avaliadas foi de 53 anos. Observou-se que a ansiedade e a depressão mostraram diferenças significativas ( $p < 0,05$ ) entre os grupos das fisicamente ativas e sedentárias. Quando analisadas as médias referentes à ansiedade e a depressão, observou-se que as ativas apresentaram menor sintomatologia ( $p < 0,05$ ). Através da análise de regressão linear observou-se que as mulheres ativas tinham uma tendência a ter 3,03 menos chances de ter ansiedade e 2,37 menos chances de ter depressão, quando comparadas às sedentárias ( $p = 0,001$ ). **Conclusão:** A atividade física regular parece contribuir positivamente para a redução dos sintomas de ansiedade e depressão em mulheres climatéricas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Climatério, Depressão, Atividade Motora.

# CÂNCER DE MAMA E CÂNCER DE PRÓSTATA: ATIVIDADE FÍSICA RELACIONADA À QUALIDADE DE VIDA.

Leonessa Boing  
Marina Ribovski  
Ana Cristina Tillmann  
Taysi Seemann  
Joris Pazin  
Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

Universidade do Estado de Santa Catarina

leonessaboing@gmail.com

**Objetivo:** Investigar a atividade física e a qualidade de vida de pacientes diagnosticados com câncer de próstata comparados as pacientes com câncer de mama em tratamento clínico no Centro de Pesquisas Oncológicas – CEPON. **Método:** Estudo transversal com amostra não probabilística intencional de 148 pacientes, 44 homens e 104 mulheres, com média de idade de  $58,77 \pm 10,53$  anos. A coleta de dados foi realizada em formato de entrevista por meio de um questionário, dividido em quatro blocos: Informações gerais; Estrato econômico – classificação do IBGE (2010); Atividade física - IPAQ (versão curta) e; Qualidade de vida – European Organization for Research and Treatment of Cancer Quality of Life Questionnaire C30 (EORTC QLQ-C30). As análises estatísticas descritivas e inferenciais foram efetuadas pelo SPSS - versão 20.0 ( $p < 0,05$ ). **Resultados:** Em relação à prática de atividade física, 70,3% dos pacientes foram classificados como insuficientemente ativos, sendo 63,6% dos homens e 73,1% das mulheres. O tempo médio da prática de atividade física total foi de 34 min/dia, com a caminhada em 21 min/dia e a moderada+vigorosa com 13,1 min/dia. A qualidade de vida geral da amostra obteve escore médio de 73,9, indicando uma elevada qualidade de vida. Os dados da escala funcional e sintomática demonstraram melhor qualidade de vida para os homens, com destaque para os sintomas fadiga, náusea/vômito e dificuldades financeiras. **Conclusão:** Observou-se por meio dos resultados que a maioria dos pacientes encontrava-se como insuficientemente ativo e com escores elevados de qualidade de vida geral, tendo os homens escores mais elevados na escala funcional e sintomática.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Neoplasia da Mama, Neoplasia da Próstata.



# ÍNDICES DE CONCORDÂNCIA PARA DIAGNÓSTICO DO ESTADO NUTRICIONAL BASEADO EM MEDIDAS AUTO RELATADAS E AFERIDAS DE MASSA CORPORAL E ESTATURA EM ADOLESCENTES

Hugo Ribeiro Zanetti  
Camilo Luis Monteiro Lourenço  
Edmar Lacerda Mendes

Universidade Federal do Triângulo Mineiro

[hugo.zanetti@hotmail.com](mailto:hugo.zanetti@hotmail.com)

**Objetivo:** Testar concordância para diagnóstico do IMC das medidas referidas e aferidas de estatura e massa corporal (MC) em adolescentes. **Método:** Participaram deste estudo 831 adolescentes de 14 a 17 anos (rapazes = 399 [idade  $\bar{x}$  = 16,28  $\pm$  1,97] e moças = 432 [idade  $\bar{x}$  = 16,17  $\pm$  1,88]). Inicialmente, adolescentes referiram a MC e estatura; após, estas medidas foram aferidas pelos pesquisadores. O IMC ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ) foi determinado baseado nas medidas aferidas e referidas e adolescentes classificados com sobrepeso (sobrepeso+obesidade) e sem sobrepeso (baixo peso+eutróficos). Foram empregadas a concordância geral (CG) e índice Kappa ( $k < 0,00$  = nenhuma concordância,  $0,00-0,19$  = fraca,  $0,20-0,39$  = sofrível,  $0,40-0,59$  = boa,  $0,60-0,79$  = ótima,  $0,80-1,00$  = perfeita) nas análises estratificadas por sexo e idade (14-17, 14 e 15, 16 e 17 anos), com  $p < 0,05$ . **Resultados:** No geral, para rapazes, a CG foi de 89% ( $k = 0,65$ ;  $p < 0,01$ ), enquanto para moças foi 91% ( $k = 0,68$ ;  $p < 0,01$ ). Para rapazes, aos 14 e 15 e, 16 e 17 anos, a CG foi de 92% ( $k = 0,70$ ;  $p < 0,01$ ) e 89% ( $k = 0,63$ ;  $p < 0,01$ ), respectivamente. Para moças, aos 14 e 15 e, 16 e 17 anos, a CG foi de 93% ( $k = 0,74$ ;  $p < 0,01$ ) e 93% ( $k = 0,73$ ;  $p < 0,01$ ), respectivamente. **Conclusão:** O diagnóstico do IMC baseado em medidas referidas e aferidas de estatura e MC apresentou valores altos de CG e  $k$  entre os adolescentes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estado Nutricional, Antropometria, Adolescente.

**FOMENTO:** CAPES/DS

# ANÁLISE DE CONCORDÂNCIA ENTRE MEDIDAS AUTO REFERIDAS E AFERIDAS DE MASSA CORPORAL, ESTATURA E IMC ENTRE ADOLESCENTES

Camilo Luis Monteiro Lourenço  
Hugo Ribeiro Zanetti  
Edmar Lacerda Mendes

Universidade Federal do Triângulo Mineiro

[camilomonteiro@outlook.com](mailto:camilomonteiro@outlook.com)

**Objetivo:** Testar a concordância das medidas auto referidas de massa corporal (MC), estatura (ESTAT) e IMC com medidas aferidas. **Método:** Participaram deste estudo 831 adolescentes de 14 a 17 anos (rapazes = 399 [idade  $\bar{x}$  = 16,28  $\pm$  1,97] e moças = 432 [idade  $\bar{x}$  = 16,17  $\pm$  1,88]). Inicialmente, os adolescentes referiram a MC e ESTAT; após, estas medidas foram aferidas pelos pesquisadores. O IMC ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ) foi determinado com base nas medidas aferidas e referidas. As análises foram estratificadas por sexo e idade (14-17, 14, 15, 16 e 17 anos). O coeficiente de correlação intraclasse (CCI) foi empregado como medida de concordância. Significância adotada  $p < 0,05$  e intervalo de confiança (IC) de 95%. **Resultados:** Para rapazes, em média, as medidas de MC (CCI = 0,91; IC95%: 0,89-0,93), ESTAT (CCI = 0,86; IC95%: 0,82-0,89) e IMC (CCI = 0,87; IC95%: 0,84-0,89) apresentaram altos valores de concordância. Entre as idades, MC variou de CCI = 0,85 a 0,96 (14 e 16 anos, respectivamente), ESTAT de CCI = 0,83 a 0,94 (15 e 14 anos, respectivamente) e IMC de CCI = 0,68 a 0,93 (14 e 16 anos, respectivamente). Para moças, em média, ESTAT apresentou alto CCI = 0,90; IC95%: 0,88-0,92 e dentre as idades ESTAT variou de CCI = 0,81 a 0,94 (14 e 16/17 anos, respectivamente) e IMC, aos 14 anos, apresentou CCI = 0,89 (IC95%: 0,77-0,99) **Conclusão:** Para rapazes MC, ESTAT e IMC referidas asseguraram altos valores concordância, para moças apenas ESTAT e IMC aos 14.

**PALAVRAS-CHAVE:** Validade dos Testes, Estado Nutricional, Antropometria.

**FOMENTO:** CAPES/DS

# TEMPO SENTADO COMO DISCRIMINANTE DA AUTOAVALIAÇÃO NEGATIVA DO SONO DE ADÓLESCENTES

Fernanda Aparecida Lopes Magno  
Camilo Luis Monteiro Lourenço  
Hugo Ribeiro Zanetti  
Edmar Lacerda Mendes

Universidade Federal do Triângulo Mineiro

nandinhalopes\_2008@hotmail.com

**Objetivo:** Selecionar pontos de corte dos minutos de tempo sentado (TS) para um dia de semana (SEM), de final de semana (FDS) e um dia de semana ponderado (SEMP) que melhor discriminam a autoavaliação negativa do sono (ANS) em adolescentes. **Método:** Participaram deste estudo 831 adolescentes (rapazes = 399 [idade média = 16,28 ± 1,97; IMC = 21,81 ± 3,93] e moças = 432 [idade média = 16,17 ± 1,88; IMC = 22,13 ± 4,13]). A variável de classificação foi a ANS, mediante resposta à pergunta “Com que frequência você considera que dorme bem?” (ANS = às vezes, quase nunca e nunca dorme bem). Os melhores pontos de corte, em minutos, para o TSSEM (segunda a sexta), TSFDS (sábado ou domingo) e TSSEMP ( $[\text{TSSEM} \times 5 + \text{TSFDS} \times 2] / 7$ ) foram as variáveis testadas por meio das áreas sob a curva ROC ( $\text{AUC} > 0,50$ ) e complementados por seus respectivos valores de sensibilidade e especificidade. Significância estabelecida de  $p < 0,05$ . **Resultados:** Rapazes dormem, em média, para SEM, FDS e SEMP, 7,19 ± 2,27, 8,53 ± 3,02 e 7,58 ± 2,14 horas, respectivamente. Para rapazes, o TSSEMP melhor discriminou a ANS. O melhor ponto de corte para TSSEMP foi 330 minutos (sensibilidade = 0,34 e especificidade = 0,79;  $\text{AUC} = 0,56$ ,  $\text{IC95\%} = 0,50-0,63$ ). Para moças, nenhuma variável testada apresentou poder discriminatório para ANS. **Conclusão:** Rapazes que passam cerca de um terço do dia, enquanto acordado, sentados, têm a autoavaliação do sono como negativa.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estilo de Vida Sedentário, Sono, Curva Roc.

**FOMENTO:** CAPES/DS

# CONCORDÂNCIA ABSOLUTA E VALIDADE RELATIVA DO IMC BASEADO EM MEDIDAS REFERIDAS EM ADOLESCENTES

Jairo Helio Junior  
Camilo Luis Monteiro Lourenço  
Hugo Ribeiro Zanetti  
Edmar Lacerda Mendes

Universidade Federal do Triângulo Mineiro

jairohjr@yahoo.com.br

**Objetivo:** Descrever a concordância absoluta (CA) e a validade relativa (VR) do IMC baseado em medidas referidas tendo como critério o IMC das medidas aferidas. **Método:** Participaram deste estudo 831 adolescentes de 14 a 17 anos (rapazes = 399 [idade média =  $16,28 \pm 1,97$ ] e moças = 432 [idade média =  $16,17 \pm 1,88$ ]). Inicialmente, os adolescentes referiram a massa corporal e estatura; após, estas medidas foram aferidas pelos pesquisadores. O IMC ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ) foi determinado com base nas medidas aferidas e referidas e os adolescentes categorizados com e sem sobrepeso/obesidade. O viés de medida e limites de ajuste (viés; IC95%), para CA e, valores de sensibilidade, especificidade e valor preditivo positivo (VPP), para VR, foram empregados nas análises, estratificadas por sexo e idade (14-17, 14, 15, 16 e 17 anos). **Resultados:** Para rapazes, o viés médio foi 0,16 (IC95%: -5,14; 5,47) (variação 0,07-0,71, 17 e 14 anos respectivamente), sensibilidade 75% (72,7%-80%, 17 e 14 anos, respectivamente), especificidade 92,4% (88,2%-95,6%, 14 e 15 anos, respectivamente) e VPP 70,1% (61,9%-80,3%, 16 e 17 anos, respectivamente). Para moças, o viés médio foi 0,49 (IC95%: -3,96; 4,95) (variação 0,06-0,82, 14 e 17 anos, respectivamente), sensibilidade 83,7% (75%-100%, 14 e 16 anos, respectivamente), especificidade 92,3% (89,8%-96%, 17 e 16 anos, respectivamente) e VPP 74,9% (66,9%-83,4%, 14 e 16 anos, respectivamente). **Conclusão:** Medidas referidas de estatura e massa corporal apresentam boa CA para IMC entre adolescentes, com maior viés entre moças. A VR do IMC foi superior nas moças, com ampla variação entre as idades.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estado Nutricional, Antropometria, Adolescente.

**FONTE:** CAPES/DS

# COMPARAÇÃO DAS MEDIDAS DE MASSA CORPORAL, ESTATURA E IMC AUTO REFERIDAS E AFERIDAS EM ADOLESCENTES

Venicius Dantas da Silva  
Camilo Luis Monteiro Lourenço  
Hugo Ribeiro Zanetti  
Edmar Lacerda Mendes

Universidade Federal do Triângulo Mineiro

veniciusdantas@hotmail.com

**Objetivo:** Comparar o erro médio da massa corporal (MC), estatura (ESTAT) e IMC determinados a partir de medidas referidas em relação às aferidas entre adolescentes. **Método:** Fizeram parte deste estudo 688 adolescentes (rapazes = 322 [15,77 ± 0,96 anos] e moças = 366 [15,72 ± 0,94 anos]) estudantes do ensino médio de escolas públicas de Uberaba, MG. Inicialmente, os adolescentes referiram a MC e ESTAT; após, estas medidas foram aferidas pelos pesquisadores. O IMC (kg/m<sup>2</sup>) foi determinado com base nas medidas aferidas e referidas. Calculou-se o erro absoluto das medidas (medida referida - medida aferida). Empregou-se o teste t de Student pareado e não pareado para comparar o erro médio das medidas. Significância adotada  $p < 0,05$ . **Resultados:** Em média, rapazes estimaram a MC em -0,37 kg ( $p = 0,36$ ) e moças em -1,22 kg ( $p < 0,01$ ). O erro médio da MC referida não diferiu entre rapazes e moças (-0,37 vs. -1,22;  $p = 0,09$ ). Moças subestimaram a MC em todas as idades. Não houve discrepância para ESTAT. Em média, o IMC foi estimado em -0,16 kg/m<sup>2</sup> ( $p = 0,25$ ) para rapazes e -0,49 kg/m<sup>2</sup> ( $p < 0,01$ ) para moças. O erro médio do IMC não diferiu entre rapazes e moças (-0,16 vs. -0,49;  $p = 0,09$ ). **Conclusão:** Rapazes e moças subestimam a MC, subestimação maior entre as moças. A ESTAT referida não difere daquela aferida. IMC foi subestimado em ambos os sexos. Medidas auto referidas de MC, IMC diferem daquelas aferidas, no entanto com valores próximos aos reais.

**PALAVRAS-CHAVE:** Validade dos Testes, Antropometria, Adolescente.

**FOMENTO:** CAPES/DS

# PROPORÇÃO DOS NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA E DEPRESSÃO EM ADOLESCENTES DE ACORDO COM O INVENTÁRIO DE DEPRESSÃO DE BECK

Mayara Joyce Batista Cardoso  
Elisângela da Silva Figueredo  
Catiane Mendes Araújo  
Luanna Alexandra Cheng

Universidade Federal de Pernambuco

[mayara.joyce@hotmail.com](mailto:mayara.joyce@hotmail.com)

**Objetivo:** Identificar a prevalência do nível de depressão e atividade física em adolescentes e suas inter-relações. **Métodos** Tratou-se de uma pesquisa descritiva, com amostra de 31 adolescentes, sendo 19 meninas e 12 meninos, com faixa etária entre 13 e 16 anos. O instrumento utilizado foi a Escala de Depressão de Beck II. Cada questão contém 04 afirmativas, variando de 0 a 3. Deve ser escolhida a alternativa que melhor descreva a última semana. Para calcular os resultados, foi considerada pontuação de 0 a 9 como ausência de depressão, 10 a 18 como depressão leve à moderada, 19 a 29 como depressão moderada à severa e 30 a 63 depressão severa. **Resultados:** Dos 16 classificados como não deprimido, 09 praticavam atividade física. De 13 classificados com depressão leve e moderada, 05 praticavam atividade física e dos 02 classificados como depressão severa 01 praticava atividade física. Do total apenas 05 cumpriam as recomendações de prática de atividade física. Ainda constatou-se que de 12 meninos, 07 foram considerados não deprimidos, 03 de leve à moderada e 02 de moderada à depressão severa. Das 19 meninas investigadas, 09 foram classificadas como não deprimidas, 06 com depressão leve à moderada, 02 moderada à severa e 02 severa. **Conclusão:** Neste estudo não foi identificado dados significantes sobre a relação dos níveis depressivos e prática de atividade física, atribuímos tal resultado a não regularização de intensidade, duração e frequência, pois dos 16 adolescentes que afirmaram praticar alguma atividade física, nenhum deles atingiu as recomendações necessárias.

**PALAVRAS-CHAVE:** Depressão, Adolescente, Atividade Motora.



# PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO INFANTIL DAS CRECHES DE FLORIANÓPOLIS/SC

Andreia Pelegrini  
Isabelly Batista Laborne  
Gaia Salvador Claumann  
Erico Pereira Gomes Felden

Universidade do Estado de Santa Catarina,  
Colégio Arte e Vida

andreia.pelegrini@udesc.br

**Objetivo:** Verificar a percepção da qualidade de vida e a contribuição dos domínios físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente para a qualidade de vida geral de professores de Educação Física atuantes no ensino infantil. **Método:** De um total de 40 professores de Educação Física das creches da Rede Municipal de Florianópolis, 38 responderam um questionário contendo informações demográficas, econômicas, de trabalho e qualidade de vida. Para a avaliação da qualidade de vida foi utilizada a versão abreviada em português do WHOQOL-Bref. Para a análise dos dados recorreu-se a estatística descritiva, correlação de Spearman e regressão linear múltipla, utilizando o software SPSS, versão 20.0. **Resultados:** A média de idade dos professores foi de 35,7 anos. A maioria era mulheres, tem companheiro, é de cor da pele branca, nível econômico alto, possui título de especialista, atua na profissão há pelo menos quatro anos, não efetivo, não exerce outra função remunerada e com jornada de trabalho de 40 horas/semanais. A média da qualidade de vida geral foi de 63,2 pontos, com maior escore no domínio meio ambiente (78,1) e menor no domínio psicológico (55,4). Todos os domínios apresentam correlação positiva com a qualidade de vida geral, com exceção do domínio meio ambiente. Os domínios psicológico e relações sociais explicaram 32,2% da qualidade de vida geral dos professores. **Conclusão:** Os professores apresentaram uma boa qualidade de vida e os domínios psicológico e relações sociais parecem exercer maior influência na qualidade de vida geral.

**PALAVRAS-CHAVE:** Qualidade de Vida, Professores, Educação Física.

# AMBIENTE PERCEBIDO E COMPORTAMENTO EM RELAÇÃO A ATIVIDADE FÍSICA NO LAZÉR EM HOMENS E MULHERES DE FLORIANÓPOLIS - UM ESTUDO LONGITUDINAL

Joris Pazin

Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

Universidade do Estado de Santa Catarina

[jorispazin@bol.com.br](mailto:jorispazin@bol.com.br)

**Objetivo:** Identificar em estudo longitudinal as características do ambiente percebido associadas à atividade física no lazer (AFL) em homens e mulheres. **Método:** Amostra sistemática obtida por lista telefônica. Utilizou-se o questionário internacional de atividade física (IPAQ) versão longa e o questionário News adaptado. Os desfechos foram: atender as recomendações em relação a atividade física (ARAF) na AFL no período pré (ano de 2009) e pós (ano de 2012). As variáveis exploratórias foram o ambiente urbano percebido. Análise de regressão logística para estimar as razões de chance bruta e ajustada dos atributos do ambiente e ARAF no pré e pós. **Resultados:** amostra de 230 homens e 300 mulheres. No período pré 43,04% dos homens e 38,3% das mulheres ARAF nas AFL. No período pós 50,87% dos homens e 47,16% das mulheres ARAF. Nas mulheres, no período pré, ter local para caminhar e praça próximo de casa foi associado a maior chance de ARAF. No período pós as variáveis praças e local para caminhar foram associadas a maior chance de ARAF. Para os homens no período pré morar próximo a orla marítima a chance de ARAF aumentava. No período pós morar em local arborizado aumentou a chance de ARAF e morar em local com esgoto a céu aberto diminuiu a chance de ARAF, a presença de calçadas boas a regulares aumentou a chance de ARAF. **Conclusão:** As variáveis associadas a ARAF nas AFL tiveram pouca variação entre os períodos pré e pós

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Atividade de Lazer, Adult.

# DIFERENÇAS SOCIODEMÓGRÁFICAS ENTRE HOMENS E MULHERES TRABALHADORES PARA A PRÁTICA DE CAMINHADA NO LAZER

Rodrigo de Rosso Krug  
Giovâni Firpo Del Duca  
Kelly Samara da Silva  
Cecília Bertuol  
Elusa Santana Antunes de Oliveira  
Markus Vinicius Nahas

Universidade Federal de Santa Catarina

rodkrug@bol.com.br

**Objetivo:** Identificar diferenças sociodemográficas entre homens e mulheres trabalhadores para a prática de caminhada no lazer. **Método:** Trata-se de uma pesquisa transversal realizada com trabalhadores das indústrias de 24 unidades federativas do Brasil, de 2006 a 2008 ( $n=47.477$ ). A coleta de dados foi realizada por meio de questionário. A caminhada no lazer foi constatada pelo autorrelato positivo do trabalhador como a principal prática de atividade física no referido domínio. As exposições investigadas foram: idade, situação conjugal, número de filhos, escolaridade, renda familiar e macrorregião geográfica. Empregou-se a Regressão de Poisson com variância robusta em análises bruta e ajustada, estratificadas por sexo, com resultados expressos em razões de prevalências (RP). **Resultados:** Em ambos os sexos, a caminhada no lazer foi mais relatada por trabalhadores mais velhos, que viviam acompanhados e tinham maior nível de escolaridade. Homens da macrorregião Sudeste ( $RP=1,53$ ), quando comparados àqueles da região Norte, e aqueles com maiores níveis de renda ( $p<0,01$ ) relataram maiores práticas de caminhada. Já entre as mulheres, a caminhada foi mais realizada por aquelas que trabalhavam no Sul do Brasil ( $RP=1,32$ ) quando comparadas àquelas da região Norte, e que tinham menores níveis de renda ( $p<0,002$ ). Também se observou uma relação inversa entre número de filhos e a prática de caminhada entre as mulheres ( $p=0,05$ ). **Conclusão:** Observaram-se marcantes diferenças sociodemográficas entre homens e mulheres trabalhadores para a prática de caminhada no lazer. A identificação dessas peculiaridades possibilita iniciativas mais direcionadas para a promoção dessa atividade física na respectiva população.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Atividades de Lazer, Trabalhadores.

**FOMENTO:** A pesquisa contou com o apoio logístico e financeiro do Serviço Social da Indústria (SESI).

# INSATISFAÇÃO COM IMAGEM CORPORAL EM ESCOLARES DA REDE LICEU DE ENSINO DA CIDADE DE FORTALEZA, CEARÁ

Felipe Rocha Alves  
Pedro Igor de Maria dos Santos  
Evanice Avelino de Souza  
Denilson Garcia de Sena

Universidade Estadual do Ceará, Faculdade  
Terra Nordeste

[proffelipe91@hotmail.com](mailto:proffelipe91@hotmail.com)

**Objetivo:** analisar a imagem corporal (IC) em escolares do ensino médio da rede de ensino Lceu do Ceará. **Método:** estudo de natureza quantitativa e caráter transversal, realizado com 392 adolescentes, sendo 202 moças e 190 rapazes com faixa etária de 13 a 20 anos de idade, devidamente matriculados na rede de ensino Lceu do Ceará. Para verificar a IC utilizou-se a escala de silhuetas de Stunkard, (1983), onde foi solicitado aos escolares que indicassem a figura que melhor representava a sua silhueta atual e a que eles gostariam de ter. A insatisfação com a IC foi identificada, subtraindo-se o valor da silhueta atual do valor correspondente à silhueta desejada. Os indivíduos que apresentaram valores positivos foram classificados como insatisfeitos por excesso de peso; os que apresentaram valores negativos foram classificados como insatisfeitos por magreza e aqueles que apresentaram valor igual a zero foram classificados como satisfeitos. Utilizou-se a estatística descritiva e o teste do Qui quadrado através do software SPSS 21.0. **Resultados:** 24,5% (96) dos escolares estão satisfeitos com sua IC. 40,8% (160) dos pesquisados apresentaram insatisfação por excesso de peso, sendo maior ( $p < 0,001$ ) entre as moças 27,3% (107) quando comparada aos rapazes 13,5% (53). Em relação à insatisfação por magreza foi identificada em 34,7% (136) dos indivíduos, sendo ( $p < 0,001$ ) maior entre os rapazes 21,4% (84) quando comparado às moças 13,3% (52). **Conclusão:** sugere-se maiores esclarecimentos em ambiente escolar sobre a importância da autoestima dos adolescentes, estimulando uma maior satisfação com a sua imagem corporal.

**PALAVRAS-CHAVE:** Escolares, Atividade Física, Imagem Corporal .

# 70% DOS JOVENS PARTICIPANTES DA COPA ABERTA DE FUTSAL DA UFMA 2015 TÊM QUALIDADE DO SONO RUIM

Alice Valeria Sousa Silva  
Karina Kelly Sousa Martins  
Wanessa Karoline Brito Marques  
Antonio Coppi Navarro

Universidade Federal do Maranhão

alicesousa96@gmail.com

**Objetivo:** O objetivo deste estudo foi identificar através do questionário de Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh versão em português do Brasil (PSQUI-BR) de jovens universitários participantes da Copa Aberta de Futsal Masculino da Universidade Federal do Maranhão em 2015. **Materiais e Métodos:** Os voluntários desse estudo foram 30 jovens do gênero masculino, com idade mínima de 18 e máxima de 28, que estavam participando da Copa Aberta de Futsal Masculino da Universidade Federal do Maranhão em 2015. O instrumento utilizado foi o questionário de Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh versão em português do Brasil (PSQUI-BR) e o procedimento se deu da seguinte forma: após leitura e preenchimento pelo voluntário no ambiente da ginásio/quadra poliesportiva do Núcleo de Esporte da Universidade Federal do Maranhão. O período de coleta das informações se deu em um único dia. Após a coleta das informações os dados foram tabulados em planilha e pontuados/classificados através do score e em seguida foi utilizada a estatística descritiva: frequência absoluta e frequência relativa. **Resultado:** A classificação apresentada consta de 9 (30%) jovens participante do evento com qualidade do sono considerado bom e 21 (70%) ruim dessa forma necessitando de recomendações para melhoria da qualidade do sono e assim poder não vir a apresentar complicações futuras em sua saúde, e nenhum 0 (0%) deles apresentou presença de distúrbio do sono. **Conclusão:** Com base nos dados, 70% dos jovens participantes do campeonato Copa Aberta de Futsal da Universidade Federal do Maranhão 2015 apresentam qualidade do Sono ruim.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Jovens, Sono.

**FOMENTO:** Não há

# QUALIDADE DE VIDA EM ADOLESCENTES PRATICANTES DE JIU-JITSU EM PROJETOS SOCIAIS, DA CIDADE DE FORTALEZA, CEARÁ

Antonia Edina Teixeira Sousa

Felipe Rocha Alves

Evanice Avelino de Souza

Denilson Garcia de Sena

Lucas do Nascimento Lopes

Faculdades Nordeste, Universidade Estadual do Ceará

[edina.teixeira10@hotmail.com](mailto:edina.teixeira10@hotmail.com)

**Objetivo:** verificar a qualidade de vida em adolescentes praticantes de jiu-jítsu em projetos sociais da cidade de Fortaleza, Ceará. **Métodos:** estudo transversal realizado com 109 adolescentes (88,1% do sexo masculino; 10 – 18 anos de idade), matriculados em 07 projetos sociais de jiu-jítsu da cidade de Fortaleza. O autopreenchimento de questionários foi utilizado para obtenção das variáveis (sexo, idade, tempo de projeto, graduação e quantidade de treino) e o Pediatric Quality of Life Inventory (PedsQL 4.0) para identificar a qualidade de vida (QV) o mesmo utiliza uma escala Likert de 0 à 100, tendo como positivo o maior valor encontrado, e negativo o menor valor. O nível de significância foi fixado em  $p < 0,05$  e os resultados analisados no software SPSS 21.0. **Resultados:** Em relação ao sexo os maiores escores foram encontrados no domínio social, 75,00 (5,00) moças, 72,00 (2,50) rapazes, mas sem diferenças significas. Não houve diferenças significas em relação à idade. Já para o tempo de participação nos projetos verificou-se maiores valores entre os domínios emocional (67,50) e social (72,50) para aqueles adolescentes que participavam do projeto a mais de dois anos, mas sem diferença significativa. **Conclusão:** sugere-se a realização de outros estudos que possam verificar a QV de vida e fatores associados em praticantes de jiu-jitsu, com outras variáveis como diferentes locais/regiões onde estão inseridos os projetos, diferentes níveis de escolaridade e outras faixas etárias.

**PALAVRAS-CHAVE:** Qualidade de Vida, Projetos Sociais, Jiu-jítsu.



# QUALIDADE DE VIDA DOS ADOLESCENTES PARTICIPANTES DO PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO, CAUCAIA – CEARÁ

Rogeris Smith Soares Barbosa da Silva

Renata Silva Terceiro de Oliveira

Evanice Avelino de Souza

Felipe Rocha Alves

Denilson Garcia de Sena

Fanor de Vry, Faculdade Terra Nordeste,  
Universidade Federal do Ceará

rogerissmith@gmail.com

**Objetivo:** investigar a qualidade de vida em adolescentes participantes do programa Mais Educação. **Método:** Estudo transversal, realizado com 93 adolescentes (59,1% do sexo masculino; 10 – 17 anos de idade), matriculados no Programa Mais Educação (PME) de uma escola da rede pública de ensino localizada no município de Caucaia, Ceará. O autotendimento de questionários foi utilizado para obtenção das variáveis (sexo, idade, tempo de programa e participação nas aulas de educação física) e o WHOQOL-Bref, para verificar a qualidade de vida. O nível de significância foi fixado em  $p < 0,05$  e os dados analisados no software SPSS 21.0. **Resultados:** a menor média foi encontrada no Domínio IV – Meio Ambiente ( $59,1 \pm 14,7$ ). As melhores médias foram encontradas no Domínio III – Relações Sociais ( $77,2 \pm 20,4$ ). Podemos observar também que no Domínio I – Físico ( $76,2 \pm 13,4$ ) os rapazes tiveram melhor resultado comparado com os das moças. **Conclusão:** As menores médias foram encontradas no domínio IV meio ambiente, o que pode indicar a falta de estratégias de intervenção direcionadas visando melhorar as políticas públicas. Sugere-se a realização de outros estudos que possam verificar a QV frente à participação no PME e, ainda, investigar a associação com outras variáveis como diferentes locais/regiões onde estão inseridas as escolas, diferentes níveis de escolaridade e outras faixas etárias.

**PALAVRAS-CHAVE:** Qualidade de Vida, Adolescentes, Mais Educação .

# EDUCAÇÃO INCLUSIVA E A FORMAÇÃO DOS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Felipe Augusto dos Santos Cruz  
Layane Ellen de Oliveira Menezes  
Michele Gonçalves Romcy Torres  
Denilson Garcia de Sena  
Felipe Rocha Alves  
Evanice Avelino de Souza

Fanor Devray, Faculdade Terra Nordeste,  
Universidade Federal do Ceará

[fasc21@hotmail.com](mailto:fasc21@hotmail.com)

**Objetivo:** investigar o conhecimento dos acadêmicos de Educação Física em relação à Educação Inclusiva para pessoas com deficiência. **Métodos:** estudo transversal realizado com 40 acadêmicos (27 do sexo masculino e 13 do sexo feminino; 19 – 42 anos de idade), do 7º e 8º semestre de educação física de uma faculdade particular da cidade de Caucaia, Ceará. Para verificar o conhecimento dos acadêmicos foi aplicado um questionário dividido em três partes, a primeira composta por perguntas pessoais sobre a formação acadêmica, a segunda visava os conhecimentos básicos sobre as pessoas com deficiência e a terceira parte foi constituída sobre os conhecimentos específicos, procedimentais e atitudinais. A análise dos dados foi feita por quantidade e não porcentagem. **Resultados:** 25 acadêmicos consideram que os conteúdos ministrados durante sua formação não foram suficiente para sua atuação no mercado. 34 não possuem formação complementar voltada para esse público. 22 já tiveram algum tipo de experiência com o aluno com deficiência, porém, 11 não se sentem confiantes. 30 não se sentem preparados para atuar com esse público. 35 não souberam definir o conceito de pessoas com deficiência. 22 responderam certo sobre a atitude que o professor deveria tomar ao saber que tem um aluno com deficiência em sua turma regular. 32 não conhecem o objetivo de estudo da educação física adaptada. 26 não sabem qual o objetivo da inclusão. **Conclusão:** Dados os limites dessa pesquisa, sugere-se que outros estudos possam investigar essa temática em outras variáveis, a saber, local, participantes, idade, curso.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Inclusiva, Acadêmicos, Conhecimento .

# FATORES DESFAVORÁVEIS A SAÚDE EM IDOSAS HIPERTENSAS E NÃO HIPERTENSAS EM FASE DE AVALIAÇÃO FÍSICA PARA A PARTICIPAÇÃO EM UM PROJETO

Evelyn Feitosa Rodrigues  
Pauliana Conceição Mendes  
Paulo Vitor Albuquerque Santana  
Guilherme Borges Pereira

Universidade Federal do Maranhão,

evelyn\_sanches@hotmail.com

**Introdução:** Alterações na Composição Corporal (COMP), nos níveis de Pressão Arterial Sistólica (PAS) e Diastólica (PAD) e na Taxa Metabólica Basal (TMB) acompanham o envelhecimento. **Objetivo:** Comparar a composição corporal, PAS, PAD e TMB de idosas hipertensas e não-hipertensas. **Métodos:** 18 idosas foram alocadas em dois grupos: Idosas Saudáveis - IS ( $65 \pm 6$  anos;  $67,7 \pm 9,2$  kg;  $153 \pm 5,6$  cm) e Hipertensas - IH ( $67 \pm 5$  anos;  $67,4 \pm 16,0$  kg;  $52 \pm 5,3$  cm). Por meio da bioimpedância obteve-se o Percentual de Gordura (%G), Índice de Massa Corporal (IMC) e a TMB, e por método oscilométrico a PAS e PAD. Para análise estatística utilizou-se Shapiro-Wilk (teste de normalidade), o teste T Student (comparação entre grupos) no software Graph Pad Prism 5. O nível de significância adotado foi de  $p < 0,05$ . **Resultados:** O grupo IS apresentou %G  $40,3 \pm 4,3$ ; IMC  $28,7 \pm 3,2$  kg/m<sup>2</sup>; PAS  $142,3 \pm 16,2$ , PAD  $80,7 \pm 8,3$  mmHg; e TMB  $1149 \pm 85,6$  Kcal/dia. O grupo IH %G  $59,9 \pm 7,49$ ; IMC  $29 \pm 6,8$  kg/m<sup>2</sup>, PAS  $136,2 \pm 18,9$ , PAD  $78,3 \pm 8,0$  mmHg e  $1222 \pm 77,5$  Kcal/dia. Na comparação entre os grupos, observamos nenhuma diferença estatística para PAS ( $p=0,4734$ ), PAD ( $p=0,5352$ ); %G ( $p=0,9362$ ), %MM ( $p=0,766$ ), IMC ( $p=0,9174$ ) e TMB ( $p=0,4900$ ). No entanto, o grupo IH possui um maior %G, e ambos apresentam sobrepeso/obesidade, valores de PAS e PAD limítrofes e TMB reduzidas. **Conclusão:** A presença de hipertensão não evidencia alterações nas variáveis estudadas, mesmo com a presença de fatores desfavoráveis à saúde entre os grupos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Saúde, Envelhecimento, Hipertensão .

# AVALIAÇÃO DO COMPORTAMENTO SEXUAL EM UNIVERSITÁRIOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Douglas de Assis Teles Santos  
Pollyana Freitas Silva Lima  
Lucas Lima Galvão  
Emille Camila de Oliveira Santos  
Rízia Rocha Silva  
Valfredo Ribeiro Dórea

Universidade Federal de Goiás, Universidade do Estado da Bahia

funnyeduca@hotmail.com

**Objetivo:** Avaliar o comportamento sexual de universitários do curso de Educação Física. A amostra foi constituída inicialmente por 127 universitários de ambos os sexos, do curso de Bacharel em Educação Física da Universidade Federal de Goiás – Campus Jataí, entretanto apenas 47 universitários responderam o questionário de coleta. O comportamento sexual foi avaliado através de questões específicas do questionário National College Health Risk Behavior Survey sobre condutas de saúde, desenvolvido pelo Centers for Disease Control and Prevention. Para análise de dados foram utilizados procedimentos de estatística descritiva e inferencial (Teste Qui-quadrado)  $p \leq 0,05$ . **Resultados:** Os universitários apresentaram médias de idade  $25,40 \pm 5,83$  anos, com amplitude de 17 a 42 anos, estatura  $1,67 \pm 0,08$  metros, massa corporal de  $69,89 \pm 11,97$  quilos e de IMC  $24,69 \pm 3,24$  kg/m<sup>2</sup>. A maioria dos universitários tiveram a primeira relação sexual com idade igual ou menor a 18 anos (81,2%) ( $p=0,14$ ), 56,2% tiveram entre 1 e 19 relações sexuais nos últimos 30 dias ( $p=0,21$ ). Sobre o uso de preservativo nos últimos 30 dias, 47,9% afirmaram nunca, raramente ou às vezes ter usado ( $p=0,09$ ) e 10,4% declararam ter consumido álcool antes da relação sexual ( $p=0,56$ ). Questionados sobre o uso de método contraceptivo usado na última relação sexual, 83,3% afirmaram a adoção de algum método ( $p=0,52$ ), 12,5% declararam já ter tido alguma relação sexual forçada ( $p=0,29$ ) e 45,8% dos universitários nunca fizeram o teste de HIV ( $p=0,36$ ). **Conclusão:** Os universitários apresentaram condutas sexuais inadequadas de alto risco, com exceção ao uso de métodos contraceptivos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Comportamento Sexual, Saúde, Universidade.

# RELAÇÃO ENTRE SATISFAÇÃO PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER EM ADULTOS DA CIDADE DE CURITIBA-PR

Guilherme Ferreira de Freitas Veiga

Edina Maria de Camargo

Rodrigo Siqueira Reis

Pontifícia Universidade Católica do Paraná

[guiveiga95@hotmail.com](mailto:guiveiga95@hotmail.com)

**Introdução:** Para um indivíduo ser fisicamente ativo e principalmente que mantenha suas práticas contínuas e regulares por um período mais longo de tempo, nota-se que sua satisfação é um correlato importante. **Objetivo:** Analisar a relação entre a satisfação com a prática de atividade física (SPAF) e o nível de atividade física no lazer (NAFL) em adultos da cidade de Curitiba-Pr. **Métodos:** Estudo com delineamento transversal, realizado em Curitiba no ano de 2010. Participaram do estudo 699 adultos (53,1% mulheres), com idade entre 18 e 65 anos, selecionados em 32 setores censitários com diferentes níveis de renda e walkability. A SPAF foi avaliada pela soma de três questões, após calculado a mediana e categorizado em baixa e alta satisfação. O NAFL foi medido pelo instrumento IPAQ longo e classificado de acordo com as recomendações de atividade física para adultos ( $\geq 150$  minutos/semana). Para a análise dos dados, foi utilizada a estatística descritiva e o teste de qui quadrado para verificar a associação com a SPAF e NAFL. **Resultados:** Em geral, apenas 17,5% da amostra total cumpre a recomendação de atividade física e 56,1% relatou possuir alta SPAF. A alta SPAF foi mais frequente entre aqueles que cumprem a recomendação (88,4%) para prática de atividade física em relação a aqueles que não cumprem (49,3%), e houve associação significativa entre as variáveis ( $p=0,000$ ). **Conclusão:** Observa-se que a SPAF está consistentemente associada com a atividade física de lazer. Basta investigar e entender mais sobre a SPAF, pois ela pode contribuir de maneira expressiva no comportamento ativo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Adultos, Inquéritos Demográficos.

# AVALIAÇÃO DO ENSINO E APRENDIZADO SOBRE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS DE ALUNOS EM AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO FUNDAMENTAL II EM FORTALEZA-CE

Edson Silva Soares  
Francisco José Rosa de Souza

Universidade Federal do Ceará  
edsonfisiex@yahoo.com.br

**Introdução:** Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN) propõem que o aluno seja capaz de se reconhecer como elemento integrante do ambiente, adotando hábitos saudáveis, sendo papel da Educação Física Escolar (EFE) contribuir para esse aprendizado. **Objetivo:** Os objetivos deste estudo foram identificar os conteúdos ensinados nas aulas de EFE relacionados às Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), caracterizar o ensino proposto e o conhecimento dos alunos. **Método:** Foi realizado um estudo transversal com 87 alunos do ensino fundamental II, 7º ao 9º ano, de ambos os sexos, em escolas de Fortaleza. **Resultados:** A maioria dos alunos (71,3%) já assistiu aulas sobre DCNT, os temas mais abordados foram obesidade (93,5%), diabetes e hipertensão (50%). Do total de alunos pesquisados 53,2% informaram que o professor ministrou aulas com aprofundamento, para 19,4% a aula foi superficial e 11,3% informaram não se lembrar mais do que foi ensinado. A principal forma de trabalho com o conteúdo foi com discussões, leitura textual e pesquisa fora da escola (62,9%) e quanto ao material utilizado nas aulas, 61,3% responderam que o professor utilizou texto impresso. Dentre 8 perguntas realizadas para avaliar o aprendizado dos alunos sobre hipertensão seis itens apresentaram percentual de acerto entre 78,1 e 90,6%; para diabetes, de 8 perguntas 7 apresentaram entre 74,2 e 96,8% de acerto; e sobre obesidade nas 6 perguntas obteve-se entre 71,2 e 96,6% de acertos. **Conclusão:** Conclui-se que são necessárias novas estratégias de ensino que visem superar as dificuldades relacionadas ao material de apoio assim como a necessidade de aprofundamento do ensino.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física, Saúde Escolar, Ensino.

# PREVALÊNCIA DE INATIVIDADE FÍSICA E FATORES ASSOCIADOS EM ADOLESCENTES: UM ESTUDO COM ESCOLARES DO MUNICÍPIO DE MACAPÁ/AP

Alvaro Adolfo Duarte Alberto  
Aylton José Figueira Junior

Universidade Federal do Amapá

alvarodf@ig.com.br

**Objetivo:** O objetivo do presente estudo foi estimar a prevalência de inatividade física em adolescentes escolares do ensino fundamental II do Município de Macapá/AP e analisar fatores associados. **Métodos:** A amostra foi composta por 200 adolescentes de ambos os sexos de 10 a 15 anos de idade. A inatividade física foi mensurada com o Pedômetro Eletrônico Yamax Digi-Walker CW-700 e definida como executar menos de 13.000 passos diários para o sexo masculino e 11.000 passos diários para o feminino. As informações sobre os fatores associados foram obtidos através de uma entrevista. Na análise multivariável recorreu-se à regressão logística Stepwise, tendo a prevalência e a probabilidade como medidas de associação à inatividade física. **Resultados:** A prevalência de inatividade física em adolescentes foi de 72,2% (I.C 95%=69,5-74,9), sendo mais pronunciada nos do sexo feminino. Os fatores diretamente associados à inatividade física foram a faixa etária de 14-15 anos de idade nos adolescentes de ambos os sexos, nos do sexo masculino que assistem mais de 3 horas/dia de televisão e nos do sexo feminino filhos de mães com nível de escolaridade superior. **Conclusão:** A proporção de inatividade física entre os adolescentes foi bastante elevada e parecem sofrer influencia dos fatores a ela associados.

**PALAVRAS-CHAVE:** Inatividade Física, Fatores de Risco, Adolescência.



# USO DO TABACO COMO COMPORTAMENTO DE RISCO EM ESCOLARES ADOLESCENTES CEARENSES

Larissa Sousa Pontes  
Ricardo Hugo Gonzalez

Universidade Federal do Ceará

[larissapontes7@hotmail.com](mailto:larissapontes7@hotmail.com)

**Objetivo:** avaliar os hábitos do consumo do tabaco de adolescentes de 12 a 17 de escolas públicas de Fortaleza - CE. **Método:** o estudo é do tipo descritivo e transversal. A amostra foi não aleatória em duas escolas publicas 375 escolares de ambos os sexos. Foi utilizado o questionário Youth Risk Behavior Survey (YRBS), na sua versão em português. A análise dos dados foi realizada de forma descritiva e binominal através do SPSS versão 20.0. **Resultados:** tentaram fumar cigarro, pelo menos uma ou duas tragadas, 20,5%. Esse número expressa elevada exposição ao tabaco, segundo estudos internacionais. Quanto ao uso do cigarro inteiro pela primeira vez, os resultados apontaram que 6,7% tinham idades de 13 ou 14 anos, seguidos de 3,5% com idades de 11 ou 12 anos. A experimentação do cigarro pode ser freqüente nessa faixa etária, em parte pela curiosidade. Podemos identificar o baixo índice da freqüência comparado à exposição elevada. Nos últimos 30 dias, verificou-se que 5,1% fumaram 1 ou 2 dias, apesar de 1,3 %fumarem 6 ou 9 dias. Quanto ao uso habitual de cigarros na escola, nos últimos 30 dias, 2,1% afirmaram ter fumado 1 ou 2 dias e 0,5% 3 a 5 dias. **Conclusão:** são necessárias políticas públicas de saúde e palestras educativas entre os adolescentes e seus familiares estimulando a abstenção ao uso de tabaco. Assim como Atividade Física regulares como promotoras na adoção de um estilo de vida saudável.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescentes, Comportamento de Risco, Tabaco.

# ASSOCIAÇÃO ENTRE SIMULTANEIDADE DE HÁBITOS ALIMENTARES E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER EM ADULTOS TRABALHADORES

Jucemar Benedet  
Giovâni Firpo Del Duca  
Pablo Magno da Silveira  
Andrée Philippe Pimentel Coutinho

Universidade Federal de Santa Catarina

[jucemarbf@hotmail.com](mailto:jucemarbf@hotmail.com)

**Objetivo:** Verificar associação entre simultaneidade de hábitos alimentares e prática de atividade física no lazer em adultos trabalhadores. **Método:** Trata-se de uma pesquisa transversal com dados coletados por questionário, de 2006 a 2008. A amostra foi representativa de 23 estados brasileiros e do Distrito Federal. As 16 combinações de hábitos alimentares foram constituídas a partir das seguintes variáveis: frutas/sucos, vegetais, frituras e doces, sendo considerado um consumo inadequado para doces e frituras de cinco ou mais vezes na semana e para vegetais e frutas menor que cinco vezes na semana. A prevalência esperada foi calculada com base na multiplicação das probabilidades individuais de consumo de cada alimento. Para as análises de associação, a simultaneidade foi classificada em dois ou mais hábitos alimentares não saudáveis. A frequência da prática de atividade física no lazer foi avaliada por meio de três categorias: nunca, às vezes e regularmente. Utilizou-se modelo de regressão de Poisson ajustada para idade, estado civil, escolaridade e renda familiar. Os resultados foram expressos em razões de prevalências (RP) e intervalos de confiança de 95% (IC95%). **Resultados:** Dentre os 47.477 trabalhadores avaliados, observou-se uma associação inversa entre simultaneidade de hábitos alimentares não saudáveis e atividade física no lazer, onde indivíduos que praticam atividade física às vezes (RP: 0,86; IC95%:0,84; 0,88) e regularmente (RP: 0,75; IC95%:0,73; 0,78) apresentaram menores ocorrências do desfecho. **Conclusão:** Trabalhadores da indústria com menor simultaneidade de hábitos alimentares não saudáveis tem uma menor probabilidade de serem inativos no lazer.

**PALAVRAS-CHAVE:** Trabalhadores, Hábitos Alimentares, Atividades de Lazer.

# TERRITORIALIZAÇÃO: FERRAMENTA ESTRATÉGICA NO PLANEJAMENTO DAS AÇÕES PARA SAÚDE DA FAMÍLIA

Lilian Suelen de Oliveira Cunha

Universidade do Estado de Santa Catarina

[lilian\\_oliveiracunha@hotmail.com](mailto:lilian_oliveiracunha@hotmail.com)

A territorialização é essencial para conhecer a dimensão cultural, econômica e epidemiológica da comunidade adscrita no Centro de Saúde (CS), possibilitando a análise de informações sobre as condições de vida, saúde e uso do território em todos os níveis das atividades humanas. **Objetivo:** Demonstrar que a territorialização pode ser utilizada como ferramenta para ampliar a abrangência e o escopo das ações da atenção básica na promoção de saúde da comunidade. **Método:** Neste relato de experiência, a área de abrangência foi utilizada como ferramenta de identificação dos determinantes sociais. Realizada no CS Agrônômica do município de Florianópolis em conjunto com agentes comunitários de saúde (ACS). Em cada área foram identificados ambientes, equipamentos sociais e espaços de lazer. **Resultados:** Percebe-se ampla desigualdade socioespacial e muitos domicílios situa-se em área de aclave/declive acentuado nos morros. A territorialização proporcionou reconhecer os pontos positivos e negativos de cada região: Positivos: oferta de equipamentos sociais, diversificação cultural, mobilização e articulação social, Instituições da Rede de Atenção à Saúde localizados no território, vinculação das ACS com a comunidade e oferta de espaços públicos de lazer. Negativos: áreas vulneráveis ao tráfico de drogas e violência, espaços públicos de lazer concentrados em apenas uma área do território e alta prevalência de DCNT em usuários cadastrados no CS. **Conclusão:** Conclui-se que a territorialização é indispensável, pois reflete a realidade social e permite que as equipes de saúde atuem na resolução das necessidades sociais e na promoção de saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estratégia Saúde da Família, Sistema Único de Saúde, Atenção à Saúde.

# CONHECIMENTO DE ADOLESCENTES SOBRE A PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS E A RELAÇÃO COM FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS

Susane Graup  
Jaqueline Copetti

Universidade Federal do Pampa,  
Universidade da Região da Campanha -  
Campus Alegrete

[susigraup@yahoo.com.br](mailto:susigraup@yahoo.com.br)

O conhecimento sobre medidas preventivas contra as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) é imprescindível desde a juventude, pois as mesmas representam aproximadamente 72% das causas de morte no Brasil. **Objetivo:** O objetivo deste trabalho foi avaliar o conhecimento de adolescentes sobre a prática de atividades físicas (AF) e a relação com fatores de risco para DCNT. **Método:** A amostra foi composta por 565 adolescentes, voluntários para o estudo, matriculados na 7ª série do Ensino Fundamental de 18 escolas públicas de Alegrete, RS. Para a avaliação do conhecimento dos alunos foi utilizado o questionário adaptado de Borges et al. (2009) e, para análise dos resultados foi utilizada estatística descritiva. **Resultados:** Em relação ao conhecimento dos alunos sobre a frequência de AF para a manutenção da saúde, em média, os adolescentes responderam que o ideal seria 4 dias com duração de uma hora. Apenas 9,4% dos avaliados consideraram que a frequência de AF pode ser inferior a 3 dias por semana. Quando questionados se a falta de AF pode causar DCNT, discordaram da afirmação 45,9% para a diabetes, 38,4% para a hipertensão arterial e apenas 17,2% para obesidade. **Conclusão:** Com base nos resultados é possível ressaltar que os alunos possuem conhecimento considerável sobre a frequência e duração da AF semanal para benefícios à saúde, bem como, sobre os efeitos da prática de AF para o controle da obesidade. No entanto, os efeitos da AF diretamente sobre as doenças crônicas ainda precisa ser trabalhado com mais efetividade no contexto escolar.

**PALAVRAS-CHAVE:** Conhecimento, Doenças Crônicas, Saúde.

# CARACTERÍSTICAS DO AMBIENTE ESCOLAR FÍSICO E SOCIAL ASSOCIADAS AOS ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA ATIVIDADE FÍSICA E A SUA PRÁTICA NO TEMPO DE LAZER: ANÁLISE MULTINÍVEL

Kelly Samara da Silva  
Leandro Martin Totaro Garcia  
Doroteia Aparecida Hofelmann  
Jaqueline Aragoni da Silva  
Adair da Silva Lopes  
Markus Vinicius Nahas

Universidade Federal de Santa Catarina,  
Faculdade de Saúde Pública da Universidade de  
São Paulo

ksilvajp@yahoo.com.br

**Objetivo:** Investigar a associação entre o ambiente escolar físico e social percebido com os estágios de mudança de comportamento (EMC) e a prática de atividade física no tempo de lazer (AFTL) em adolescentes catarinenses. **Método:** Estudo CompAC, com delineamento transversal e de base escolar, conduzido em 2011 com 6.529 adolescentes. As variáveis de autorrelato do ambiente percebido foram convertidas em variáveis agregadas da escola. Campo esportivo, ginásio/quadra coberta, quadra descoberta e oferta de AF esportiva na escola foram considerados existentes quando mais da metade dos alunos respondeu positivamente. Variáveis do ambiente social foram convertidas em escores (condição do ambiente físico da escola e satisfação com professores/administradores) e proporção (satisfação com tempo gasto na escola). As variáveis dependentes foram EMC (pré contemplação/contemplação/preparação; ação/manutenção) e AFTL (não; sim). As associações entre as variáveis independentes com cada dependente, ajustadas para fatores sociodemográficos, foram verificadas por meio de regressões logísticas multinível, com valores expressos em odds ratio (OR) e intervalos de confiança de 95% (IC95%). **Resultados:** A oferta de esportes e as condições adequadas dos espaços físicos estiveram associados aos EMC avançados (OR=1,27, IC95%=1,23-1,89; OR=1,22, IC95%=1,06-1,39, respectivamente) e à prática de AFTL (OR=1,50, IC95%=1,17-1,94; OR=1,28, IC95%=1,07-1,52, respectivamente). A satisfação com os professores/administradores (OR=1,93, IC95%=1,27-2,94) associou-se à AFTL. **Conclusão:** Ofertar atividades esportivas na escola e perceber os espaços existentes em boas condições de uso foram associados aos EMC ação/manutenção e à prática de AFTL. Investir no ambiente social positivo e na oferta de esportes na escola pode auxiliar no envolvimento em AF.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física., Ambiente Percebido., Análise Multinível.

**FOMENTO:** FAPESC

# O TRABALHO PEDAGÓGICO DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA ACADEMIA DE GINÁSTICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Valquíria Mendes dos Santos

Ricardo Oliveira da Silva

Uneb (Universidade do Estado da Bahia)

valquiria.mendes01@hotmail.com

**Objetivo:** Socializar as experiências adquiridas através do estágio de observação inerente à disciplina Investigação e Reflexão das Ações Pedagógicas em Educação Física Não formal IV (Estágio IV) desenvolvida no semestre letivo 2014.2 por estudantes do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade do Estado da Bahia - DCH Campus/IV. **Métodos:** O presente trabalho teve como público alvo o professor de Educação Física e quatro alunos praticantes de musculação matriculados na academia. A coleta de dados atendeu aos seguintes procedimentos: 1) observações das atividades desenvolvidas no período de estágio em uma academia de ginástica da cidade de Jacobina. 2) diário de bordo e relatórios; 3) entrevista através de questionários, sendo um tipo para professor e outro para alunos; 4) interpretação dos dados. **Resultado:** Tendo em vista que a maioria dos entrevistados alegaram não haver diferenças no trabalho desenvolvido por esses profissionais, observou-se a não valorização do profissional de Educação Física, uma vez que outros profissionais desenvolviam com tranquilidade as funções que em tese caberia a ele executar. Era perceptível a equivalência nas funções dos estagiários e do professor de Educação Física o que transparecia para a clientela igualdade de competências entre esses profissionais. **Conclusão:** Conseguimos identificar alguns fatores que contribuem para que haja um distanciamento entre a proposição de alguns autores em relação ao trabalho do Professor de Educação Física e a atual configuração do exercício deste profissional no espaço em questão, posto à necessidade de repensar o trabalho pedagógico do professor de Educação Física para além das imposições mercadológicas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física, Estágio, Academia de Ginástica.

Determinantes e correlatos da atividade física

# ATIVIDADE FÍSICA E O RISCO DE DESENVOLVER DIABETES MELLITUS TIPO 2

Leandro Araújo Carvalho  
Joel de Almeida Siqueira Júnior  
Thereza Maria Magalhães Moreira  
Paula Matias Soares

Universidade Estadual do Ceará

leandroa.carvalho@hotmail.com

**Introdução:** O tratamento do Diabetes Mellitus tipo 2 inclui o tratamento farmacológico, caracterizado pela utilização de medicamentos, e tratamento não farmacológico, caracterizado pelas modificações no estilo de vida, onde destacamos a prática de atividade física. Tal prática está relacionada à prevenção de doenças e a melhoria da qualidade de vida em geral, chegando a reduzir em torno de 35% o risco de morte por complicações micro e macro vasculares. **Objetivo:** O objetivo do estudo foi associar os níveis de atividade física ao risco de desenvolvimento do Diabetes Mellitus tipo 2. **Método:** Tratou-se de um estudo de associação com abordagem quantitativa. Realizado na Universidade Estadual do Ceará, na cidade de Fortaleza-Ceará-Brasil, teve sua amostra composta por 175 funcionários da Universidade Estadual do Ceará, sendo 76 do sexo masculino e 96 do sexo feminino. Foi realizada análise bivariada (teste Qui-quadrado de Pearson, considerando nível de significância de 5%), para verificar a associação entre as variáveis nível de atividade física e o risco de desenvolvimento de Diabetes Mellitus tipo 2. **Resultados:** Identificamos que 89,1% dos pesquisados tinham acima de 60 anos. Não foi encontrada associação significativa entre a atividade física e o risco de desenvolver Diabetes Mellitus tipo 2 ( $p < 0,94$ ), contudo, observamos que 66,0% dos indivíduos classificados como inativos estavam com alto risco, contra apenas 40,0% dos ativos. **Conclusão:** Apesar da grande frequência de inativos classificados com alto risco de desenvolver Diabetes Mellitus tipo 2, eles não estão associados, o que chama a atenção para a investigação de outros fatores que possam justificar tais resultados.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Diabetes Mellitus, Diabetes Mellitus Tipo 2.



# INCIDÊNCIA DE LOMBALGIAS EM MOTORISTAS E A PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADES FÍSICAS

Erik Jonatta Bezerra de Carvalho  
Bruno Nunes de Oliveira  
Alex Medeiros de Andrade  
Waldiran Bezerra Andrade de Souza  
Ana Caroline Ferreira Campos de Sousa  
Richardson Correia Marinheiro

Instituto Federal da Paraíba

erikjonatta@hotmail.com

Atualmente a incidência de problemas osteomioarticulares relacionadas ao ambiente de trabalho tem crescido abruptamente, ligadas principalmente a posturas inadequadas e atividades repetitivas e de longa duração. **Objetivo:** A presente pesquisa buscou identificar o índice de queixas de dores osteomioarticulares de motoristas profissionais do sertão Paraibano, correlacionadas ao ambiente e especificidades de trabalho dos mesmos. **Metodologia:** Foi formulado um questionário contendo perguntas relacionadas à incidência de dores nos principais segmentos corporais envolvidos nas atividades laborais, aplicado na forma de entrevista à motoristas de diferenciados tipos de veículos. Participaram da amostra 153 motoristas do sexo masculino com faixa etária entre 20 e 65 anos. O questionário continha a especificidade de análise de incidências de dores em espaços de tempo (últimos 12 meses e última semana), bem como, propiciando o levantamento das principais incapacidades geradas pelo estado de dor nos seguimentos corporais. **Resultados:** 36,04% alegaram a incidência de dores na região torácica e cervical e 21,62% dores regulares na região lombar. Cerca de 20% dos que apresentaram queixas de dores declararam que tal estado de saúde impediram a realização de suas atividades normalmente durante o último ano que antecedeu as entrevistas. Sobre a prática regular de atividades física, 86,49% afirmaram não manter em seu cotidiano um estilo de vida com a prática de exercícios ou esportes. **Conclusão:** Conclui-se que a alta prevalência de dores nesta população se dá principalmente pelas características posturais na condução dos veículos e dos longos períodos de trabalho com ações repetitivas, específicas desta função, além da inatividade física.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ergonomia, Dor, Incidência.

**FOMENTO:** IFPB - Instituto Federal da Paraíba / GPeafsPB

# A IMPORTÂNCIA DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NAS SÉRIES INICIAIS PARA A PREVENÇÃO DA OBESIDADE: UM ESTUDO EM ALUNOS DAS ESCOLAS PÚBLICAS E PARTICULARES DE SÃO LUÍS.

Rosana Silva Pontes  
Lucilene de Paiva Oliveira  
Cristiany Mayara Pearce Travassos  
Geysa Silveira de Jesus

Estacio de São Luis, Faculdade Estácio São  
Luís

[rspontes@live.com](mailto:rspontes@live.com)

**Objetivo:** O presente estudo teve como objetivo investigar as estratégias utilizadas pelos professores de Educação Física sobre a prevenção de obesidade. **Método:** A amostra foi composta por 256 alunos de Escolas Públicas e Particulares com idades de 6 a 9 anos, e por 14 professores. Para a obtenção dos dados foi realizada avaliação antropométrica, tendo como foco as componentes: peso, altura, circunferência da cintura e as dobras cutâneas bicipital, tricipital e panturrilha média. E para os professores, foi aplicado um questionário elaborado com perguntas abertas e fechadas para os professores. **Resultados:** Ao analisar os dados, pode-se concluir que houve uma prevalência do sobrepeso e obesidade entre os alunos de 6 a 9 anos, nas instituições da rede de ensino público e privado que compuseram a amostra, sendo a supremacia de sobrepeso maior nos alunos do sexo feminino, e a obesidade, nos alunos do sexo masculino. E quanto ao papel do professor, foi possível perceber que os professores reconhecem o aumento no quadro da obesidade infantil, suas causas e consequências, mas pouco elaboram intervenções para o combate/prevenção da obesidade em seus alunos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Criança, Antropometria, Obesidade.

# ANÁLISE DE FATORES DE RISCO A SAÚDE EM MOTORISTAS DO SERTÃO PARAIBANO

Waldiran Bezerra Andrade de Souza  
Tatiana Valeria da Silva Queiroz  
Alex Medeiros de Andrade  
José Francisco de Sousa Neto Segundo  
Frankley Marlyson de Oliveira Albuquerque  
Richardson Correia Marinheiro

Instituto Federal da Paraíba

waldiran\_cdzi@hotmail.com

**Introdução:** Devido ao avanço tecnológico, comodismo, hábitos sedentários e formas de trabalho cada vez mais extenuantes, tem-se aumentado a incidência de fatores de risco a saúde na população em geral, principalmente entre motoristas, pela grande jornada de trabalho e a falta de hábitos saudáveis. **Objetivo:** O objetivo desse estudo foi avaliar os fatores de risco relacionados aos maus hábitos de saúde dos motoristas no sertão paraibano. **Metodologia:** Foi utilizado um questionário estruturado com perguntas relacionadas sobre qualidade de vida e avaliação do estado de saúde dos indivíduos, tendo participado da pesquisa 153 motoristas do sexo masculino com faixa etária entre 20 e 65 anos. Para a análise estatística dos dados foi utilizado o programa Epiinfo 7. **Resultados:** Os resultados demonstraram que 14,38% dos entrevistados eram obesos, 11,11% relataram ser hipertensos, 70,59% não praticavam nenhum tipo de atividade física regular, 52,14% tinham o hábito de consumir bebida alcoólica e 61,70% alegaram já ter se envolvido em acidentes automobilísticos durante o trabalho. **Conclusão:** Portanto, podemos concluir que o público alvo do nosso estudo apresenta altos índices de maus hábitos para a saúde, sendo necessária a intervenção através de programas de promoção a saúde específica para esta população, tais como para o aumento do nível de atividade física regular, ofertados nos pontos de apoio aos motoristas (postos de combustíveis), dentre outras ações.

**PALAVRAS-CHAVE:** Fatores de Risco, Atividade Física, Estilo de Vida.

**FOMENTO:** IFPB - Instituto Federal da Paraíba / GPeafsPB

# ASSOCIAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E PERCEPÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA DE USUÁRIOS DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE DE CURITIBA-PR.

Bruno Czestschuk  
Alexandre Augusto de Paula da Silva  
Rodrigo Siqueira Reis

Pontifícia Universidade Católica do Paraná,  
Universidade Federal do Paraná

[brunba@hotmail.com](mailto:brunba@hotmail.com)

**Objetivo:** Verificar a associação entre a atividade física e percepção da qualidade de vida dos frequentadores das academias ao ar livre de Curitiba- PR. **Métodos:** Estudo transversal com frequentadores das academias ao ar livre (AAL) da cidade de Curitiba-PR. Ao todo 83 usuários foram entrevistados durante visitas às AAL (50,6% mulheres). Para avaliação da Qualidade de Vida (QV) empregou-se o instrumento World Health Organization Quality of Life-8 (WHOQOL 8), composto por oito questões com escala Likert quatro pontos. Foi realizado o cálculo, resultando em um escore de 0 a 32 pontos. A atividade física (AF) semanal foi reportada com o instrumento International Physical Activity Questionnaire (IPAQ). A AF foi classificada em atividades físicas moderadas e vigorosas (AFMV) em AF total (AFMV e AF Leve). As análises bivariadas foram realizadas com a correlação de Pearson para verificação de relação entre as variáveis e posteriormente para as variáveis correlacionadas com nível de significância  $p < 0,20$  foram incluídas em uma regressão linear ( $P < 0,05$ ). **Resultados:** A AF de caminhada ( $r = 0,218$   $p = 0,048$ ) e AF TOTAL ( $r = 0,233$ ;  $p = 0,035$ ) foram correlacionadas com a QV. Na regressão linear as variáveis continuaram apresentando associação com a percepção de QV, AF Total ( $\beta = 17,6$ ;  $p = 0,035$ ) e AF Caminhada ( $\beta = 5,32$ ;  $p = 0,048$ ). **Conclusão:** A prática de maiores níveis de AF, tanto leve como total, aumenta positivamente a percepção de qualidade de vida dos usuários das AAL.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Qualidade de Vida, Academias de Ginástica.

# QUALIDADE DO SONO EM ADOLESCENTES: RELAÇÃO COM O SEXO E A IDADE

Ladyodeyse da Cunha Silva Santiago  
Breno Quintella Farah  
Maria Julia Lyra  
Ana Patricia Siqueira Tavares Falcão  
Marcos André Moura dos Santos

Universidade de Pernambuco/ufop

[ladyodeyse@hotmail.com](mailto:ladyodeyse@hotmail.com)

**Objetivo:** Analisar a associação entre o sexo e a idade com os indicadores de qualidade do sono em adolescentes. **Método:** Participaram do estudo 153 (masculino: n= 85; 15,6±1,2 anos de idade e meninas: n = 68; 15,2±0,9 anos de idade), moradores internos do Instituto Federal de Educação (IFPE) de Vitória de Santo Antão, PE. A qualidade do sono foi avaliada pelo Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI). Foram avaliadas, variáveis antropométricas (massa corporal, estatura, IMC). A associação entre sexo e qualidade de sono foi analisada pelo teste qui-quadrado, enquanto que a associação entre idade e os indicadores de qualidade do sono foi analisada pelo teste de coeficiente de correlação de postos de Spearman. **Resultados:** Aproximadamente 63% dos adolescentes apresentam baixa qualidade do sono, sendo as meninas as que apresentaram a pior qualidade do sono (55,3% vs 73,5%, p=0,015). Por outro lado, a idade não foi associada com o escore geral da qualidade do sono. Todavia, entre os meninos, foi observado uma relação positiva nos componentes relacionados à Latência do Sono ( $\rho=0,225$ , p=0,038) e Duração do Sono ( $\rho=0,291$ , p=0,007). **Conclusão:** Foi possível observar uma elevada prevalência de baixa qualidade do sono entre os adolescentes. Ademais, observou-se que a meninas apresentavam piores indicadores de qualidade do sono e a idade dos adolescentes está associada apenas a Latência e Duração do Sono nos meninos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Sono, Adolescente, Sexo.

# ASSOCIAÇÃO ENTRE TEMPO SENTADO E OBESIDADE ABDOMINAL EM ADOLESCENTES DO ESTADO DE PERNAMBUCO, BRASIL

Anísio Luiz da Silva Brito  
Mauro Virgílio Gomes de Barros

Faculdade Ibgm, Universidade de Pernambuco

[anisioed.fisica\\_sje@hotmail.com](mailto:anisioed.fisica_sje@hotmail.com)

**Objetivo:** Analisar a associação entre tempo sentado (TS) e obesidade abdominal (OA) de adolescentes pernambucanos. **Métodos:** Estudo epidemiológico transversal a partir de uma amostra representativa (n=6.264) de estudantes do ensino médio da rede pública estadual do estado de Pernambuco, Brasil. O instrumento para coleta dos dados foi a versão adaptada do GSHS (Global School-based Student Health Survey). A variável dependente foi OA (não; sim). A variável independente foi o TS ( $\leq 2$  horas/dia, 3-6 horas/dia e  $\geq 7$  horas/dia). Os potenciais fatores de confusão foram: atividade física, estado nutricional e consumo de álcool. Para análise de associação entre TS e OA foi realizada regressão logística binária simples e múltipla (backward stepwise) no programa Stata. **Resultados:** Do total de alunos que responderam ao questionário (n=6.264), havia dados disponíveis de 5.614 (60,16% moças) em relação à variável dependente (~90% da amostra final). Com relação ao TS, 40,8% e 11,5% relataram passar 3-6 horas/dia e  $\geq 7$  horas/dia sentado, respectivamente. Observou-se ainda que 22,4% dos jovens avaliados apresentaram OA. Na análise de regressão múltipla foi observada uma associação positiva entre TS e OA ( $\leq 2$  horas/dia [referência]; 3-6 horas/dia [OR:1,31];  $\geq 7$  horas/dia [OR:1,45]), independentemente da atividade física, estado nutricional e consumo de álcool. **Conclusão:** TS está significativa e linearmente associado a maior prevalência de OA em adolescentes pernambucanos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Comportamento Sedentário, Obesidade Abdominal, Adolescente.

# ASSOCIAÇÃO ENTRE O DESLOCAMENTO PARA A ESCOLA E ISOLAMENTO SOCIAL EM ADOLESCENTES

Simone José dos Santos  
Rildo de Souza Wanderley Júnior  
Anísio Luiz da Silva Brito  
Carla Meneses Hardman  
Mauro Virgílio Gomes de Barros

Universidade de Pernambuco, Faculdade  
Ibqm, Programa de Pós-Graduação Em  
Educação Física da Universidade Federal de  
Santa Catarina

[simonesantosbr@gmail.com](mailto:simonesantosbr@gmail.com)

**Objetivo:** Verificar a associação entre a inatividade física nos deslocamentos para escola e o isolamento social em adolescentes. **Métodos:** Estudo epidemiológico transversal a partir de uma amostra representativa de 6.264 estudantes do ensino médio da rede pública estadual do estado de Pernambuco, Brasil. O instrumento utilizado foi a versão adaptada do GSHS-WHO e por meio do qual foi avaliado como desfecho o índice de isolamento social em três níveis e a exposição foi a inatividade física nos deslocamentos para a escola. Na análise multivariável foram utilizadas como possíveis fatores de confusão as seguintes variáveis: sexo, faixa etária, escolaridade materna e turno escolar. Adotou-se o valor de 5% para rejeitar a hipótese nula. **Resultados:** Observou-se que 22,4% (N=1.401) e 3,0% (N=188) do total de participantes apresentaram níveis mais elevados de isolamento social variando (médio e alto), respectivamente, e 41,8% (N=2.603) se deslocavam inativamente para escola. No entanto, entre os adolescentes inativos no deslocamento para escola a maior proporção dos estudantes apresentava um baixo nível de isolamento social (43,7%). Os adolescentes que se deslocavam inativamente tiveram 28% menor chance (OR:0,72;IC95%:0,64-0,82) de apresentar níveis mais elevados de isolamento social e, tal efeito permaneceu independente do sexo, faixa etária, escolaridade materna e turno escolar. **Conclusão:** Deslocar-se inativamente para a escola parece ser um fator de proteção para o aumento nos níveis de isolamento social em adolescentes. Diante disso, parece que o deslocamento passivo por meio de alguns tipos de transportes para a escola pode contribuir para menor isolamento social em adolescentes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Transporte, Atividade Motora, Adolescente.



# A PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA COMO INFLUENCIADOR DA IMAGEM CORPORAL DO ALUNO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Daniel Santos Nogueira  
José Deivison de Souza  
José Luiz Silva de Moura  
Juan Carlos Freire  
Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho

Universidade Federal de Pernambuco

[danielsantosnogueira@gmail.com](mailto:danielsantosnogueira@gmail.com)

**Objetivo:** Mostrar a visão dos alunos do curso de educação física da Universidade Federal de Pernambuco em relação a sua imagem corporal. **Metodologia:** O estudo foi realizado com 30 estudantes do curso de Licenciatura em Educação Física de ambos os sexos, onde todos deveriam estar matriculados no 3º período. A coleta foi realizada com os alunos do período em tela, com um questionário de perguntas abertas e fechadas que tinha como característica principal identificar se o aluno pratica atividade física e se o mesmo verifica sua imagem corporal de forma positiva. Para a tabulação dos dados foi utilizado o software Statistical Package for the Social Sciences – SPSS versão 17.0. **Resultados:** 26,66% se consideram acima do peso, 16,66% abaixo do peso e 56,66% com um peso normal e 73,33% dos estudantes observam-se com uma boa imagem corporal e 26,66% não se sentem bem com sua imagem corporal. **Conclusão:** Concluímos que os alunos do curso de Educação Física do terceiro período da Universidade Federal de Pernambuco, já possuem uma visão sobre a sua imagem corporal positiva e consideram-se normal dentro do seu padrão de prática de atividade física e peso. A tendência das pessoas que praticam atividade física é serem normais esteticamente e diante da sua imagem corporal se sentirem bem.

**PALAVRAS-CHAVE:** Imagem Corporal, Atividade Física, Educação Física.

# PREVALÊNCIA DE LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS DO OMBRO EM NADADORES

Flávio de Oliveira Pires  
Flávia Soares Lara  
Isabela Patrocínio Amorim  
Thales de Paula Chagas  
Pauliana Conceição Mendes  
Thamyres Cristhina Lima Costa

Universidade Federal do Maranhão

flaviooliveirapires@gmail.com

**Introdução:** A prática esportiva eleva o risco da ocorrência de lesões musculoesqueléticas, devido as grandes exigências físicas, onde os atletas são obrigados a trabalhar perto de seus limites máximos de exaustão. De acordo com a literatura específica, o ombro é articulação mais lesionada na natação. Com isto, se torna necessário conhecer a prevalência de lesões no ombro. **Objetivos:** avaliar a prevalência de lesões na articulação do ombro (LAO) de nadadores. **Metodologia:** Fizeram parte desse estudo 50 atletas do gênero masculino com a idade média de 22,9 anos  $\pm$  3,5 participantes do Campeonato Brasileiro Absoluto de Natação - Troféu José Finkel. Os dados foram obtidos através de um questionário de Escala de Graduação de Resultado do Ombro Atlético adaptada. Para tratamento estatístico utilizou-se o teste T-student e o teste não paramétrico de Mann-Whitney com o nível de significância:  $p \leq 0,05$ . **Resultados:** 74% dos nadadores apresentaram LAO durante a natação, sendo a mais relatada a tendinite (70,3%), seguida pela luxação (10,8%) e 13,5% não souberam informar especificamente qual era a lesão no ombro. Os nadadores que obtiveram lesão apresentaram média de prática de natação igual a dez anos, e aqueles nadadores que não tiveram lesão apresentaram média de prática de natação igual a três anos, apresentando uma diferença estatisticamente significativa ( $p \leq 0,001$ ) entre lesionados e não lesionados. **Conclusões:** conclui-se que neste campeonato, os entrevistados relataram bastante LAO, e que o tempo de prática influencia na prevalência destas lesões nesta articulação.

**PALAVRAS-CHAVE:** Lesões, Prevalência, Esporte.

# INGESTÃO HÍDRICA DE PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO DE BACABAL, MARANHÃO

Carlos Alberto Alves Dias Filho  
Lais de Araújo Macêdo  
Leandro Pimenta de Melo  
Bruna Cruz Magalhães  
Cristiano Teixeira Mostarda

Faculdade Estácio de São Luis, Universidade Federal do Maranhão

carlosaadias@hotmail.com

**Objetivo:** avaliar a ingestão hídrica entre praticantes de musculação de Bacabal-MA. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo realizado em 120 indivíduos de ambos os sexos. Aplicou-se um questionário contendo dados sociodemográfico, características do treino de musculação e consumo de água. **Resultados:** 50% dos participantes pertencem ao sexo masculino, 55% estavam na faixa etária de 20 a 30 anos e 45% tinham o ensino superior incompleto, 52,5% afirmaram sobreviver com 1 salário mínimo, do total 67,5% eram ativos e 57,5%. Quanto as características do treino de musculação 33,3% disseram que praticavam musculação a menos de 6 meses e 31,6% afirmaram praticar musculação 4 vezes por semana, 61,67% praticavam em 1 hora por dia. Apenas 19,17% seguem a recomendação de hidratar-se antes, durante e depois do treino, 35,83% consumiam de 7 a 8 copos d'água o que equivale a 1440ml a 1600ml, valor esse abaixo da recomendação (SBD,2009), 34,1% preferem hidratar-se com Red Bull ® durante o treino e 23% sentem desconforto abdominal ao ingerir líquidos durante a prática de musculação. **Conclusão:** Observou-se inadequadas práticas de hidratação durante o treino e reduzida ingestão hídrica pelos praticantes de musculação, o que pode debilitar indivíduos fisicamente ativos, prejudicando assim seu desempenho. Orientar sobre a manutenção e práticas adequadas de hidratação durante a atividade física, podem ajudar no desempenho dos praticantes de musculação.

**PALAVRAS-CHAVE:** Musculação, Desempenho, Ingestão Hídrica.

# PARTICIPAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA E APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE DE ADOLESCENTES

Diogo Henrique Constantino Coledam  
Philippe Fanelli Ferraiol  
Arlí Ramos de Oliveira

Instituto Federal de Educação, Ciência e  
Tecnologia de São Paulo, Universidade  
Estadual de Londrina

[diogohcc@yahoo.com.br](mailto:diogohcc@yahoo.com.br)

**Objetivo:** Analisar a associação entre participação nas aulas de Educação Física com a aptidão cardiorrespiratória e força muscular de escolares. **Método:** Participaram do estudo 746 jovens, entre 10 a 18 anos da cidade de Londrina (PR), estratificados de acordo com o sexo, idade e a região da cidade. Foram realizados dois testes, um de aptidão cardiorrespiratória (PACER - Progressive Aerobic Endurance Run), outro de força muscular (flexão de cotovelos) e aplicado um questionário para estimar a participação nas aulas de Educação Física, atividade física habitual, condição socioeconômica, sexo e faixa etária. Os adolescentes foram categorizados em participantes e não participantes das aulas de Educação Física. Os participantes declararam participar das duas aulas semanais enquanto que os não participantes declararam participar de apenas uma ou nenhuma. O critério de saúde utilizado para os testes foi o proposto pela FITNESSGRAM. A análise estatística foi realizada por meio da regressão de Poisson, considerando nível de significância de 5%. As análises foram ajustadas pelas variáveis sexo, idade, escolaridade paterna, estado nutricional, comportamento sedentário e atividade física. **Resultados:** Foi encontrada associação significativa entre participação nas aulas de Educação Física com o atendimento do critério de saúde para aptidão cardiorrespiratória (RP=1,52, 1,15-2,01), o mesmo não ocorrendo para a força muscular (RP=1,31, 0,95-1,81). **Conclusão:** A Educação Física escolar apresenta contribuição para a saúde de adolescentes devido a associação positiva com a aptidão cardiorrespiratória.

**PALAVRAS-CHAVE:** Força Muscular, Resistência Física, Saúde.

# PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL E SEU EFEITO NA REDUÇÃO DOS ATESTADOS MÉDICOS DE UMA EMPRESA DE RESÍDUOS INDUSTRIAIS

Rafael Cunha Laux  
Paulo Pagliari  
João Viannei Effting Junior  
Sara Teresinha Corazza  
Heitor dos Santos Daronch  
Eurico Barcelos dos Santos

*Universidade Federal de Santa Maria,  
Universidade do Oeste de Santa Catarina,  
Universidade Comunitária da Região de  
Chapecó*

[rafael-laux@hotmail.com](mailto:rafael-laux@hotmail.com)

**Objetivo:** O objetivo desse estudo foi analisar se um programa de ginástica laboral (GL) influencia na redução da quantidade de atestados em uma empresa de tratamento de resíduos industriais da cidade de Chapecó-SC. **Método:** A população deste estudo envolveu 113 funcionários entre 17 e 53 anos de uma empresa de tratamento de resíduos industriais da cidade de Chapecó-SC. Para participar da pesquisa o sujeito precisava estar contratado pela empresa no período da pesquisa, e ter participação mínima de 75% nas aulas GL. Para coletar os dados foi utilizado os prontuários dos funcionários, com informações de atestados médicos e frequência nas aulas de GL. A amostra foi composta por 31 sujeitos, sendo 22 do sexo masculino e 9 do sexo feminino com idade média de  $32,48 \pm 8,28$  em junho de 2014. **Resultados:** Entre os sujeitos 14 do sexo masculino e 4 do sexo feminino não tiveram nenhum registro de afastamento por atestado médico no período do estudo. Para comparar as quantidades de atestados médicos os resultados foram divididos em dois períodos: a) sem GL (junho de 2012 a julho de 2013), e b) com GL (junho de 2013 a julho de 2014). Observa-se uma diminuição total de atestados entre os períodos de 51,52%, passando de 33 atestados no primeiro período para 16 no segundo. Se analisarmos separadamente as doenças sistêmicas e doenças osteomusculares, observa-se uma diminuição respectiva de 43,48% e 55,56%. **Conclusão:** Conclui-se que o programa de GL diminuiu a quantidade de atestados entre os períodos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atestado de Saúde, Qualidade de Vida, Prevenção de Doenças.

# TEMPO DE REAÇÃO EM CRIANÇAS ASMÁTICAS PRÁTICANTES DE NATAÇÃO - UM ESTUDO PILOTO

Sara Teresinha Corazza  
Rafael Cunha Laux  
Heitor dos Santos Daronch  
Eurico Barcelos dos Santos

Universidade Federal de Santa Maria

saratcorazza@gmail.com

Crianças acometidas pela asma têm uma vida de muitas restrições, alto índice de absenteísmo escolar e limitações de ordem físico-motoras. Atualmente percebe-se que a natação é um dos exercícios que pode trazer benefícios para este grupo, auxiliando-os em várias dimensões. **Objetivo:** O objetivo deste estudo foi analisar o tempo de reação simples com estímulos auditivo e visual em crianças asmáticas praticantes de natação. **Método:** Dezenove sujeitos asmáticos, com média de idade 9,10 ( $dp = 2,34$ ) fizeram parte do estudo, sendo que 9 fizeram parte do grupo iniciante (GI) e 10 do grupo avançado (GA). Para análise do Tempo de Reação foi utilizado o Sistema de Teste de Viena (SCHUHFRIED, 2005) nas versões S1, que possui estímulo através de cores e S2, com estímulo sonoro. Os testes apresentam 5 tentativas, cada um na fase de treino e após 28 tentativas de teste. **Resultados:** Os sujeitos foram testados em ambiente silencioso e após terem realizado 32 aulas de natação. Para o GI obteve-se a média no TRS1 de 362,89 mls ( $dp \pm 37,09$ ) e no TRS2 de 315,33 mls ( $dp \pm 54,0$ ). No GA obteve-se o TRS1 de 292,00 mls ( $dp \pm 29,37$ ) e no TRS2 de 253,50 mls ( $dp \pm 18,30$ ). **Conclusão:** Estes resultados, embora preliminares, já demonstram que o grupo avançado, possui um tempo de reação mais rápido que o grupo iniciante e quando analisados distintos estímulos, percebeu-se em ambos os grupos uma reação mais rápida aos estímulos auditivos, confirmando pressupostos teóricos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Tempo de Reação, Asma, Natação.

# ADIPOSIDADE CORPORAL NÃO ESTÁ ASSOCIADA AO NÚMERO DE PASSOS DIÁRIOS EM ADOLESCENTES

Gabriel Gustavo Bergmann

Mauren Lúcia de Araújo Bergmann

Universidade Federal do Pampa - Unipampa,

[gabrielgbergmann@gmail.com](mailto:gabrielgbergmann@gmail.com)

O número de adolescentes com excesso de peso é elevado. O baixo nível de atividade física tem sido indicado como uma das razões para este aumento. No entanto, não têm encontrado relações consistentes entre estas variáveis. **Objetivo:** O objetivo deste estudo foi identificar as possíveis relações entre a adiposidade corporal e o número de passos diários em adolescentes. **Método:** Foram selecionados aleatoriamente 1.045 adolescentes (51,7% do sexo feminino) de 10 a 17 anos de idade de escolas públicas e privadas de Uruguai/RS. O número de passos diários foi medido por pedômetros durante três dias consecutivos. A adiposidade corporal foi considerada a partir do somatório das dobras cutâneas subescapular e tricipital. Para testar as relações entre as variáveis foram utilizados os testes de correlação de Pearson e a correlação parcial tendo o sexo e a idade como variáveis de controle. O nível de significância adotado foi de 5% e os dados foram analisados no programa SPSS versão 20.0. **Resultados:** Os resultados indicaram uma correlação inversa significativa ( $p=0,001$ ), mas de baixa magnitude ( $r=-0,112$ ) entre a adiposidade corporal e o número de passos diários. Quando a análise é controlada por sexo e idade, a magnitude da correlação diminui ( $r=-0,059$ ) e perde significância ( $p=0,071$ ). **Conclusão:** Com base nos resultados encontrados, conclui-se que a adiposidade corporal de adolescentes não está associada ao número de passos diários.

**PALAVRAS-CHAVE:** Obesidade, Atividade Física, Adolescentes.

**FOMENTO:** Fundação de Amparo à Pesquisa do Rio Grande do Sul (FAPERGS)



# A REDUÇÃO NA GORDURA CORPORAL DE PESSOAS VIVENDO COM HIV/AIDS EM DECORRÊNCIA DO TREINAMENTO COMBINADO É MAIS ACENTUADA NOS PACIENTES COM LIPODISTROFIA

Débora Alves Guariglia  
Rafael Evangelista Pedro  
Nadia Candido  
Sidney Barnabé Peres  
Solange Marta Franzoi de Moraes

Universidade Estadual de Maringá

debora.guariglia@gmail.com

A síndrome da lipodistrofia, uma redistribuição do tecido adiposo, é considerada uma das principais complicações associadas ao tratamento da infecção pelo HIV. Sendo o exercício físico um importante aliado na tentativa de minimizar esse problema. **Objetivo:** Sendo assim, o objetivo do trabalho foi verificar o efeito de 16 semanas de treinamento combinado na composição corporal de pessoas vivendo com HIV/aids com ou sem diagnóstico de lipodistrofia. **Método:** Cinquenta e oito pessoas foram aleatorizadas em grupo controle (Idade média de  $46,2 \pm 8,3$  anos e massa corporal de  $68,8 \pm 14,8$  kg) e o grupo treinamento (idade média de  $43,7 \pm 6,7$  anos e massa corporal de  $64,8 \pm 13,3$  kg). O que recebeu intervenção realizou treinamento combinado (treinamento com pesos mais aeróbio) 3 vezes por semana durante 16 semanas. As análises morfológicas de gordura corporal foram realizadas a partir da absorptometria radiológica de dupla energia (DEXA). **Resultados:** Foi verificado que o percentual de gordura e a quantidade de gordura diminuíram no grupo treinamento após as 16 semanas, com valores pré:  $26,2 \pm 13,4\%$  e pós de  $24,2 \pm 12,9\%$ , valores pré:  $17,495 \pm 10,224$  kg e pós:  $16,037 \pm 9,857$  kg, respectivamente. Além disso, a redução da gordura da região androide foi mais acentuada nos pacientes com lipodistrofia que perderam em média de 20% de gordura nessa região ao passo que os pacientes não lipodistróficos reduziram somente 5%. **Conclusão:** Conclui-se que o treinamento combinado é efetivo em reduzir a gordura corporal em pessoas vivendo com HIV/aids, sobretudo em pacientes lipodistróficos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Hiv, Composição Corporal, Exercício.

# PRÁTICAS CORPORAIS INTERGERACIONAIS: ESTRATÉGIA DE AÇÃO MULTIPROFISSIONAL

Ana Regina Leão Ibiapina  
Maycom do Nascimento Moura  
Maria Luci Esteves Santiago  
Thais Norberta Bezerra de Moura  
Ana Lidia Lima Freire  
Nayara de Holanda Vieira

Universidade Estadual do Piauí

[anaregina17@hotmail.com](mailto:anaregina17@hotmail.com)

**Objetivo:** Relatar a experiência multiprofissional de vivência em grupo Intergeracional de práticas corporais em uma comunidade adscrita a uma Unidade Básica de Saúde. **Método:** O grupo de práticas corporais constitui-se num dos cenários de aprendizagem da Residência Multiprofissional em Saúde da Família. Possui atualmente cerca de 30 participantes, entre adolescentes, jovens, adultos e idosos. As atividades compreendem: acolhimento (mensura de pressão arterial, frequência cardíaca e diálogo informal); prática corporal intergeracional; recados e diálogo final. São realizadas duas vezes por semana, contendo uma hora de duração. Quinzenalmente são desenvolvidas atividades socioeducativas com temas relevantes à saúde, sugeridos pelos participantes. **Resultados:** Os participantes relataram perceber melhoria do bem-estar psicomotor, como maior disposição física, alegria, melhora da autoestima e motivação. Pode-se perceber valorização do respeito e solidariedade entre participantes durante as atividades coletivas intergeracionais, decorrentes da prática corporal que supera os gestos mecânicos e passa a ser momento de busca da melhoria da corporeidade entre os ciclos de vida atrelados ao estímulo das relações interpessoais, permitindo interação entre diversas gerações, com partilha de conhecimentos, contribuindo para a aceitação dos limites alheios, cooperação, afetividade e fortalecimento de vínculos. **Conclusão:** Observa-se que as atividades do grupo intergeracional contribuem para a promoção da interação de seus participantes, bem como colabora com a valorização de troca de experiências, em prol da saúde integral. O grupo privilegia a promoção da saúde, criando um espaço onde o usuário pode se manifestar, facilitando a comunicação e contribuindo para o fortalecimento familiar e comunitário.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Saúde, Grupo.

# CARACTERIZAÇÃO DO USUÁRIO E PADRÃO DE USO DAS ACADEMIAS DA TERCEIRA IDADE DE TERESINA-PI

Maycom do Nascimento Moura  
Ana Regina Leão Ibiapina  
Thais Norberta Bezerra de Moura  
Maria Luci Esteves Santiago

Universidade Estadual do Piauí

maycomnmoura@hotmail.com

**Objetivo:** Caracterização dos usuários das academias da Terceira Idade de Teresina/PI. **Método:** Pesquisa de campo, descritiva, transversal, realizada no período de maio a julho de 2015, compondo recorte de trabalho de conclusão de curso de pós-graduação. A amostra foi constituída por 241 usuários de ambos os gêneros, nas 4 zonas da cidade. A coleta foi realizada em dois dias da semana, nos períodos manhã e tarde/noite. **Resultados:** Observou-se que a maior parte dos usuários pertence ao gênero feminino (76,3%), apresentando média de idade de 54,70 ( $\pm 11,43$ ). Em relação à cor auto-referida e ao nível de escolaridade, os maiores percentuais corresponderam às categorias “Parda” e Ensino Médio, respectivamente 56% e 44%. Observou-se que 88,8% frequentam de 3 a 5 vezes semanais, com tempo de permanência no local variando entre 20 a 40 minutos, (54,7%). O principal motivo de permanência está relacionado à melhoria da saúde (53,5%). Quanto à utilização dos aparelhos, (49%) afirmaram não utilizar todos os equipamentos, sendo o Alongador e a Remada os menos utilizados, ambos com (17,8%), pois não sabiam utilizar e/ou não gostavam. A maioria (86,72%) afirmou que adquiriu novas amizades e que a ATI é o único espaço para atividade física (74,6 %). **Conclusão:** Observou-se que as ATIs vêm sendo bem utilizadas pela população, sendo necessário o incentivo de sua utilização pelos homens, mostrando sua relevância para o acesso de atividade física à população mais carente e a importância de um profissional de Educação Física para orientação de uso de alguns aparelhos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Academias da Terceira Idade, Exercício Físico, Idosos.

# ALTERAÇÕES METABÓLICAS ASSOCIADAS À TARV E TEMPO DE DIAGNÓSTICO EM PACIENTES SOROPOSITIVO

Giselle Cristina Bueno  
Rafael Evangelista Pedro  
Bruno Pereira Melo  
Laís Fernanda Bonfim de Souza  
Solange Marta Franzoi de Moraes  
Sidney Barnabé Peres

*Clínica Reabilitar, Universidade Estadual de Maringá*

[gigicbueno@yahoo.com.br](mailto:gigicbueno@yahoo.com.br)

Pessoas vivendo com HIV/ aids, apresentam frequentemente alterações no metabolismo da glicose e perfil lipídico, caracterizando um quadro de dislipidemia mista, esse pode ser agravado pelo uso da Terapia Antirretroviral (TARV). **Objetivo:** Para tanto, o presente estudo realizou um levantamento do perfil lipídico, glicêmico e dados antropométricos em pacientes infectados pelo HIV e pacientes não infectados, o objetivo foi avaliar e comparar as alterações lipídicas, glicêmicas e antropométricas desses pacientes, verificar a existência de correlação dessas variáveis entre o tempo de diagnóstico e o tempo de uso da TARV. **Método:** Foram analisados 21 prontuários de pessoas vivendo com HIV/aids e 25 pacientes não infectados, para todos os pacientes foram realizadas avaliações antropométricas, Vpico, exames laboratoriais do perfil lipídico e glicêmico. **Resultados:** Os resultados mostraram diferenças entre os níveis de triglicérides dos pacientes soro positivo (média = 159,25 ±103,1) comparados com soro negativo (média = 109,22 mg/dL ± 60,9 mg/dL) e de HDL, soropositivo (média = 34,87 mg/dL ± 6,4 mg/dL) comparado ao soro negativo (média = 43,45 mg/dL ±11,6 mg/dL). Correlações significativas foram verificadas entre Vpico, tempo de uso da TARV e tempo de diagnóstico respectivamente ( $r = -0,32/-0,51$ ), e percentual de massa magra apresentaram forte correlação com o tempo de diagnóstico ( $r = -0,46$ ). **Conclusão:** Concluímos que para essa população ocorre alterações no perfil lipídico e na condição física, porém apesar do perfil lipídico não apresentar associação com o tempo de diagnóstico e TARV a condição física precária apresentou maior associação entre o tempo de diagnóstico do que do uso da

**PALAVRAS-CHAVE:** HIV, Terapia Antirretroviral, Dislipidemias .

# APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE EM ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA DA CIDADE DE FORTALEZA, CEARÁ

Denilson Garcia de Sena  
Felipe Rocha Alves  
Evanice Avelino de Souza  
Antonia Edina Teixeira Sousa  
Luís Antônio Oliveira Sousa

Universidade Estadual do Ceará

denilson.gsenaf@hotmail.com

**Objetivo:** investigar a Aptidão Física Relacionada à Saúde em adolescentes do ensino fundamental. **Métodos:** estudo transversal realizado com 161 adolescentes, (82 rapazes e 79 moças; 11- 17 anos de idade), matriculados em uma escola da rede pública de ensino, localizada na cidade de Fortaleza-CE. Foram medidas a massa corporal e a estatura para obtenção do Índice de Massa Corporal (IMC), classificado de acordo com os critérios de Conde & Monteiro (2006). Para avaliação da aptidão física, foram medidas a Força/Resistência Muscular (FRM) e aptidão cardiorrespiratória (6min), utilizando os pontos de corte estabelecidos pelo PROESP-BR. Foi utilizado o teste t de Student e o qui-quadrado através do software SPSS 21.0, adotando-se ( $p < 0,05$ ). **Resultados:** 83 (51,6%) adolescentes estão no peso normal. Em relação à FRM os adolescentes que conseguiram atingir a zona saudável estabelecida pelo PROESP-BR foram de (26,8%) meninos e (21,8%) das meninas. Encontrou-se também uma maior proporção de meninos (71,2%) que alcançaram os critérios estabelecidos para o teste de 6min. **Conclusão:** 75,2% dos escolares não atingiram os critérios estabelecidos pelo PROESP-BR para o teste de FRM e 37,9% no teste de 6min. Além disso, 32,3% estão acima do peso. Sugere-se a realização de outros estudos que possam verificar a aptidão física relacionada à saúde em adolescentes e sua associação com outras variáveis como diferentes locais/regiões onde estão inseridas as escolas, diferentes níveis de escolaridade e outras faixas etárias.

**PALAVRAS-CHAVE:** Aptidão Física, Adolescentes, Saúde .

# TREINAMENTO FÍSICO COMBINADO NÃO ALTERA NÍVEIS DE LACTATO EM REPOUSO EM INDIVÍDUOS COM HIV/AIDS

Cleverson Jose Bezerra Guedes  
Débora Alves Guariglia  
Rafael Evangelista Pedro  
Nadia Candido  
Bruno Pereira Melo  
Solange Marta Franzoi de Moraes

Universidade Estadual de Maringá

clevjose@hotmail.com

**Objetivo:** Avaliar o efeito de 16 semanas de treinamento combinado sobre os níveis de lactato sanguíneo de repouso em pessoas vivendo com HIV/aids. **Método:** Foram selecionados 28 indivíduos ( $44,6 \pm 7,7$  anos) que não treinavam há pelo menos seis meses e usuários da terapia antirretroviral (TARV), divididos em dois grupos aleatoriamente: Controle (GC=11) e Treinamento (GT=17). O GT foi submetido a um programa de treinamento físico combinado composto por treinamento aeróbio (15-20 minutos, à 50-70% da frequência cardíaca de reserva (FCres) e treinamento com pesos (6 exercícios realizado em 2-3 séries, 8-12 repetições). Amostras de sangue foram colhidas antes e após o programa de treinamento no período da manhã sobre jejum de 12 horas para a avaliação dos níveis de lactato em repouso. Para as análises dos resultados, utilizou-se estatística descritiva com média e desvio padrão e para a comparação dos resultados entre os grupos e os momentos foi utilizado o teste de ANOVA para medidas repetidas com 2 fatores (grupo x tempo). O programa estatístico utilizado foi o SPSS 22.0, com nível de significância de 5%. **Resultados:** Não foram encontradas diferenças significativas ( $P > 0,05$ ) nos níveis de lactato sanguíneo, tanto no momento basal ( $1,17 \pm 0,38$  vs.  $1,05 \pm 0,38$  mmol/L) quanto ao final do programa de treinamento ( $1,21 \pm 0,64$  vs.  $1,27 \pm 0,56$  mmol/L) nos grupos GC e GT respectivamente. **Conclusão:** Dezesesseis semanas de treinamento combinado não promove alterações no lactato sanguíneo de repouso de indivíduos com HIV/aids.

**PALAVRAS-CHAVE:** Hiv, Ácido Láctico, Exercício.

**FOMENTO:** Fundação de Apoio ao Desenvolvimento Científico

# PRESENÇA DE RISCO CARDIOVASCULAR EM PRATICANTES DE CORRIDA DE RUA PERTENCENTES A UMA ASSESSORIA TÉCNICA EM UMA CIDADE NO SUL DO BRASIL

Antônio Evanhoé Pereira de Souza Sobrinho

Leandro Quadro Corrêa

Víctor Silveira Coswig

Fabio Bitencourt Leivas

Bibiana Fernandes de Freitas

Samora Lohan Vasconcellos Barbosa

*Universidade da Região da Campanha,  
Universidade Federal do Rio Grande,  
Universidade Federal de Pelotas*

[antonioevanhoe@hotmail.com](mailto:antonioevanhoe@hotmail.com)

**Objetivo:** O estudo teve como objetivo analisar o perfil antropométrico de corredores pertencentes a um grupo de corrida na cidade de Bagé-RS, além de verificar indicadores de risco cardiovascular e de saúde. **Método:** Trata-se de estudo transversal descritivo, com amostra intencional onde foram avaliados 37 sujeitos de ambos os sexos, destes, dois foram excluídos por não apresentarem informações necessárias para descrição dos resultados. A coleta de dados foi realizada por dois avaliadores treinados para garantir a padronização nas avaliações. As avaliações foram realizadas individualmente na URCAMP/Bagé-RS. Foram avaliados: altura, peso, percentual de gordura, circunferência da cintura e circunferência do quadril. A análise dos dados foi realizada no pacote estatístico Stata 12.0 e resultados apresentados em médias e desvio-padrão para as variáveis numéricas e proporções para as variáveis categóricas. **Resultados:** Dos participantes, 77,1% foram do sexo feminino e a maioria dos avaliados apresentavam algum tipo de riscos cardiovascular, observado através de um dos indicadores utilizados no estudo. As mulheres apresentaram risco nos três indicadores, 77,8% destas apresentaram risco moderado a alto verificado através da circunferência da cintura, 66,7% apresentaram risco alto pelo percentual de gordura e 44,4% apresentaram risco moderado pelo índice cintura quadril. Entre os homens 75% apresentaram risco moderado a alto pela circunferência da cintura, bem como o mesmo percentual destes encontravam-se na categoria alto risco pelo percentual de gordura. **Conclusão:** Assim, o estudo demonstrou que mais da metade da amostra estudada apresentou risco cardiovascular, especialmente quando verificado pela circunferência da cintura e percentual de gordura.

**PALAVRAS-CHAVE:** Corrida, Avaliação, Doenças Cardiovasculares.

# ATIVIDADE FÍSICA REALIZADA DURANTE TODA A VIDA E O CÂNCER DE PULMÃO: UM ESTUDO DE CASO-CONTROLE NO SUL DO BRASIL

Maria Laura Dutra Resem Brizio  
Pedro Rodrigues Curi Hallal  
I- Min Lee  
Marlos Rodrigues Domingues

*Universidade Federal de Pelotas,  
Universidade Federal de Pelotas, Harvard  
School Of Public Health, Escola Superior de  
Educação Física/esef - Programa de Pós-  
Graduação Em Educação Física/ppgef*

[marialresem@hotmail.com](mailto:marialresem@hotmail.com)

**Objetivo:** Investigar a associação entre atividade física realizada durante toda a vida e o risco do câncer de pulmão. **Métodos:** Um estudo de caso-controle foi conduzido no sul do Brasil. Os casos foram recrutados dos serviços de oncologia de quatro hospitais e os controles foram selecionados dos mesmos hospitais, mas em diferentes serviços (traumatologia e emergência). Tanto casos (n=81) quanto controles (n=168) responderam um questionário contendo questões sobre características sócio-demográficas, características antropométricas e histórico familiar de câncer. Os controles foram pareados com os casos de acordo com sexo e idade. Informações detalhadas sobre fumo também foram coletadas. A atividade física foi mensurada através do Questionário de Atividade Física da Vida Toda. **Resultados:** 89% dos casos eram fumantes ou ex-fumantes; entre os controles essa proporção foi de 57%. Após o ajuste para possíveis fatores de confusão, incluindo o fumo, sujeitos pertencentes ao segundo, terceiro e quarto quartis de atividade física (todos os domínios) apresentaram uma razão de odds de 0,53 (IC95% 0,20-1,38), 0,24 (IC95% 0,08-0,71) e 0,25 (IC95% 0,07-0,85), respectivamente, para o câncer de pulmão comparando com o quartil menos ativo. A atividade física de lazer não foi associada com a redução do risco do câncer de pulmão. **Conclusão:** A atividade física total pode reduzir o risco do câncer de pulmão.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Epidemiologia, Neoplasia Pulmonar.

**FOMENTO:** Wellcome Trust



# COR DA PELE COMO MODIFICADOR DO EFEITO DA ATIVIDADE FÍSICA NA MORTALIDADE GERAL DE IDOSOS: 11 ANOS DE SEGUIMENTO, DA COORTE DE IDOSOS DE BAMBUÍ

Sérgio Viana Peixoto  
Juciany Rodrigues de Oliveira Ramalho  
Juliana Vaz de Melo Mambrini  
Josélia Oliveira Araújo Firmo  
Maria Fernanda Furtado Lima-Costa

Centro de Pesquisas René Rachou, Centro de  
Pesquisas René Rachou - Fundação Oswaldo  
Cruz, Minas Gerais

peixotosv@gmail.com

**Objetivo:** Investigar o efeito modificador da cor da pele na associação entre gasto energético em atividades físicas e mortalidade em 11 anos entre idosos. **Método:** O estudo incluiu 1378 (85,8%) idosos (60 anos e mais) da cidade de Bambuí (Minas Gerais), que foram entrevistados em 1997 para avaliação das atividades físicas em todos os domínios (taxa de equivalentes metabólicos), da cor da pele (brancos e não brancos) e dos demais fatores de confusão considerados. Os óbitos foram confirmados pelo Sistema de Informação sobre Mortalidade, até 2007. Estimou-se os Hazard ratios (HR) e intervalos de confiança (95%), utilizando o modelo de riscos proporcionais de Cox. **Resultados:** Entre homens, foi observada uma interação significativa ( $p < 0,01$ ) entre cor de pele e nível de atividade física na determinação da mortalidade. Entre homens brancos, houve redução do risco de morte no nível intermediário de atividade física – tercil 2 (HR: 0,49; IC95%: 0,34-0,73) e no maior nível de atividade física – tercil 3 (HR: 0,28; IC95%: 0,17-0,47), em comparação ao nível mais baixo de gasto energético. Entre os homens não brancos e entre as mulheres a atividade física não exerceu influência na mortalidade. **Conclusões:** Foi possível observar os benefícios da atividade física na redução do risco de morte entre idosos de Bambuí, mas com importantes diferenças em relação ao sexo e à cor da pele. Essas possíveis interações devem ser consideradas no estudo dessa associação em diferentes populações, chamando atenção para uma maior vulnerabilidade da população de cor de pele não branca.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Mortalidade, Idoso.

**FOMENTO:** Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais (Fapemig); Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq)

# ATIVIDADE FÍSICA DE LAZER ESTÁ ASSOCIADA AOS SINTOMAS DEPRESSIVOS? ESTUDO LONGITUDINAL EPIFLORIPA IDOSO

Lucélia Justino Borges  
Eleonora Dorsi  
Tânia Rosane Bertoldo Benedetti

Universidade Federal do Paraná,  
Universidade Federal de Santa Catarina

luceljab@yahoo.com.br

**Objetivo:** Objetivou-se analisar, de forma prospectiva, os sintomas depressivos (SD) e o nível de atividade física de lazer (NAFL) de idosos, bem como avaliar a associação entre essas variáveis. **Método:** Esta pesquisa longitudinal, observacional e de base populacional faz parte do EpiFloripa Idoso realizado em 2009/2010 (primeira onda; n=1.702) e 2013/2014 (segunda onda; n=1.197), no município de Florianópolis – SC. A amostra dessa investigação envolveu 1.102 idosos (713 mulheres), uma vez que foram excluídas entrevistas respondidas por cuidadores (SD obtido por escala auto percebida) e aquelas com respostas incompletas do desfecho. Os SD foram obtidos pela Geriatric Depression Scale (GDS-15) e o NAFL pela versão longa do International Physical Activity Questionnaire. Empregou-se análise descritiva e regressão logística multinomial (intervalo de confiança de 95%). **Resultados:** 10,9% e 19,8% dos idosos apresentaram SD elevados na primeira e segunda onda, respectivamente. A recorrência de SD foi 7,2%; remissão de 3,7%; incidência de 12,6% e 76,5% dos idosos permaneceu livre de SD elevados. Ao analisar o NAFL, 56,5% dos idosos permaneceram inativos; 15,9% eram ativos e tornaram-se inativos; 15,7% permaneceram ativos e 11,9% eram inativos e tornaram-se ativos no lazer. No seguimento, os idosos que permaneceram inativos no lazer apresentaram 3,2 vezes mais chance de recorrência (IC95% 1,3; 8,2) e 2,2 vezes mais chance de incidência (IC95% 1,1; 4,2) de SD elevados. **Conclusão:** Os resultados dessa pesquisa longitudinal evidenciam associação entre SD e NAFL, sinalizando o efeito positivo da prática de atividade física no lazer enquanto uma estratégia alternativa na prevenção e/ou promoção da saúde mental de idosos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Depressão, Idoso.

**FOMENTO:** Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq - processo n° 569834/2008-2).

# EFEITO DE DIFERENTES VOLUMES DE TREINAMENTO CONCORRENTE NA CAPACIDADE AERÓBIA E NA FORÇA DE PRENSÃO MANUAL EM MULHERES PÓS-MENOPAUSA: UM ENSAIO CLINICO RANDOMIZADO

César Augusto Häfele  
Matheus Pintanel Silva de Freitas  
Rodrigo Kohn Cardoso  
Airton José Rombaldi

Universidade Federal de Pelotas

hafele.c@hotmail.com

**Objetivo:** O objetivo do estudo foi verificar os efeitos de diferentes volumes de treinamento concorrente na capacidade aeróbia e na força de prensão manual em mulheres pós-menopausa ao longo de 12 semanas. **Método:** Para isso, foi realizado um Ensaio Clínico Randomizado com mulheres previamente sedentárias, as quais foram divididas em quatro grupos: um grupo controle (sedentário) e outros três grupos praticando exercício 90, 150 e 210 minutos por semana. Foram realizadas três sessões de treinamento concorrente (aeróbio e musculação, divididos em partes iguais) por semana. As avaliações aconteceram na linha base e na 12ª semana. A capacidade aeróbia foi avaliada através do teste de caminhada de seis minutos, realizado de acordo com as diretrizes internacionais, e quantificado em metros. **Resultados:** O teste de força de prensão manual foi realizado com dinamometria, através do Takei Scientific Instruments® T.K.K.5401 model dynamometer. Referente à capacidade aeróbia, tanto nas análises intragrupos como entre grupos, não houve diferença significativa. Com relação aos níveis de força de prensão manual, percebe-se um aumento apenas no grupo que realizou 210 minutos por semana de treinamento concorrente. Esses resultados indicam que a realização do treinamento concorrente (90, 150 e 210 minutos por semana), não foi suficiente para melhorar a capacidade aeróbia. Entretanto, o grupo que realizou 210 minutos por semana de treinamento concorrente obteve melhora nos níveis de força de prensão manual em mulheres pós-menopausa.

**PALAVRAS-CHAVE:** Exercício, Atividade Física, Idosas.

# MUDANÇAS NO ESTILO DE VIDA SIGNIFICATIVAS PARA REDUÇÃO DO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO DE COMUNIDADE ADULTA

Natalia Contessotti Celestino  
Mariana Santoro Nakagaki  
Edilaine Michelin  
Roberto Carlos Burini

Faculdade de Medicina de Botucatu

naahcelestino@hotmail.com

A redução do comportamento sedentário garante o envelhecimento saudável retardando o declínio das capacidades físicas e consequentes morbidades. **Objetivo:** Verificar se a inclusão de atividade física de lazer reduz o comportamento sedentário de adultos participantes de programa para mudança no estilo de vida (MEV) “Mexe-se Pro-Saúde”. **Método:** Estudo longitudinal com base na comunidade composta por 1572 indivíduos (53,8±11,1anos), de ambos os sexos (76% mulheres). Foi avaliado o tempo gastos com atividades sedentárias durante a semana e aos finais de semana (h/dia), nos domínios transporte sedentário (min/sem) e atividades físicas de lazer (min/sem) no momento inicial e após 10 semanas de intervenção física. Foi utilizado o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ-forma longa-versão 8) e o teste t(student) para comparação entre momentos com nível de significância de 5%. **Resultados:** O tempo gasto sentado durante a semana (pré: 5,6±2,8 h/dia; pós: 5,5±2,8 h/dia; p=0,26) e aos finais de semana (pré: 5,6±2,6 h/dia; pós: 5,7±2,7 h/dia; p=0,63) não mudou com a intervenção, assim como o tempo com transporte sedentário (pré: 272,6±456,8 min/sem; pós: 253±371,3 min/sem; p=0,18) mesmo com aumento significativo da atividade física de lazer (pré: 437,7±670,6 min/sem; pós: 929,6±775,5 min/sem; p<0,001). **Conclusão:** A atividade física de lazer seria a opção para reduzir o comportamento sedentário nesta amostra comunitária.

**PALAVRAS-CHAVE:** Sedentarismo, Exercício Físico, Estilo de Vida.

# TREINAMENTO FUNCIONAL EM ATLETAS DE JIU JITSU: EFEITOS FISIOLÓGICOS E NA PERFORMANCE

Thiago Gonçalves de Oliveira  
Rute Pires Costa

Faculdade Santa Terezinha-Cest

thiago\_goncalves18@hotmail.com

Estudos que abordam os efeitos Treinamento Funcional (TF) em atletas de Jiu Jitsu são escassos e controversos. O presente estudo avaliou os efeitos fisiológicos e na performance em atletas que realizaram TF. Trata-se de um estudo longitudinal, com delineamento pré e pós-teste, com 15 atletas de Jiu Jitsu de alto rendimento, selecionados por conveniência e submetidos aos testes de equilíbrio, agilidade, força, avaliação antropométrica e de sinais vitais. O TF foi realizado entre janeiro e fevereiro de 2015, totalizando oito semanas, divididas em 3 microciclos: estabilizador, de choque e de regeneração, em academia em São Luís, MA. Os atletas e seus responsáveis assinaram os Termos de Assentimento e Consentimento e a pesquisa foi aprovada pelo Comitê Científico. Utilizou-se o programa estatístico SPSS V.20 para análise dos dados. As variáveis quantitativas foram descritas em médias e desvio-padrão e, para avaliação do pré e pós-teste utilizou-se o Teste T de Student para amostras pareadas, com IC= 95%;  $\alpha= 5\%$ ; erro amostral 2%. Os resultados apontam que o TF proposto foi eficaz para diminuição da frequência cardíaca ( $p<0,001$ ), frequência respiratória ( $p<0,001$ ), percentual de gordura ( $p<0,001$ ), massa de gordura corporal ( $p<0,001$ ) e um aumento da saturação de oxigênio ( $p<0,001$ ). Quanto aos testes funcionais específicos, destaca-se um melhor desempenho do atleta de competição no pós-teste. Conclui-se que o TF, para a amostra em questão, produziu alterações tanto fisiológicas como na performance, destacando-se como opção eficaz de treino para os atletas de Jiu Jitsu de alto rendimento.

**PALAVRAS-CHAVE:** Treinamento, Fisioterapia, Desempenho Esportivo.

# ANÁLISE DA MASSA MUSCULOESQUELÉTICA DE IDOSOS SARCOPÊNICOS E NÃO SARCOPÊNICOS ENVOLVIDOS EM DIFERENTES PROGRAMAS DE TREINAMENTO RESISTIDO

Thais Reis Silva de Paulo  
Vanessa Ribeiro dos Santos  
Caroline Galan Pereira de Souza  
Cibeli Franco Muniz  
Ismael Forte Freitas Júnior  
Luís Alberto Gobbo

Universidade Estadual Paulista,  
Universidade Estadual Paulista - Unesp  
Campus Rio Claro

[thais.reis.silva@hotmail.com](mailto:thais.reis.silva@hotmail.com)

**Objetivo:** O objetivo deste estudo foi comparar a quantidade de massa musculoesquelética (MME) de idosos sarcopênicos e não sarcopênicos, após seis semanas de treinamento resistido com tubos elásticos e aparelhos. **Método:** 44 idosos (27 mulheres), com idade média de 69,3 anos ( $\pm 7,4$  anos), foram avaliados em momentos pré e pós período de intervenção (6 semanas) com programa de treinamento resistido, de frequência semanal de três sessões com duração de 75 minutos cada. O grupo foi dividido em idosos sarcopênicos e não sarcopênicos segundo a quantidade de massa muscular, avaliada em momento pré intervenção, por absorciometria radiológica de dupla energia. A MME foi estimada por impedância bioelétrica octopolar. Os valores de MME foram comparados segundo condição e modalidade de treino: sarcopênicos e não sarcopênicos, e tubos elásticos e aparelhos convencionais, respectivamente, por análise de variância unidirecional, no programa estatístico IBM SPSS versão 22, com nível de significância adotado em 5%. **Resultados:** Os valores médios da MME no momento inicial dos grupos não-sarcopênico e sarcopênico foram de 28,1 kg ( $\pm 5,3$  kg) e 21,5 kg ( $\pm 4,4$  kg), respectivamente ( $p < 0,05$ ). Ao longo das seis semanas, a variação da MME foi de -0,55% para o grupo não-sarcopênicos e +1,55% para os sarcopênicos ( $p < 0,05$ ). Em relação ao tipo de treino, foi verificada diferença na variação relativa ( $p < 0,05$ ) entre o grupo não-sarcopênico/aparelhos (-1,27%) e o grupo sarcopênico/elástico (+2,22%). **Conclusão:** treinamento resistido foi favorável para o aumento da MME de idosos sarcopênicos, em especial, aqueles do grupo com tubos elásticos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Idoso, Sarcopenia, Atividade Física.

**FONTE:** Fundação de Amparo a Pesquisa do Estado do Amazonas- FAPEAM

# O BEM-ESTAR SUBJETIVO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA FÍSICA PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA

Minerva Leopoldina de Castro Amorim  
Lamarquilliana Sabrina das Chagas de Oliveira  
Kathya Augusta Thome Lopes

Universidade Federal do Amazonas

mimicastro@hotmail.com

O Bem-estar Subjetivo (BES) busca compreender a avaliação que as pessoas percebem de suas vidas. **Objetivo:** Avaliar o Bem Estar Subjetivo (BES) de pessoas com deficiência físicas que sofreram Acidente Vascular Cerebral (AVC) e Traumatismo Crânio Encefálicos praticantes de atividade física. **Metodologia:** A população se constituiu de pessoas com deficiência física residentes na cidade de Manaus – AM, que sofreram Acidente Vascular Cerebral (AVC) e/ou Traumatismo Crânio Encefálico (TCE), praticantes de atividade física. A amostra deste estudo foi constituída por 39 voluntários de ambos os gêneros, com idade entre 21 a 76 anos, que praticavam atividade física em algum programa ou centro de reabilitação. Dentre eles: Programa de Atividades Motoras para Deficientes – PROAMDE (n=14), indivíduos do Programa Viver Melhor Atividade Motora - CET Elisa Bessa (n=09); CET Cinthia Régia (n= 05) e CET Áurea Braga (n= 01) e indivíduos do Centro de Convivência da Família Magdalena Arce Daou (n= 10). Para obtenção de dados utilizou-se as escalas de satisfação com a vida e contributo da atividade física, respondidos numa escala tipo Likert com cinco possibilidades de resposta. **Resultados:** Os percentuais obtidos evidenciaram que 58,97% dos inquiridos relataram estar satisfeitos com suas vidas e que 66,67% acreditam que a prática da atividade física é muito importante para o bem-estar das mesmas. **Conclusão:** Este estudo concluiu que a prática de atividade física apresentou impacto positivo na percepção do bem-estar subjetivo e influenciou na qualidade de vida dos pesquisados.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Deficiência, Reabilitação.

**FOMENTO:** CNPq

# APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE DE PRATICANTES DE JUDÔ E BRAZILIAN JIU-JITSU: ESTUDO LONGITUDINAL

Aline Xavier Tuchenhagen  
Martaliz Dimare  
Fabricio Boscolo Del Vecchio

Universidade Federal de Pelotas

[alinetuchenhagen@hotmail.com](mailto:alinetuchenhagen@hotmail.com)

**Objetivo:** Mensurar o efeito da participação em esportes de combate na aptidão física de adultos do sul do Brasil ao longo de um semestre de prática. **Métodos:** Trata-se de estudo observacional longitudinal, que envolveu 51 indivíduos (21 de judô e 27 de Brazilian jiu-jitsu (BJJ)), com  $27,1 \pm 1,3$  anos. Em três momentos distintos (M1, M2 e M3), avaliaram-se: massa corporal, estatura, percentual de gordura corporal (%GC), flexibilidade, força isométrica de preensão manual (FIPM), resistência muscular e consumo máximo de oxigênio ( $VO_2max$ ). Aplicou-se teste de tendência linear, com 5% assumido como nível de significância. **Resultados:** Apresentaram incrementos, ao longo do tempo, massa corporal (M1=82,2; M2=81,8; M3=81,6 kg,  $p<0,01$ ), %GC (M1=12,3; M2=11,9; M3=11,8%,  $p=0,01$ ), flexibilidade (M1=25,5; M2=26,7; M3=26,8 cm,  $p=0,01$ ), resistência abdominal (M1=46,3; M2=46,7; M3=49,2 repetições,  $p<0,001$ ) e  $VO_2max$  (M1=33,2; M2=35,0; M3=35,9 ml/kg/min,  $p<0,001$ ). FIPM do hemisfério esquerdo (M1=48,7; M2=49,9; M3=48,3 kgf,  $p=0,02$ ) e número de flexões de braço (M1=37,3; M2=39,7; M3=37,4 repetições,  $p=0,04$ ) apresentaram tendência quadrática. Estatura, relação cintura-quadril e FIPM do lado direito não se modificaram. **Conclusão:** Os valores de aptidão física foram superiores às referências populacionais. A prática de lutas proporcionou incrementos na aptidão física ao longo de um semestre de prática.

**PALAVRAS-CHAVE:** Artes Marciais, Aptidão Física, Saúde.



# INFLUÊNCIA DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NA UTILIZAÇÃO DE SERVIÇOS DE SAÚDE EM TRABALHADORES DE UMA EMPRESA DE VIAÇÃO AÉREA

Fabiana Maluf Rabacow

Universidade de São Paulo

fabirabacow@hotmail.com

**Objetivo:** Analisar a relação entre nível de atividade física e utilização de serviços de saúde em trabalhadores de uma empresa de viação aérea. **Método:** Foi realizado um estudo longitudinal retrospectivo que avaliou 2201 trabalhadores de uma companhia aérea em São Paulo, SP. Utilização de serviços de saúde foi o principal desfecho de interesse e as informações foram obtidas junto à operadora responsável pelo plano de saúde dos funcionários da empresa. Foram consideradas a soma do total de gastos com saúde, por trabalhador, durante o ano de seguimento, bem como a utilização por cada tipo de procedimento (consultas médicas, exames e hospitalizações). O nível de atividade física foi auto relatado e categorizado em “nível regular”, “baixo nível” e “inativos fisicamente”. Foram realizadas análises de regressão logística e de regressão linear multivariada. **Resultado:** Durante os 12 meses de seguimento do estudo, a média de gastos com serviços de saúde por trabalhador foi de US\$505. Nível de atividade física não foi associado com a soma total de gastos com saúde, mas foi associado com a chance de hospitalização. Trabalhadores classificados como inativos fisicamente tiveram quase o dobro de chance de serem hospitalizados pelo menos uma vez no ano de seguimento do estudo (OR = 1.94; 95% IC 1.09;3.43), assim como aqueles com baixo nível de atividade física (OR = 1.96; 95% IC 1.05;3.65). **Conclusão:** Estes resultados reforçam a importância de ações estimulem a prática de atividade física na população estudada.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Serviços de Saúde, Saúde dos Trabalhadores.

# ASSOCIAÇÃO ENTRE A PRESSÃO ARTERIAL ELEVADA E FATORES BIOLÓGICOS, SOCIAIS E COMPORTAMENTAIS EM ADOLESCENTES

Alison Oliveira da Silva  
Luis José Lagos Aros  
Vandepaula Moraes Campos de Melo  
Bruno Rafael Vieira Souza Silva  
Luciano Machado Ferreira Tenório de Oliveira  
Rafael Miranda Tassitano

Universidade de Pernambuco

alison.oli@hotmail.com

**Objetivo:** Verificar a associação entre a Pressão Arterial Sistêmica (PAS) elevada e fatores biológicos, sociais e comportamentais. **Metodologia:** Estudo transversal com amostra representativa (n=481) de estudantes (14-19 anos, 54,1 % de moças) do ensino médio da rede pública estadual do município de Caruaru-PE. As informações foram coletadas através de um questionário (GSHS), previamente validado. A variável dependente foi a PAS coletadas através de equipamentos automáticos (OMRON- HEN 742), sendo considerados elevados valores  $\geq$  percentil 95. As demais variáveis foram biológicas (sexo, idade, IMC), sociais (renda e escolaridade) e à saúde (atividade física, comportamento sedentário, hábitos alimentares). Os dados foram tabulados no Epidata e analisados no SPSS. Foram realizadas análises descritivas e inferenciais (Qui-quadrado e análise multivariada). **Resultados:** A prevalência de pressão arterial elevada foi de 6,4%, sendo observado uma maior proporção entre os rapazes (categoria 1) 8,1% quando comparado com as moças (3,1%). Aqueles adolescentes classificados como obesos também apresentaram proporções superiores (23,1%) quando comparado a outras condições. Demais variáveis biológicas, sociais e comportamentais não apresentaram associação significativa. Após ajustamento na análise de regressão observou-se que estar obeso aumentou em 3,0 (IC95% 1,7 - 5,3) a chance de ser hipertenso. Por outro lado as moças apresentam uma chance quase 70% menor de serem classificadas como hipertensas. **Conclusão:** Foi observado que entre os fatores biológicos, sociais e comportamentais apenas a obesidade e os adolescentes do sexo masculino tiveram associação significativa com a pressão arterial elevada.

**PALAVRAS-CHAVE:** Pressão Arterial, Adolescente, Estilo de Vida.

# SEDENTARISMO E FATORES ASSOCIADOS EM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS

Jaqueline de Oliveira Santana  
Kertlyn Trindade Coimbra  
Sérgio Viana Peixoto

Fundação Oswaldo Cruz

jaquelineosantana@gmail.com

**Objetivo:** Este estudo objetivou verificar os fatores associados ao sedentarismo entre professores do ensino superior de uma instituição pública federal. **Métodos:** Estudo seccional, incluindo 163 trabalhadores. A variável dependente foi o sedentarismo, estimado pela taxa de equivalentes metabólicos. As variáveis exploratórias foram: idade, sexo, estado civil, tabagismo atual, consumo de álcool, percepção de estresse, percepção da saúde, lombalgia, glicemia de jejum, níveis de triglicérides, colesterol LDL e HDL, índice de massa corporal, proteína c-reativa, pressão arterial diastólica, consumo de frutas, verduras, carne com gordura visível, frango com gordura visível, leite com teor integral de gordura, refrigerante, e consumo de sal. A estimativa da força das associações foi baseada no cálculo da razão de prevalências e intervalos de confiança (95%), pela regressão de Poisson, com variância robusta. Todas as variáveis foram incluídas no modelo inicial, tendo sido mantidas aquelas com associação ao evento em nível inferior a 10%, utilizando-se a técnica de “stepwise”.

**Resultados:** O grupo de professores sedentários apresentou menor consumo de verduras, pior percepção da própria saúde e maiores valores de colesterol LDL e de triglicérides. Por outro lado, esse grupo relatou menor consumo de carne com gordura e menor prevalência de tabagismo atual. **Conclusão:** Os resultados sugerem que o sedentarismo está associado a um maior perfil de risco para a saúde, o que fala a favor do incentivo à prática de atividades físicas e de estratégias que promovam mudanças efetivas no estilo de vida da população, sobretudo no âmbito da saúde do trabalhador.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Fator de Risco, Trabalhadores.

**FOMENTO:** FAPEMIG

# EFEITO DE DIFERENTES INTENSIDADES DE TREINAMENTO FÍSICO COM EQUIVALENTE GASTO ENERGÉTICO SOBRE OS NÍVEIS LIPÊMICOS EM ADOLESCENTES OBESOS

Camila Tenório Calazans de Lira  
Thiago Ricardo dos Santos Tenório  
Priscyla Praxedes Gomes  
Carla Caroliny de Almeida Santana  
Wagner Luiz do Prado

Universidade de Pernambuco

cmila\_@hotmail.com

**Introdução:** A lipemia constitui elevado fator de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares. Estudos prévios não levam em consideração as diferenças no dispêndio energético induzidas por diferentes intensidades de exercício sobre as lipoproteínas, de modo que o efeito real da intensidade do treinamento físico, independente do gasto energético, ainda não foi elucidado. **Objetivo:** Verificar o efeito de diferentes intensidades de treinamento físico aeróbio sobre a lipemia de adolescentes obesos. **METODOLOGIA:** 107 adolescentes obesos e púberes foram divididos em três grupos: Grupo Aeróbio de Alta Intensidade (GTAI)- limiar ventilatório, Grupo Aeróbio de Baixa Intensidade (GTBI)- 20% abaixo do limiar e Grupo Controle (GC). Os adolescentes do GTAI e GTBI foram submetidos à intervenção multidisciplinar de 12 semanas. As sessões de exercício (3x/semana) foram isocalóricas (350 kcal). Análise do CT, HDL e TG foi realizada por espectrofotometria, a LDL pela fórmula de Friedewald. Utilizou-se ANOVA two-way com Post-hoc de Fisher, nível de significância fixado em  $p < 0,05$ . Adicionalmente, calculou-se o effect size intra-grupo. **Resultados:** Após 12 semanas observou-se diminuição no LDL em ambas as intensidades de treinamento e no grupo controle após 12 semanas, com tamanho de efeito  $d = 0,39$  e  $0,60$ , para o GTAI e GTBI, respectivamente. O mesmo observa-se nas razões CT/HDL (GTAI  $d = 0,62$ ; GTBI  $d = 0,66$ ), LDL/HDL (GTAI  $d = 0,65$ ; GTBI  $d = 0,79$ ) e aumento no HDL (GTAI  $d = 0,25$ ; GTBI  $d = 0,18$ ). **Conclusão:** O treinamento físico, em 12 semanas, é eficaz na melhoria do perfil lipêmico de adolescentes obesos, independente da intensidade, quando o gasto energético é equivalente.

**PALAVRAS-CHAVE:** Obesidade, Exercício, Lipoproteínas.

**FOMENTO:** CAPES

# EFEITO DE DIFERENTES INTENSIDADES DE TREINAMENTO AERÓBIO SOBRE A COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ADOLESCENTES OBESOS SUBMETIDOS À INTERVENÇÃO MULTIDISCIPLINAR

Priscyla Praxedes Gomes  
Camila Tenório Calazans de Lira  
Carla Caroliny de Almeida Santana  
Thiago Ricardo dos Santos Tenório  
Wagner Luiz do Prado

Escola Superior de Educação Física,  
Universidade de Pernambuco

[priscylapraxedes@hotmail.com](mailto:priscylapraxedes@hotmail.com)

**Introdução:** A obesidade está associada a várias complicações metabólicas. O treinamento aeróbio em adolescentes obesos tem mostrado melhorias na composição corporal, entretanto, pouco se sabe sobre os efeitos de diferentes intensidades de treinamento aeróbio, com dispêndio energético equiparados, sobre parâmetros da composição corporal (CP) de adolescentes obesos. **Objetivo:** Verificar o efeito de diferentes intensidades de treinamento físico aeróbio sobre a composição corporal de adolescentes obesos submetidos à intervenção multidisciplinar. **METODOLOGIA:** 107 adolescentes obesos e púberes foram divididos em três grupos: Grupo de Treinamento Alta Intensidade (GTAI)- limiar ventilatório, Grupo de Treinamento Baixa Intensidade (GTBI)-20% abaixo do limiar e Grupo Controle (GC). Os adolescentes do GTAI e GTBI foram submetidos à intervenção multidisciplinar de 12 semanas composto por acompanhamento nutricional, psicológico, clínico e treinamento aeróbio. A CP foi avaliada pelo DEXA. As sessões de exercício (3x/semana) foram isocalóricas (350 kcal). A análise comparativa nas condições basais e 12 semanas utilizou-se ANOVA, Post-hoc de Fisher, nível de significância foi fixado em  $p < 0,05$ . Adicionalmente, adicionalmente calculou-se o effect size. **Resultados:** Foi verificada redução significativa na massa gorda (Tamanho do Efeito – GTAI e GTBI:  $d = 0,08$  e  $0,21$ ), percentual de gordura ( $d = 0,03$  e  $0,12$ ), e tecido adiposo central ( $d = 0,07$  e  $0,311$ ) e um aumento na massa magra ( $d = 0,01$  e  $0,25$ ) nos grupos GTAI, GTBI e GC. Houve uma diminuição no Índice de Massa Corporal ( $\text{Kg}/\text{m}^2$ ) em GTAI e GTBI ( $p < 0,001$ ). **Conclusão:** A intervenção multidisciplinar foi efetiva na modulação da CP independente da intensidade do treinamento aeróbio.

**PALAVRAS-CHAVE:** Obesidade, Treinamento Aeróbio, Composição Corporal.

**FOMENTO:** CAPES-UPE

# TEMPO DE TELA E A SUA ASSOCIAÇÃO COM O ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES DE CURITIBA-PR

Alice Tatiane da Silva  
Jeruza Sech Buck Silva  
Priscila Bezerra Gonçalves  
Rogério César Fermino  
Rodrigo Siqueira Reis

Pontifícia Universidade Católica do Paraná

[silva.alice@outlook.com](mailto:silva.alice@outlook.com)

**Objetivo:** Verificar a associação entre o tempo despendido em frente à tela com o estado nutricional de adolescentes de Curitiba-PR. **Métodos:** Estudo transversal, com inquérito domiciliar, realizado nos anos de 2013 e 2014, o qual faz parte de um estudo multicêntrico conduzido em 18 países (International Physical Activity and the Environment Network - IPEN adolescents). Foram entrevistados 495 adolescentes (51% de meninas) residentes em 32 setores censitários de Curitiba. O estado nutricional foi avaliado com o índice de massa corporal, com peso e estatura mensurados, categorizado de acordo com Conde & Monteiro (2006). O tempo despendido em frente à tela foi autorreportado e determinado com questões sobre uso de televisão, videogame e internet, categorizado individualmente em “≤1h/dia”, “2 h/dia”, “3 h/dia” e “≥4 h/dia”. O tempo total de tela foi obtido com a somatória destas variáveis e categorizado em “<2h59min/dia”, “3h–4h29min/dia”, “4h30min/dia–5h59min/dia”, “6h/dia–7h39min/dia” e “≥7h40min/dia”. A associação bivariada foi testada com regressão de Poisson no software STATA 12 com nível de significância de 5%. **Resultados:** Na análise bruta o tempo despendido em frente à televisão, no videogame, na internet e o tempo total de tela não apresentaram associação com estado nutricional. **Conclusão:** O tempo de tela não apresentou associação com o estado nutricional de adolescentes. Uma vez que o delineamento transversal não permite estabelecer relação causal e que o estado nutricional de adolescentes pode ser afetado pela maturação biológica, atividade física e hábitos alimentares, futuros estudos poderiam controlar essas variáveis.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescente, Estado Nutricional, Estilo de Vida Sedentário.

# NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA DOS FUNCIONÁRIOS PARTICIPANTES DO PROJETO NO PIQUE DA PUC-CAMPINAS

Rafael Santana  
José Francisco Daniel

Pontifícia Universidade Católica de Campinas

rafael.santana7411@gmail.com

Relacionar e analisar o nível de atividade física e qualidade de vida dos funcionários participantes do projeto No pique da PUC-Campinas. A PUC-Campinas oferece aos seus funcionários e professores o projeto de exercícios físicos e esportes “No Pique da PUC-Campinas”. Foram aplicados os questionários de nível de atividade física IPAQ curto (NAF) e de qualidade de vida SF36 (QV) em dois momentos do ano (M1= março/abril e M2=agosto). A amostra foi constituída de 11 funcionários de ambos os sexos, entre 19 e 50 anos de idade, que participou regularmente do projeto no período. Os resultados são apresentados em percentual das médias de melhora de cada classificação. Para os M1 e M2 respectivamente, o NAF além das atividades do projeto foram: baixo 9,09% e 0%, moderado 72,72% e 72,72% e alto 18,18% e 27,27%. Para QV foram encontrados nos M1 e M2 as seguintes medias: capacidade funcional 94,09 e 94,54, limitação por aspectos físicos 88,63 e 90,90, dor 70,27 e 73,09, estado geral de saúde 71,81 e 79,81, vitalidade 62,72 e 65,00, aspectos sociais 88,63 e 87,50, limitação por aspectos emocionais 75,75 e 66,66, e saúde mental 75,27 e 79,27. É esperado que com a participação de programa de exercícios físicos voltado à saúde ocorram melhoras nos diversos domínios da QV. Entretanto, neste estudo verificou-se que apesar da amostra aumentar o NAF, ocorreu melhoras percentuais significativas nos aspectos relacionados à saúde, mas piora nos aspectos sociais e emocionais, que sofrem influência de fatores externos à prática de atividade física.

**PALAVRAS-CHAVE:** Qualidade de Vida, Atividade Física, Exercício Físico.

# PERFIL DO ESTILO DE VIDA DE UMA FUNCIONÁRIA AUXILIAR ODONTOLÓGICA, EM SOROCABA, SP

José Fabián Uriarte Castro

Universidade Federal de Santa Catarina

[pepitourarte@yahoo.com.br](mailto:pepitourarte@yahoo.com.br)

**Objetivo:** Analisar a influência do Estilo de Vida e o nível de Atividade Física na saúde de uma funcionária auxiliar odontológica. **Métodos:** Pesquisa descritiva na forma de estudo de caso. Amostra: uma funcionária de uma clínica de odontologia solteira, 27 anos de idade, 03 anos de atividade profissional até a presente data. Instrumentos: as variáveis metabólicas foram analisadas por meio de exames laboratoriais. O Estilo de Vida: foi avaliado por meio do questionário fechado “O Perfil do Estilo de Vida individual” (Nahas, 2010). Tratamento estatístico: os dados foram analisados por meio de análise descritiva. **Resultados:** os exames laboratoriais demonstraram que a funcionária encontra-se dentro dos valores recomendados para a saúde. Na avaliação do Perfil do Estilo de vida, os componentes “Nutrição” e “atividade física” apresentam um perfil negativo para a saúde. **Conclusão:** a funcionária precisa mudar seu comportamento em relação aos componentes Nutrição e Atividade Física (AF), equilibrando suas tarefas profissionais com uma alimentação diária que atenda as recomendações da saúde, incluindo 4 ou 5 refeições variadas com frutas e hortaliças e, atividades físicas de lazer, incrementando os componentes em conexão com a saúde (Força e resistência muscular, flexibilidade, resistência aeróbica, composição corporal) além de práticas esportivas de lazer

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Estilo de Vida, Saúde.



# NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E DEPRESSÃO EM IDOSAS

Thamyres Cristhina Lima Costa  
Laissa Lima da Costa  
Franciléia Andrade Lima  
Carlos Wagner Cutrim Castro Junior  
Carlos Brendo Ferreira Reis  
Richard Diego Leite

Universidade Federal do Piauí

thamyres-cristhina@hotmail.com

**Objetivo:** Avaliar o nível de atividade física de mulheres idosas e associar a presença de sintomas depressivos. **Métodos:** Foram entrevistadas 15 idosas ( $68 \pm 4,54$  anos de idade, estatura  $1,50 \pm 0,06$  m, massa corporal  $63,23 \pm 12,77$ kg, Índice de Massa Corporal (IMC)  $28,22 \pm 5,93$  kg/m<sup>2</sup>, massa gorda  $25,51 \pm 9,66$  kg e massa magra  $36,51 \pm 4,25$  kg), que participam de atividades planejadas pela Universidade Integrada da Terceira Idade (UNITI). Todas as voluntárias responderam o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão longa, que avalia o nível de atividade física e a Escala de Depressão Geriátrica (GDS). Para análise dos dados, utilizou-se o teste de Shapiro Wilk e a correlação de Pearson, no programa Graphpad. **Resultados:** Pela própria classificação do IPAQ, 80% (n=12) são consideradas ativas e 20% (n=3) insuficientemente ativas, as quais realizam  $1108,67 \pm 1056,70$  minutos/semana de atividades físicas vigorosas e ou moderadas, por pelo menos 10 minutos contínuos. Os dados revelaram que, 80% (n=12) das idosas participam de atividade física, dentre elas, Yoga, Pilates, Dança, Ginástica Laboral e Hidroginástica, com frequência de  $2,33 \pm 1,59$  dias/semana. Quanto à escala depressiva, 66,6% (n=10) / <5; 26,6% (n=4) / =5 e 6,6% (n=1) / >5, porcentagem e depressão, respectivamente. A relação da soma de atividades físicas (minutos/semana) versus depressão, apontou valor de r igual a -0.1146, considerada uma classificação fraca, apresentando-se de forma inversamente proporcional. **Conclusão:** Idosas com maior nível de atividade física, apresentaram menor sinal depressivo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Depressão, Idoso.

# PERCEPÇÃO SUBJETIVA SOBRE OS EFEITOS DA PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS NO PROJETO NO PIQUE DA PUC-CAMPINAS

Sérgio Vinícius de Azevedo Dias

José Francisco Daniel

Pontifícia Universidade Católica de Campinas

[sergioedf@hotmail.com](mailto:sergioedf@hotmail.com)

O objetivo deste estudo foi apresentar os efeitos da prática regular de Exercícios Físicos no projeto No Pique da PUC. A análise foi feita com os participantes do ano de 2015, entre os meses de Março e Agosto. Participaram dessa pesquisa 20 funcionários de ambos os sexos, entre 17 e 59 anos, que tiveram frequência regular nesse período. Utilizou-se um questionário subjetivo com perguntas em relação às adaptações observadas pelos participantes, nos critérios: melhorou muito, melhorou, manteve-se ou piorou. Os resultados serão apresentados em percentual de cada item. Considerando como benefícios a partir da melhora, observou-se que bem estar geral (95%) e estilo de vida (90%) obtiveram as maiores porcentagens de melhora, seguidos da condição física (85%), autoestima (85%), vínculo com colegas de trabalho (80%) e controle de doenças (80%). Entre 70 e 75% tiveram prática de atividade física nos dias em que não havia projeto e o rendimento profissional, e com 55% o vínculo com a instituição. Conclui-se que o projeto adota um compromisso com o estilo de vida, independente do aumento da prática regular de atividade física. Questões subjetivas como bem estar geral, autoestima e controle de doenças também mostram mudanças positivas. Os benefícios diretos para a instituição foram o vínculo com colegas de trabalhos e o rendimento profissional aumentarem.

**PALAVRAS-CHAVE:** Exercício Físico, Estilo de Vida, Atividade Física.

# PRÁTICA ESPORTIVA NA JUVENTUDE AFETA MODIFICAÇÕES NO ESTADO INFLAMATÓRIO DE ADULTOS MAIS DO QUE A OBESIDADE E ATIVIDADE FÍSICA ATUAL

Romulo Araujo Fernandes  
Jamile Sanches Codogno  
Manoel Carlos Spiguel Lima

Universidade Estadual Paulista - Unesp

romulo@fct.unesp.br

**Objetivo:** analisar o impacto da prática esportiva realizada na juventude sobre o estado inflamatório na idade adulta, bem como, identificar se esse impacto é mediado pela composição corporal e atividade física atual. **Métodos:** estudo de coorte de 12 meses, no qual 107 adultos (64 homens e 43 mulheres) foram acompanhados durante 12 meses (de 2013 a 2014). A inflamação (proteína C-reativa), atividade física atual (pedômetro durante 7 dias) e de gordura corporal (DEXA) foram avaliados duas vezes (início e final da coorte). Prática esportiva realizada na juventude foi avaliada por meio de entrevista face-a-face no início do estudo. Análise estatística foi composta pelo teste qui-quadrado e regressão logística binária. **Resultados:** Na amostra total, 48,6% (n = 52) dos indivíduos relataram prática esportiva precoce no início da vida. Inflamação persistentemente elevada ( $\geq 3$ mg / dL em ambos os momentos de análise) foi menor entre adultos engajados em práticas esportivas na juventude (7,7%) do que entre aqueles que não foram engajados (32,7%; p = 0,003) e essa associação permaneceu significativa independentemente de modificação na gordura corporal, atividade física atual, sexo e idade (OR = 0,24 [95% CI: 0,06-0,85]). **Conclusão:** Estes resultados identificam que a promoção da prática desportiva entre populações pediátricas tem potencial para prevenir a inflamação, proteção essa que pode ser explicada por outras vias que não apenas o controle de gordura corporal e maior atividade física habitual.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Obesidade, Inflamação.

**FOMENTO:** FAPESP

# TESTE DE CAMINHADA DE SEIS MINUTOS E DEPRESSÃO EM IDOSAS

Laissa Lima da Costa  
Thamyres Cristhina Lima Costa  
Poliane Dutra Alvares  
Carlos Wagner Cutrim Castro Junior  
Evelyn Feitosa Rodrigues  
Richard Diego Leite

Universidade Federal do Maranhão

laissa\_fisio@hotmail.com

**Objetivo:** Avaliar o teste de caminhada em mulheres idosas e correlacionar a presença de sintomas depressivos. **Métodos:** Foram entrevistadas 17 idosas, 69±4,40 anos de idade, estatura 1,49±0,06 m, massa corporal 62,12±11,95kg, Índice de Massa Corporal (IMC) 27,67±5,41 kg/m<sup>2</sup>, massa gorda 25,21±8,85 kg e massa magra 36,80±4,20 kg, que participaram de atividades planejadas pela Universidade Integrada da Terceira Idade (UNITI). Todas as voluntárias responderam o Questionário da Escala de Depressão Geriátrica (GDS) e realizaram o teste de caminhada, onde as idosas caminharam na maior velocidade possível em um espaço de 30 m delimitados por cones por seis minutos contínuos. A predição indireta do volume de oxigênio (VO<sub>2</sub>) foi identificado pela fórmula,  $VO_{2máx} = -2,344 + 0,044 \times \text{distância}$ . Para análise dos dados, utilizou-se o programa Graphpad, o teste de Shapiro Wilk e a correlação de Pearson. **Resultados:** A distância percorrida foi dada pelo número de voltas computados e metros adicionais, 367,39±63,15 m. O VO<sub>2</sub> máximo determinado indiretamente foi de 13,82±2,77 ml/kg/min. Quanto à escala depressiva, 70,58% (n=12) / <5; 23,53% (n=4) / =5 e 5,89% (n=1) / >5, porcentagem e depressão, respectivamente. A relação metros/seis minutos versus depressão, apontou r -0.07. E a relação consumo de O<sub>2</sub> versus depressão, também apontou r -0.07. Ambas consideradas classificação fraca, com forma de apresentação inversamente proporcional. **Conclusão:** Idosas que percorrem a maior distância em seis minutos e apresentam maiores valores de consumo de oxigênio, podem indicar um menor sinal depressivo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Caminhada, Depressão, Idoso.

# FATORES ASSOCIADOS A DIÁSTASE ABDOMINAL PATOLÓGICA VERIFICADA NO PUERPÉRIO IMEDIATO

Adriana Sousa Rêgo  
Isabele Oliveira Castro  
Livia dos Santos Rodrigues  
Luciana Cavalcante Costa

Universidade Federal do Maranhão

adricefs@yahoo.com.br

**Objetivo:** investigar associação entre atividade física durante a gestação e a diástase abdominal verificada no puerpério imediato. **Método:** Estudo transversal em uma amostra de 52 mulheres primíparas. A diástase foi verificada durante o puerpério imediato nas primeiras 24 horas. A análise foi realizada no Stata 12 e apresentada em forma de frequências absolutas e relativas. Calculou-se o teste de qui-quadrado e foi considerada estatisticamente significativa quando p-valor fosse  $<0,05$ . **Resultados:** Das puérperas avaliadas, 83,02% apresentavam diástase patológica do músculo reto abdominal superior (DMRAS) e 13,21% apresentavam diástase patológica do músculo reto abdominal inferior (DMRAI). Das mulheres que apresentaram DMRAS patológica, 32,45% referiram praticar alguma atividade física. Porém, das que apresentaram DMRAI patológica nenhuma praticou atividade física. Atividade física na gestação não associou-se nem com DMRAS patológica ( $p=0,623$ ) nem à DMRAI patológica ( $p=0,070$ ). No entanto, associaram à DMRAS patológica: tipo de parto ( $p=0,011$ ) e ganho de peso no período gestacional ( $p=0,030$ ). **Conclusão:** Conclui-se que atividade física pode não ser um fator de risco para a diástase patológica abdominal.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Reto do Abdome, Período Pós parto.

# ASSOCIAÇÃO ENTRE A ATIVIDADE FÍSICA E A DISPOSIÇÃO AO ACORDAR EM ADOLESCENTES

Bruno Rafael Vieira Souza Silva  
Alison Oliveira da Silva  
Luciano Machado Ferreira Tenório de Oliveira  
Widjane Sheila Ferreira Gonçalves  
Luis José Lagos Aros  
Mônica Cristina da Silva

Universidade de Pernambuco

[brunorafael45@hotmail.com](mailto:brunorafael45@hotmail.com)

**Objetivo:** Verificar a associação entre a atividade física e a disposição ao acordar em adolescentes do município de Caruaru – PE. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal com amostra representativa (n=481) de estudantes (14-19 anos, 54,1 % de moças) do ensino médio da rede pública estadual do município de Caruaru-PE. As informações foram coletadas através de um questionário (GSHS), previamente validado. Para a variável disposição ao acordar o instrumento na questão 41 apresenta a seguinte pergunta: Você normalmente acorda cansado(a) pela manhã? Onde a partir dessa questão se fez a comparação com o nível de atividade física imposto pelos adolescentes. As demais variáveis foram de caráter sociodemográfico (sexo, local de residência), econômico (renda familiar), relacionado à escola (turno) e à saúde (atividade física). Os dados foram tabulados no Epidata e analisados no SPSS. Foram realizadas análises descritivas e inferenciais (Qui-quadrado). **Resultados:** Foi observado que os adolescentes classificados como fisicamente ativos (29,7%), acordam mais dispostos quando comparados com aqueles adolescentes classificados como insuficientemente ativos. **Conclusão:** Deste modo é notório que ser fisicamente ativo pode contribuir significativamente em uma melhor qualidade do sono, sendo assim sugere-se o incentivo a práticas regulares de atividades físicas para adolescentes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Adolescente, Qualidade do Sono.

# ASSOCIAÇÃO ENTRE O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E A ATENÇÃO SELETIVA, SUSTENTADA E ALTERNADA EM ESCOLARES: UM ESTUDO PILOTO

Tárcio Amancio do Nascimento  
Leomir Barros Coutinho de Melo  
Juliane Camila de Oliveira Ribas  
Marcio Francisco da Silva  
Vinicius de Oliveira Damasceno  
André dos Santos Costa

Universidade Federal de Pernambuco

tarcioa.donascimento@gmail.com

**Objetivo:** Investigar a associação entre o nível de atividade física e a atenção seletiva, sustentada e alternada em escolares. **Método:** A amostra foi composta por 21 crianças faixa etária  $9,19 \pm 0,8$  anos, devidamente matriculadas em uma escola em São Lourenço da Mata-PE. Para avaliar o nível de atividade física foi aplicado o Recordatório de Três dias de Atividade Física Adaptado (3DPAR), classificando a amostra em Ativos ou Sedentários. Para avaliar a capacidade cognitiva da atenção, foi utilizado o programa computadorizado TAVIS-4. Foram aplicadas três tarefas distintas com o objetivo de avaliar a atenção seletiva, sustentada e alternada, extraíndo os dados de erros por omissão (EPO) e por ação (EPA) como também tempo médio de reação do indivíduo (TMR). Referente à análise de dados foi utilizado estatística descritiva através do programa SPSS, para o teste de hipótese das médias foi utilizado o teste T para grupos independentes assumindo nível de significância de ( $p < 0,05$ ). **Resultados:** Foi verificado que 61,9% das crianças são sedentárias. Não houve diferença significativa em relação à atenção seletiva e alternada para as médias do EPO, EPA e TMR entre Ativos e Sedentários. Entretanto, as crianças Ativas apresentaram o TMR para a atenção sustentada significativamente menor em relação às crianças Sedentárias ( $0,518 \text{ds} \pm 0,07$  vs  $0,628 \text{ds} \pm 0,10$ ,  $p = 0,02$ , respectivamente). **Conclusão:** Neste estudo observamos que escolares ativos têm um tempo médio de reação mais rápido que escolares sedentários para um estímulo que necessite de concentração.

**PALAVRAS-CHAVE:** Crianças, Sedentarismo, Atenção.

# EFEITOS DO EXERCÍCIO FÍSICO VERIFICADOS A PARTIR ENSAIOS CLÍNICOS RANDOMIZADOS SOBRE O DIABETES MELLITUS: REVISÃO SISTEMÁTICA

Leandro Quadro Corrêa  
Marlos Rodrigues Domingues

Universidade Federal do Rio Grande, Escola Superior de Educação Física/esef - Programa de Pós-Graduação Em Educação Física/ppgef - Universidade Federal de Pelotas/ufpel

[leandroqc@hotmail.com](mailto:leandroqc@hotmail.com)

**Objetivo:** Este estudo objetivou apresentar os efeitos de intervenções com exercício físico sobre o diabetes mellitus. **Método:** Trata-se de revisão sistemática, conduzida na base de dados PubMed. Os descritores foram: diabetes mellitus, clinical trials, exercise, physical activity, motor activity. Foram incluídos: ensaios clínicos que utilizassem exercícios estruturados, combinados; que não tratassem apenas de efeitos de uma sessão; que não incluíssem dieta e publicados nos últimos 5 anos. **Resultados:** Os efeitos foram categorizados em: a) metabólicos, bioquímicos e anti-inflamatórios, tendo sido verificado nos estudos redução dos níveis glicêmicos, hemoglobina glicada, níveis circulantes de insulina e resistência à insulina, dos níveis circulantes de apelina e grelina, níveis de proteína C reativa e outros marcadores inflamatórios, do escore de risco cardiovascular e lipídios hepáticos. Maior atividade de enzimas antioxidantes, elevação dos níveis de óxido nítrico, melhorias na relação Apo B/ Apo A1, prevenção do aumento da albumina modificada pela isquemia; b) sobre a qualidade de vida, estado de saúde e bem-estar, entre esses encontrou-se melhorias na função física, dor corporal, vitalidade, saúde mental, ansiedade e insônia; c) sobre as morbidades, como redução do escore e da prevalência da síndrome metabólica, redução de fatores de risco cardiovascular, de indicadores de aterosclerose e da pressão arterial; d) sobre a aptidão física e a composição corporal, como melhorias na aptidão cardiovascular, aumento da massa muscular esquelética, diminuição da massa gorda e do tecido adiposo visceral. **Conclusão:** Assim percebeu-se que intervenções com exercício físico são capazes de melhorar diversos aspectos de saúde em indivíduos com diabetes mellitus.

**PALAVRAS-CHAVE:** Diabetes, Exercício Físico, Atividade Motora.



# ESTILO DE VIDA E ESTADO NUTRICIONAL DE MULHERES ATENDIDAS EM UMA CLÍNICA-ESCOLA

Adryanne dos Santos Silva  
Antonia Keila Lima da Silveira  
Monique Silva Nogueira  
Renata Gomes Navarro Kachvartanian

Faculdade Inspirar, Faculdade Santa  
Terezinha, Universidade Federal do Maranhão

[adryannesantoss@live.com](mailto:adryannesantoss@live.com)

**Objetivo:** identificar o estilo de vida e avaliar o estado nutricional de mulheres. **Metodologia:** Trata-se de um estudo retrospectivo, descritivo, transversal realizado através de prontuários de mulheres na faixa etária de 20 a 59 anos, atendidas em uma Clínica Escola em São Luís, MA, no período de janeiro de 2010 a janeiro de 2011. Foram incluídos os prontuários preenchidos com idade, peso, altura, e TCLE assinados. A amostra foi obtida por conveniência resultando num total de 248 mulheres. As pacientes foram investigadas quanto ao índice de massa corporal, segundo limites estabelecidos pela Organização Mundial de Saúde (OMS, 1998). Foram questionadas sobre prática de atividade física, consumo de bebida alcoólica e número de refeições realizadas diariamente. **Resultados:** Dos 248 prontuários analisados, a média de idade das mulheres estudadas foi de 41,09 anos. A média de peso apresentada foi de 69,6kg e altura 1,54m. Encontrou-se obesidade de graus I, II ou III em 43,1% da amostra, seguido de sobrepeso (33,1%), a média de IMC encontrada foi de 29,5kg/m<sup>2</sup>. Da amostra estudada verificou-se que 77,4% não praticam atividade física, 69,7% não são etilistas e quanto ao número de refeições diárias, 32,6% referiram realizar 4 refeições, seguindo de 27% que realizam 5 refeições e apenas 12,5% realizam as 6 refeições por dia. **Conclusão:** Observou-se que a maioria das mulheres estudadas não praticava atividade física, o que pode ter relação com o alto índice de sobrepeso e obesidade encontrado, além do fato de não consumirem adequadamente o número de refeições recomendado diariamente.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estado Nutricional, Estilo de Vida, Obesidade.

# AVALIAÇÃO DA FLEXIBILIDADE EM MULHERES PRATICANTES DE BALLNESS E YOGA

Laisa Cruz Torres Vieira  
Jefferson Fernando Coelho Rodrigues Júnior  
Neivan Jose Andrade Magalhaes  
Caio Victor Coutinho de Oliveira  
Marcos Antonio Pereira dos Santos

Universidade Federal do Piauí

jefferssonfernando@hotmail.com

**Objetivo:** Comparar os níveis de flexibilidade da flexão do tronco de mulheres de meia idade praticantes de ballness e de yoga. **Métodos:** 24 mulheres de meia idade foram voluntariamente selecionadas. Foram divididas em três grupos (n=8/grupo): controle (C) (48,87±2,80anos), ballness (B) (48,62±5,63anos) e ioga (I) (49,12±5,48anos). Para inclusão no estudo, os sujeitos de (B) e (I) deveriam ser praticantes a seis meses da modalidade, com frequência mínima de 2 sessões/semana. Ademais, toda amostra deveria estar isenta de lesão na região lombo sacra, no quadril e na musculatura dos membros inferiores. **Resultados:** A flexibilidade dos grupos exercícios demonstrou-se melhor que a do grupo (C) (p<0,05 para (I) e p<0,001 para (B)). A média da distância alcançada do (B) foi de 37,1±6,0cm contra 32,1±6,1cm de (I) e 20,5±3,1cm de (C), sem diferenças entre (B) e (I). Adicionalmente, no teste de “sentar e alcançar”, os sujeitos dos grupos (B) e (I) apresentaram prevalência do nível “bom” de 37% e 37,5%, respectivamente, enquanto que ninguém de (C) mostrou-se nessa condição. **Conclusões:** A prática regular de ballness e de yoga em mulheres de meia idade, mesmo com baixa frequência semanal, são suficientes para promover maior flexibilidade em comparação às sedentárias.

**PALAVRAS-CHAVE:** Exercício, Flexibilidade, Sedentarismo.

# MARCADORES DE OBESIDADE E RISCO CARDIOVASCULAR DE MULHERES NÃO PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA ATENDIDAS EM UMA CLÍNICA - ESCOLA

Antonia Keila Lima da Silveira  
Adryanne dos Santos Silva  
Monique Silva Nogueira  
Renata Gomes Navarro Kachvartanian

Faculdade Santa Terezinha, Faculdade  
Inspirar, Universidade Federal do Maranhão

[antoniasilveira.nutri@outlook.com](mailto:antoniasilveira.nutri@outlook.com)

**Objetivo:** avaliar os marcadores de obesidade e risco cardiovascular de mulheres não praticantes de atividade física. **Metodologia:** Trata-se de um estudo retrospectivo, descritivo, transversal realizado através de prontuários de mulheres na faixa etária de 20 a 59 anos, atendidas em uma Clínica Escola em São Luís, MA, no período de janeiro de 2010 a janeiro de 2011. Foram incluídos os prontuários com idade, peso, altura, medida da circunferência da cintura e TCLE. Do total de 253 prontuários incluindo mulheres adultas e idosas, 194 foram utilizados para a determinação da amostra por conveniência. As pacientes foram investigadas quanto ao índice de massa corporal e a circunferência da cintura, segundo a classificação e pontos de corte estabelecidos pela Organização Mundial de Saúde. Para a classificação da RCEst, foi utilizado o ponto de corte proposto por Pitanga e Lessa (2006), com valor de 0,53 para mulheres. **Resultados:** Da amostra analisada, a média de idade das mulheres foi de 40,9 anos. A média de peso foi de 69,5kg e altura 1,53m. Encontrou-se obesidade de graus I, II ou III em 46,4% da amostra, seguido de sobrepeso (28,9%), a média de IMC encontrada foi de 29,5kg/m<sup>2</sup>. Verificando o risco coronariano elevado pela medida da CC, a amostra apresentou risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares (85,6%). Para a RCEst encontrou-se média de 0,60 e risco coronariano elevado (RCE) em 81,4% da amostra. **Conclusão:** Observou-se que o sedentarismo e a obesidade estão diretamente relacionados ao risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares.

**PALAVRAS-CHAVE:** Antropometria, Atividade Física, Doenças Cardiovasculares.

# TREINAMENTO PREDOMINATEMENTE AERÓBIO PARA OBESOS HIPERTENSOS CONTROLADOS NÃO INFLUENCIA OS INDICADORES DA APTIDÃO FÍSICA

Claudio de Oliveira Assumpção  
Raphael Miranda Ramos  
Leonardo Coelho Rabello de Lima

Universidade Federal do Ceará

coassumpcao@yahoo.com.br

**Objetivo:** o objetivo desse estudo foi analisar a interferência de um programa de treinamento aeróbio com intensidade moderada nos indicadores da aptidão física de indivíduos obesos hipertensos controlados. **Metodologia:** participaram da pesquisa 24 voluntários, sendo 20 do gênero feminino e 4 do gênero masculino com idade de  $60,1 \pm 4,5$  anos, todos sedentários, hipertensos controlados e com constante acompanhamento médico. Os indivíduos passaram por 2 avaliações (anteriormente e ao final da intervenção) físicas e antropométricas, utilizando como método de cálculo do percentual de gordura a equação de Siri (1961) e o teste de caminhada de 1600 metros para avaliar o nível de condicionamento cardiorrespiratório. O programa de treinamento consistiu em 24 sessões de caminhada com intensidade de 60% da FC máxima e duração de 1 hora por sessão. As sessões foram divididas em 3 dias por semana totalizando 2 meses de treinamento. **Resultados:** Foram analisados a frequência cardíaca de repouso (pré  $91,8 \pm 15,4$ bpm e pós  $86 \pm 9,4$ bpm, flexibilidade (pré  $11,33 \pm 7,32$ cm e pós  $14,33 \pm 8,95$ cm), flexões de braço (pré  $13,42 \pm 4,58$ rep e pós  $13,17 \pm 7,77$ rep) e jump test (pré  $10,75 \pm 4,59$ cm e pós  $11,21 \pm 6,84$ cm), não sendo encontradas diferenças significantes ( $p \leq 0,05$ ) entre os tempos pré e pós intervenção para nenhuma variável. **Conclusão:** Com base nos resultados obtidos é possível concluir que o treinamento aeróbio isolado não promoveu um efeito significativo nos indicadores de aptidão física em indivíduos obesos hipertensos para esta intervenção, evidenciando a necessidade de adequação e possível associação do treinamento aeróbio e de força para que a magnitude do efeito possa realmente ser eficaz no controle da fisiopatologia.

**PALAVRAS-CHAVE:** Obesidade, Hipertensão, Treinamento Aeróbio.

# TRANSTORNOS DE COORDENAÇÃO MOTORA EM ESCOLARES: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Sidnei Luiz Reis de Lima  
Crismilla dos Santos Silva  
Laura Emmanuela Lima Costa

Universidade do Estado da Bahia

sidneylimaj@hotmail.com

**Objetivo:** investigar por meio de revisão sistemática o transtorno de coordenação motora em crianças escolares brasileiros, discutindo suas implicações para a saúde desses sujeitos.

**Método:** Realizou-se buscas nas seguintes bases de dados: Scielo, Lilacs, Periódicos CAPES e Sites. Realizadas no período de 10 de Abril a 13 de Abril de 2015. Para a seleção dos trabalhos utilizou-se dos seguintes descritores: Transtorno, Coordenação, Crianças Escolares e avaliação. Foram criados os seguintes critérios de inclusão para a seleção dos textos: ano de publicação de 2010 a 2015, só artigo de pesquisa de campo e artigos originais, artigos publicados no Brasil, artigos que trata do Transtorno da coordenação motora em crianças escolares. A busca realizada permitiu encontrar o seguinte resultado: 25 na busca inicial e 4 como resultado final utilizando os métodos mencionado. **Resultados:** Notou-se de maneira geral que o debate sobre TDC vêm crescendo gradativamente, percebemos também que os pesquisadores vêm buscando analisar e validar instrumentos de avaliações mais adequados para diagnosticar os problemas motores das crianças brasileiras, identificou também que o instrumento da Coordenação e Destreza Motora - ACOORDEM e O The Movement Assessment Battery for Children Test (MABC). Esteve em mais de 75% dos artigos, que utilizaram de testes complementares e poucos artigos encontrados tiveram como objetivo principal descrever os critérios de diagnósticos do TDC. **Conclusão:** Por fim, é notório perceber a importância e o acompanhamento do profissional de Educação Física é crucial na participação direta no tratamento da criança, ela só tem a melhorar seu desempenho motor.

**PALAVRAS-CHAVE:** Transtorno, Coordenação, Escolares.

**FOMENTO:** FAPESB

# ATIVIDADE FÍSICA E DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Juliane Rosa de Oliveira  
Crismilla dos Santos Silva  
Raíra Alves Rodrigues  
Josimere Silva Almeida  
Jerfferson Evando Feitosa Martins

*Universidade do Estado da Bahia*

julianetvr@gmail.com

**RESUMO** Particularizando as doenças cardiovasculares é evidente que os cuidados com a alimentação e uma atividade física bem conduzida desempenham, entre outras medidas, importante papel preventivo. Nesse sentido o presente trabalho teve como objetivo revisar estudos que discutam a prevalência de doenças cardiovasculares e sua associação com a inatividade física. Trata-se de um estudo de revisão sistemática realizado nas seguintes bases de dados: Pubmed, Lilacs, Scielo e Periódicos CAPES. Segundo Bernardo et al (2013) a atividade física traz vários benefícios para a saúde, sua prática apresenta relação inversa com fatores de risco de doenças cardiovasculares, idosos sedentários possuem maior chance de apresentarem fatores de risco em hipertensão arterial, obesidade, dentre outras doenças, do que os idosos ativos. Ao analisarmos os artigos, concluímos que os idosos sedentários estão mais propensos a doenças cardiovasculares do que idosos praticantes de atividade física, comprovando assim o benefício que esta, traz para vida daqueles que a praticam. Sabemos que a atividade física serve para a prevenção de doenças, e as pesquisas mostram que a atividade também pode atuar ajudando no tratamento delas, mesmo em idosos longevos a sua prática tem um efeito positivo e eficaz.

**PALAVRAS-CHAVE:** Doenças Cardiovasculares, Idosos, Atividade Física.

**FOMENTO:** CAPES

# TREINAMENTO RESISTIDO REDUZ RISCOS CARDIOVASCULARES EM IDOSAS

André dos Santos Neves  
Luis Ângelo Macêdo Santiago  
Paulo Vitor Albuquerque Santana  
Pauliana Conceição Mendes

Faculdade Maurício de Nassau, Universidade  
Federal do Maranhão

[ruk.neves@gmail.com](mailto:ruk.neves@gmail.com)

**Introdução:** O envelhecimento é marcado por alterações metabólicas, incluindo a Proteína C-Reativa, sendo um importante marcador de risco de doenças cardiovasculares. O treinamento resistido é um método utilizado na prevenção de doenças associadas ao envelhecimento. **Objetivo:** Avaliar os efeitos de oito semanas de TR sobre a composição corporal, força muscular e PCR em um grupo de idosas. **Método:** estudo experimental com 10 idosas. A PCR e análises bioquímicas foram coletadas amostras de sangue venoso periférico antes do exercício e 24 horas depois. Para medidas antropométricas foi calculado o índice de massa corporal, relação cintura/quadril e composição corporal. O TR foi realizado por Série Combinada– Bi-Set. As variáveis do grupo foram apresentadas como média e desvio padrão, seguido do teste de normalidade de Shapiro-Wilk. As variáveis de PCR, antropométricas, composição corporal e perfil lipídico foram realizados o teste t de Student, tanto anterior quanto posteriormente as oito semanas de treinamento. As amostras da evolução das cargas e medias do consumo alimentar foi realizado o teste One Way ANOVA e, quando necessário, o teste posthoc de Tukey. O nível de significância adotado foi de  $p \leq 0,05$ . **Resultados:** Houve reduções significativa ( $p = 0,02$ ) nas concentrações séricas de PCR, (70,96%), além de diminuir a massa gorda e aumentar a massa magra e carga de treino. **Conclusão:** Oito semanas de TR reduziram as concentrações séricas de Proteína C-Reativa, assim como diminuíram a massa gorda e aumentaram o volume muscular, sendo uma estratégia eficiente na redução dos fatores de riscos para doenças cardiovasculares

**PALAVRAS-CHAVE:** Exercício, Tecido Adiposo, Testes Hematológicos.

# FATORES DE RISCO CARDIOMETABÓLICOS EM PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIO DO INSTITUTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTES DA UNJVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ

Juliana Annemberg Felipe Guariguasi  
Franciele Cristina Pereira de Oliveira  
Kállita de Oliveira Vieira  
Joelma Barboza de Mendonça  
Thiago Arruda Beppe e Silva  
Luciana Catunda Brito

Universidade Federal do Ceará

annembergjuliana@gmail.com

**Objetivo:** O presente estudo objetivou avaliar fatores de risco cardiometabólicos em participantes do programa Saúde em Movimento do Instituto de Educação Física e Esportes.

**Método:** Este foi do tipo transversal, do qual participaram 53 indivíduos, de ambos os sexos, adultos e idosos, assistidos por um programa de exercício da Universidade Federal do Ceará. Foram coletados dados sociodemográficos, perfil de saúde e antropométricos como peso, altura, para cálculo do índice de massa corporal (IMC), além da circunferência da cintura (CC) e do pescoço (CP) para diagnóstico de estado nutricional. A análise dos dados foi realizada utilizando-se o software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS).

**Resultados:** A população estudada constituiu-se na sua maioria de mulheres (75,5%), estado civil casado (72,8%) e com ensino fundamental incompleto (39,6%) e a média de idade foi de  $55,08 \pm 9,73$  anos. No que diz respeito às complicações crônicas, 17,3% relataram diabetes melitus tipo 2 e metade dos indivíduos avaliados têm diagnóstico de hipertensão arterial sistêmica (50%). Com relação à avaliação antropométrica, podemos verificar um IMC médio de  $28,95 \pm 5,55$  kg/m<sup>2</sup>, CC de  $94,23 \pm 7,88$  e  $87,32 \pm 9,23$  cm e CP de  $39,46 \pm 2,78$  cm e  $34,52 \pm 2,64$  cm para homens e para mulheres, respectivamente. **Conclusão:** A população apresentou fatores de risco cardiometabólicos como excesso de peso evidenciado pelo IMC, acúmulo de gordura visceral na região abdominal elucidada por elevada CC nas mulheres e adiposidade aumentada na região superior do corpo tanto em homens como mulheres, conforme CP além da alta prevalência de HAS.

**PALAVRAS-CHAVE:** Riscos Cardiometabólicos, Obesidade, Hipertensão.



# QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Crismilla dos Santos Silva  
Cíntia Barreto de Araújo  
Maíra de Souza Barreto

Universidade do Estado da Bahia

[millasantos07@hotmail.com](mailto:millasantos07@hotmail.com)

**Objetivo:** expor que a qualidade de vida dos idosos está relacionada a prática de atividades físicas. **Método:** Trata-se de um estudo de revisão sistemático realizado nas seguintes bases de dados: Pubmed, Scielo e Lilacs. Foram criados os seguintes critérios de inclusão para a seleção dos textos: artigos publicados do ano de 2008 até 2013 com pesquisas realizadas no Brasil em seres humanos e que fossem disponibilizados gratuitamente. **Resultados:** o estudo foi de 5 artigos do tipo pesquisa de campo que estavam disponíveis nas bases de dados mencionadas em métodos. Por meio dessas informações, percebe-se que há um interesse crescente nos últimos anos dos pesquisadores brasileiros em publicar textos sobre qualidade de vida e atividade física relacionados à população de idosos. Confirmando nossos apontamentos, Veras (2003) descreve que o Brasil é um país em que a população envelhece a passos largos, e dessa maneira as mudanças na dinâmica populacional são claras e irreversíveis. Na década de 1940 notou-se que a população idosa tem apresentado os índices mais altos de crescimento populacional. **Conclusão:** Por fim, apontaram que houve uma similaridade quanto à melhora de coordenação motora e da força das idosas, e que a maioria dos participantes foi classificada como ativos. Outros aspectos que apresentaram evoluções significativas também foram às capacidades físicas: agilidade/equilíbrio dinâmico no decorrer do estudo. Sugere-se que sejam realizados mais estudos que abordem essa temática, visto que é uma área em crescimento devido ao grande contingente de idosos e por ser uma área ainda pouco pesquisada na Região Nordeste.

**PALAVRAS-CHAVE:** Qualidade de Vida, Atividade Física, Envelhecimento.

**FOMENTO:** Fabesp

# BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA UM PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM NA TERCEIRA IDADE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Cleidenaldo Augusto da Silva Santos

Talita Almeida Santos

Bartholomeu Rosario da Silva

*Universidade Estadual da Bahia*

[augustinhosenna@gmail.com](mailto:augustinhosenna@gmail.com)

Resumo: Trata-se de um relato de experiência realizado no centro de convivência Vovó Catu, no período de Abril de 2015, cujo objetivo é relatar os benefícios da ginástica localizada em um grupo de idosos sedentários do município de Saúde, interior da Bahia. Composta por aproximadamente 15 mil habitantes com poucas informações e práxis das atividades físicas na terceira idade. Contudo, a metodologia utilizada, foi um questionário aberto aplicado em trinta usuários, na faixa etária de 50 a 68 anos de idade, sendo que 25 sujeitos do sexo feminino e 5 do sexo masculino, esclarecimento sobre a importância da atividade física e os benefícios da ginástica localizada, aulas práticas e teóricas. Portanto a inserção das atividades físicas desenvolvidas foram aplicadas três vezes por semana, resultando em um bom desenvolvimento das habilidades motoras: coordenação, ritmo, equilíbrio, além de descontração que antes não existiam nesse público assistido. Bem como a percepção da autoestima que hoje está presente no seu cotidiano através da ginástica localizada. Sendo assim, o processo de envelhecimento é um fenômeno caracterizado pelas alterações corporais que dificultam a realização de atividades cotidianas e influenciam na qualidade de vida do sujeito. Neste sentido é através da ginástica localizada, e as atividades físicas em grupos que os idosos descobrem a si mesmo e o outro como sujeitos capazes de ir e vir dentro de uma sociedade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ginástica Localizada, Idoso, Qualidade de Vida.

# TEMPO DESPENDIDO EM ATIVIDADE FÍSICA DE LAZER MODERADA E VIGOROSA COMO CRITÉRIO DISCRIMINANTE DO NÍVEL DE ESTRESSE PERCEBIDO EM ADOLESCENTES

Gersiel Nascimento de Oliveira Júnior  
Camilo Luis Monteiro Lourenço  
Hugo Ribeiro Zanetti  
Edmar Lacerda Mendes

Universidade Federal do Triângulo Mineiro

junior.gersiel@hotmail.com

**Objetivo:** Selecionar os melhores pontos de corte do tempo despendido em atividade física de lazer (AFL) como critério discriminante do nível de estresse percebido ocasional (NEPO) em adolescentes. **Métodos:** Amostra composta por 831 adolescentes, 48 % rapazes com  $15,99 \pm 1,14$  anos e 52% moças com  $15,91 \pm 1,10$  anos. Foi verificado o tempo despendido em AFL por meio de questionário com 19 opções de AFL moderadas (AFLM) e AFL vigorosas (AFLV). A variável de classificação foi o NEPO, verificado a partir da pergunta “como você descreve o nível de estresse da sua vida?” cujas as opções de resposta foram “raramente”, “às vezes”, “quase sempre”, “excessivamente estressado”, sendo NEPO = “raramente” e “às vezes”. Na análise dos dados foram utilizados procedimentos de estatística descritiva (frequência, média e desvio padrão) e curvas ROC complementadas por valores de sensibilidade e especificidade, adotando-se área sob a curva ( $AUC > 0,50$ ) e  $p < 0,05$ . **Resultados:** Apenas o tempo semanal despendido em AFLM igual ou superior a 52,5 (sensibilidade = 52%; especificidade = 61%;  $AUC = 0,64$ ;  $p < 0,001$ ) minutos para os rapazes demonstrou ser discriminante para NEPO. AFLM e AFLV não apresentaram poder discriminatório do NEPO para moças. **Conclusão:** Um tempo mínimo de aproximadamente 60 minutos de AFLM parece ser necessário para que rapazes percebam um menor nível de estresse. No entanto, recomenda-se para a população jovem um mínimo de 300 min de atividades físicas moderadas a vigorosas para se alcançar benefícios em saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Estresse Psicologico, Adolescentes.

**FOMENTO:** PIBIC/CNPq; CAPES/DS

# EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO SOBRE OS PARÂMETROS MORFOLÓGICOS E FUNCIONAIS DOS POLICIAIS MILITARES DA COMPANHIA INDEPENDENTE DE TRÂNSITO DA CIDADE DE PORTO VELHO, RO

Luis Gonzaga de Oliveira Gonçalves  
Luciano Nunes de Macedo  
Josivana Pontes dos Santos  
Edson dos Santos Farias

Universidade Federal de Rondônia

[luisgonga@yahoo.com.br](mailto:luisgonga@yahoo.com.br)

**Objetivo:** o estudo teve como objetivo verificar o efeito do exercício físico sobre os parâmetros funcionais e morfológicos dos policiais militares da Companhia Independente de trânsito durante o primeiro semestre de 2014. **Método:** Amostra foi composta de 35 policiais militares, divididos em dois grupos com pareamento masculino (18) e feminino (17), na faixa etária entre 24 a 50 anos de idade, sem grupo controle. Trata-se de estudo de intervenção com pré e pós-teste, com seis meses de duração (duas sessões semanais, em dias alternados), com um programa de exercício físico monitorado. Avaliação morfológica foi: peso, estatura, índice de massa corporal e percentual de gordura, a Funcional: corrida de cooper de 12', flexibilidade, consumo máximo de oxigênio ( $VO_2$ ) e força de braço e abdome. **Resultados:** na comparação entre os grupos da 1ª para a 2ª avaliação ocorreu apenas alterações na flexibilidade dos homens ( $p>0,05$ ). No grupo dos homens ocorreu melhora no peso e força do abdome, nas mulheres a corrida, força do abdome e  $VO_2$  máx ( $p<0,05$ ). **Conclusão:** o exercício físico monitorizado resultou em parte na melhora e manutenção das variáveis morfológicas e funcionais dos policiais militares.

**PALAVRAS-CHAVE:** Exercício Físico, Aptidão Física, Policiais.

# BASES EPISTEMOLÓGICAS DA EDUCAÇÃO FÍSICA E A PSICOMOTRICIDADE NA APRENDIZAGEM INFANTIL: UMA EXPERIÊNCIA DE OBSERVAÇÃO NO CONTEXTO ESCOLAR

Ediame Mendes Teixeira

Universidade do Estado da Bahia

[anemendescba@hotmail.com](mailto:anemendescba@hotmail.com)

**Objetivo:** O presente estudo objetiva discutir aspectos das bases epistemológicas da Educação Física sobre o olhar da Psicomotricidade a partir de uma experiência de observação no contexto escolar, aliada as contribuições das teorias levantadas durante o segundo bloco do Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade do Estado da Bahia – UNEB DEDC XII. **Método:** O embasamento na perspectiva da Psicomotricidade é relevante na formação do profissional de Educação Física uma vez que este terá contato com a criança em idade escolar, podendo contribuir significativamente para o crescimento psíquico motor da criança de maneira completa e contínua sem pular etapas. Apresentamos autores que discorrem a respeito do tema, dentre eles citamos Jean Le Boulch (1988) que considera a Psicomotricidade fundamental na formação individual e na aprendizagem e conseqüentemente no fortalecimento, psíquico, afetivo e cognitivo. **Resultados:** Nessa perspectiva, a questão central do estudo esteve voltada para a observação no contexto escolar focada no desenvolvimento da Psicomotricidade como fator importante na formação do aluno e as relações com as bases epistemológicas da Educação Física. Para tanto, o trabalho consistiu numa observação de campo numa escola da rede municipal de Guanambi/BA que buscou dados para discutir a temática em questão, que vem ao longo dos tempos contribuindo para as reflexões a cerca do desenvolvimento da criança e do processo de consciência corporal dentro da Educação Física.

**PALAVRAS-CHAVE:** Infância, Psicomotricidade, Desenvolvimento Humano .

# IMPACTO DE DIFERENTES MÉTODOS DE TREINAMENTO DE FORÇA NA ÁREA MUSCULAR, FORÇA E COMPOSIÇÃO CORPORAL DE INDIVÍDUOS DESTREINADOS

Rubens Vinícius Letieri  
Messias Bezerra de Oliveira  
Francisco Jeci de Holanda  
Francisco Cristiano da Silva Sousa  
Tadeu de Almeida Alves Junior  
Jose Airton de Freitas Pontes Junior

Faculdade Católica Rainha do Sertão

[rubens.letieri@gmail.com](mailto:rubens.letieri@gmail.com)

O treinamento de força tem sido amplamente investigado nas últimas décadas, com múltiplos objetivos e situações diferentes. A força muscular e composição corporal têm grande relevância na saúde e bem-estar em todas as fases da vida. Neste sentido, o presente estudo teve como objetivo avaliar o impacto de diferentes métodos de contração muscular na força, composição corporal e área muscular em indivíduos não treinados. **Método:** O estudo teve a participação de nove indivíduos, divididos aleatoriamente em dois grupos, G1 que fazia movimento de contração concêntrica rápida e excêntrica lenta e G2 movimento de contração concêntrica lenta e excêntrica rápida. A pesquisa teve duração de 10 semanas sendo que 2 semanas foram destinadas para avaliação de composição corporal (bioimpedância tetrapolar); força muscular (1RM) e área muscular indireta. **Resultados:** As variáveis que apresentaram diferenças estatísticas foram G1: 1RM Supino reto ( $p < 0,05$ ), Área Muscular do Braço ( $\text{cm}^2$ ) ( $p < 0,05$ ); Na variável gordura corporal não houve diferenças nos dois grupos ( $p > 0,05$ ) e ( $p > 0,05$ ) no G1 e G2, respectivamente. **Conclusão:** Os estímulos progressivos do treinamento de força realizados de uma a duas vezes por semana pode não ser muito efetivo para estimular progressivamente os aumentos contínuos na força máxima, apesar de se observar ganhos relativos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Treinamento de Resistência, Composição Corporal, Contração Muscular.

# INFLUÊNCIA AGUDA DE DIFERENTES EXERCÍCIOS DE FLEXIBILIDADE NA POTÊNCIA DE MEMBROS INFERIORES DE HOMENS

Messias Bezerra de Oliveira  
Rubens Vinícius Letieri  
Francisco Jeci de Holanda  
Francisco Cristiano da Silva Sousa  
Tadeu de Almeida Alves Junior  
Jose Airton de Freitas Pontes Junior

Faculdade Católica Rainha do Sertão

[messiasoliveira.edff@gmail.com](mailto:messiasoliveira.edff@gmail.com)

O presente estudo teve como objetivo verificar o efeito agudo do treinamento de flexibilidade na potência de membros inferiores. **Metodologia:** Participaram do estudo 18 homens, alocados aleatoriamente em 3 grupos, Treino de Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva (TFNP), Ativo (TA) e Passivo (TP). Para verificar a potência nos membros inferiores foi utilizado o SARGENT JUMP TEST antes e após a intervenção. **Resultados:** O Teste T de student para amostras pareadas foi aplicado, o qual comparou os valores do Salto Vertical antes e após o treino de flexibilidade. Todos os grupos apresentaram redução no desempenho do salto vertical, no entanto os resultados foram significativos apenas nos grupos TA ( $p < 0,05$ ), TP ( $p < 0,05$ ). No grupo TFNP, os valores não foram significativos ( $p > 0,05$ ) **Conclusão:** No presente estudo pôde-se verificar que o treinamento de flexibilidade exerceu influência no desempenho da potência muscular de membros inferiores, sendo que, o treinamento de facilitação neuromuscular proprioceptiva promoveu índices menores de redução média na altura do salto.

**PALAVRAS-CHAVE:** Exercícios de Alongamento Muscular, Fusos Musculares, Força Muscular.

# EFEITOS DE UM PROGRAMA DE HIDROGINÁSTICA NA MASSA CORPORAL E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE MULHERES IDOSAS

Edna Maria Silva Araújo  
Jefferson Fernando Coelho Rodrigues Júnior  
Gustavo Sousa Evangelista  
Vilton Emanoel Lopes de Moura e Silva  
Josemiro Teixeira Lima  
Vânia Silva Macedo Orsano

Universidade Federal do Piauí

ed.galega@hotmail.com.br

**Objetivos:** Analisar a influência da hidroginástica sobre a composição corporal de mulheres idosas. **Metodologia:** Participaram 13 mulheres sedentárias com idade  $60 \pm 9,4$  anos e  $1,51 \pm 0,1$  cm. As voluntárias participaram de aulas de hidroginástica por um período de seis meses, as aulas eram realizadas duas vezes na semana com duração de 50 minutos com intensidade de leve a moderada, sendo trabalhados todos os grupos musculares. Foi realizada uma avaliação física e coletado o peso e a estatura no início e no final do treinamento. Os dados foram analisados pela média e desvio padrão utilizando o Microsoft Excel 2010. **Resultados:** Dentre as avaliadas, todas obtiveram alteração na massa corporal com valores antes do treinamento de  $65,8 \pm 8,2$  kg e após o treinamento de  $64,2 \pm 8,5$  kg mostrando uma diminuição de 2,5% e índice de massa corporal (IMC) antes do treinamento de  $35,4 \pm 4$  kg/m<sup>2</sup> e após o treinamento de  $34,5 \pm 4,3$  kg/m<sup>2</sup> com redução de 2,6%. **Conclusão:** A partir dos resultados apontados pode se dizer que a hidroginástica é eficaz para a manutenção da massa corporal e controle do IMC em mulheres idosas em médio prazo com um baixo volume de treinamento.

**PALAVRAS-CHAVE:** Composição Corporal, Exercício, Sedentarismo.



# DESEMPENHO MOTOR DE ALUNOS DO PROGRAMA SESI ATLETA DO FUTURO/RO

Imanuel Prado Ferreira  
Wellington Nascimento Moura  
Paulo Roberto Quadros Junior  
Edson dos Santos Farias  
Savanelle Arotirene Tavares Rocha  
Luis Gonzaga de Oliveira Gonçalves

*Secretaria do Estado de Educação, Secretaria de Estado da Educação/seduc, Sesi- Serviço Social da Indústria, Universidade Federal de Rondônia*

[imanuelodarp@hotmail.com](mailto:imanuelodarp@hotmail.com)

O projeto Sesi Atleta do Futuro procura otimizar suas ações de iniciação esportiva para que os adolescentes consigam desenvolver suas habilidades obedecendo as características de cada faixa etária. O objetivo deste trabalho foi verificar o desempenho motor em adolescentes do sexo masculino participantes do programa Sesi Atleta do Futuro no município de Vilhena/RO em 2013. A amostra foi de 56 alunos - faixa etária entre 11-16 anos, modalidades de futebol e futsal. Os alunos foram submetidos aos testes de Velocidade (Corrida de 20 metros) e Agilidade (Teste do Quadrado). Na análise das informações utilizou-se a estatística descritiva, porcentagem. Os resultados foram os seguinte: velocidade - Muito Fraco - 29%; Fraco - 12%; Razoável - 27%; Bom - 21%; e Muito Bom - 11%. Na agilidade: Muito Fraco - 45%; Fraco - 21%; Razoável - 18%; Bom - 11%; e Muito Bom - 05%. Conclui-se que nas variáveis mensuradas observa-se um grande número de adolescente com níveis inadequados, podendo-se inferir uma não eficiência na aplicabilidade das atividades desenvolvidas, o que requer atenção especial do professor responsável na planificação das aulas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Coordenação Motora, Maturidade, e Desenvolvimento.

**FOMENTO:** GPMOSOS - Grupo de Pesquisa em Motricidade Humana, Sociedade e Saúde

# CAPACIDADE FUNCIONAL ASSOCIADA À PRÁTICA DO EXERCÍCIO FÍSICO EM IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Andressa de Oliveira Araújo  
Jerfferson Evando Feitosa Martins  
Jessica Raisa Lima Oliveira

*Uneb (Universidade do Estado da Bahia),  
Uneb (Universidade do Estado da Bahia),  
Uneb (Universidade do Estado da Bahia),  
Universidade Federal de Rondônia,  
Secretaria de Estado da Educação/seduc,  
Universidade Federal de Rondônia - Unir*

[a.arajoo@hotmail.com](mailto:a.arajoo@hotmail.com)

**Objetivo:** Analisar através de revisão sistemática a capacidade funcional associada à prática do exercício físico em idosos. **Métodos:** Trata-se de um estudo de revisão sistemática realizado nas bases de dados Bireme e Periódico CAPES com os seguintes descritores: Seniors, Physical exercise e functional capacity. As buscas foram realizadas entre 01 a 05 de setembro de 2015, sendo inclusos artigos originais feitos com idosos nos últimos cinco anos. **Resultados:** Inicialmente foi identificado por meio dos descritores 627.668 artigos, destes 3.663 foram selecionados através da interlocução das palavras-chave por meio do operador booleano “and”. Após a inserção dos critérios de inclusão foram selecionados 371 ensaios, destes 9 foram escolhidos para a leitura na íntegra, sendo 4 artigos incluídos nesta revisão. Observou-se que o processo de envelhecimento causa perdas significativas da capacidade funcional do indivíduo, interferindo, portanto, nas atividades de vida diária (AVD) e nas atividades instrumentais de vida diária (AIVD). Segundo Lima e Cardoso (2013), programas de exercício físico pode proporcionar, durante o processo de envelhecimento, uma série de efeitos benéficos na independência funcional, o que vem acarretar uma melhora na qualidade de vida, nas atividades da vida diária e obtendo uma melhora nas capacidades coordenativas e manuais desses indivíduos. **Conclusão:** A manutenção da capacidade funcional na terceira idade é de suma importância para obtenção de uma melhor qualidade de vida, sendo o exercício físico um fator decisivo para o mesmo. Entretanto, estudos de campos que evidencie essa temática precisam ser ampliados para que futuras intervenções nesse público sejam corretamente efetivadas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Seniors, Physical Exercise, Functional Capacity.

**FOMENTO:** FAPESB

# MOTIVAÇÃO E AUTOESTIMA EM IDOSOS ATIVOS PARTICIPANTES DE PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA MULTICOMPONENTE

Leomir Barros Coutinho de Melo  
Ian Thiago de Lima Barbosa  
Renata Ranielle Claudino da Silva  
Wanderson Rafael da Silva Gonçalves  
Vailson José Gomes Júnior  
André dos Santos Costa

Universidade Federal de Pernambuco

leomirbcm3@gmail.com

**Objetivo:** Avaliar a motivação e autoestima para a prática de atividade física em idosos ativos participantes de um projeto de extensão. **Método:** A amostra foi composta por 28 idosos, faixa etária  $67,0 \pm 4,5$  anos, participantes de oito semanas de um programa de atividade física multicomponente, realizada duas vezes por semana com duração de 60 minutos cada sessão. A motivação foi avaliada por meio do inventário de motivação para a prática regular de atividades físicas (IMPRAF-54) e a autoestima foi mensurada pela escala de avaliação da autoestima de Rosenberg (1965). Utilizou-se da análise descritiva e da classificação por percentil para classificação das variáveis investigadas. **Resultado:** Em relação à motivação foram observados que as dimensões saúde, prazer e controle do estresse são os fatores mais pontuados, enquanto que sociabilidade, estética e competitividade foram os fatores menos pontuados, comparando com os escores dos valores normativos, contribuindo para uma maior adesão à prática de exercícios físicos. Embora o grupo inicialmente tenha sido classificado, em sua maioria, com muito boa (60,7%) e boa (39,3%) autoestima, pode-se observar após o período avaliado elevação nestes percentuais, como 67,9% e 32,1% sendo classificadas como tendo muito boa e boa autoestima, respectivamente. **Conclusão:** As dimensões saúde, prazer e controle do estresse foram considerados mais relevantes para o grupo investigado, quando se trata da motivação para a prática regular de atividades físicas e a autoestima, mesmo elevada, sofreu influência positivamente após o período de oito semanas de atividade física multicomponente em idosos ativos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Motivação, Autoestima, Atividade Física.

# PREVALÊNCIA DE OBESIDADE EM ADULTOS E OS NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Douglas Borges e Silva de Araújo  
Sidnei Luiz Reis de Lima  
Lucas da Silva Santos  
Luiz Carlos Vieira Santos  
Lucas Lopes da Silva

Universidade do Estado da Bahia

speeddouglas1@hotmail.com

**Objetivo:** Verificar qual a prevalência de obesidade em adultos e os níveis de atividade física através de uma revisão sistemática realizada nas bases de dados do Scielo e PubMed..

**Métodos:** Realizou-se estudo de artigos de revisão sistemática, a partir de buscas realizadas nas bases de dados do Scielo e Periódicos CAPES entre os dias 15 de abril e 26 de maio de 2015, por meio dos descritores: Prevalência, Obesidade, Atividade Física. Nesse estudo, adotou-se como critérios de inclusão: artigos nacionais publicados de 2005 a 2015, textos completos e disponíveis gratuitamente. Mediante a pesquisa permitiu encontrar. **Resultados:** Os instrumentos de pesquisa foram similares entre os estudos, já que a avaliação antropométrica esteve presente em todos os artigos. Todos utilizaram o cálculo do índice de massa corporal (IMC), sendo que alguns acrescentaram dobra cutânea subescapular e o outros utilizou-se do questionário sócio-demográfico. O fator socioeconômico pode determinar ou não o excesso de peso nessa população, estudos apontam o aumento desordenado de obesos sedentários não praticantes de atividade física. **Conclusão:** Devido os fatores e à preocupação da Organização Mundial da Saúde (WHO) com relação ao aumento do índice da obesidade em adultos, podemos perceber que há um número baixo de artigos de pesquisa de campo, publicados no Brasil nos últimos 5 anos disponíveis nas bases de dados selecionadas. Dos artigos encontrados, constatou-se que 7 concentraram seus estudos na região sul do país, e 3 na região nordeste. Por fim percebe-se a importância do profissional de educação física intervindo no sedentarismo e obesidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Prevalência, Obesidade, Atividade Física.

# PERCEPÇÃO DA INFLUÊNCIA DAS ATIVIDADES FÍSICAS NA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS

Natasha Ciliane de Jesus Rodrigues Martins Moraes

Universidade do Estado da Bahia

natciliane@hotmail.com

**Objetivo:** Este trabalho buscou caracterizar o perfil sócio-demográficos, bem como descrever a percepção sobre a influência das atividades físicas na qualidade de vida de idosos participantes do grupo da melhor idade, promovido por uma igreja da periferia do município de São Luis, Maranhão. **Método:** Constitui-se em um estudo descritivo-exploratório realizado em junho de 2015, por meio de entrevista semi-estruturada junto a 37 idosos assistidos no grupo. **Resultados:** Houve predominância de indivíduos do sexo feminino (86,5%), com idade inferior a 70 anos (91,9%), casados (45,9%), aposentados (68,2%), que moram com a família (95,6%). A maior parte dos idosos (94,5%) refere que as atividades favorecem sua saúde física e emocional, além de proporcionarem bem estar, (27%) declararam que apesar dos benefícios, tem receio de sofrer algum tipo de fratura ao realizarem atividades. **Conclusão:** Conclui-se que, além de levar a uma melhor condição física, as atividades proporcionam contatos sociais e melhorias no aspecto emocional e na qualidade de vida. Ressalta-se a necessidade de mais iniciativas públicas e sociais voltadas à prática de atividade física na terceira idade e da importância da informação na desmistificação dos impactos desta sobre a saúde e qualidade de vida do idoso.

**PALAVRAS-CHAVE:** Idoso, Qualidade de Vida, Atividade Física.

# INCIDÊNCIA DE QUEDAS E BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Talita Almeida Santos  
Sidnei Luiz Reis de Lima  
Cleidenaldo Augusto da Silva Santos  
Jessica Raisalima Oliveira

Universidade do Estado da Bahia

[talitalmeidamirian@hotmail.com](mailto:talitalmeidamirian@hotmail.com)

**Objetivo:** Analisar por meio de revisão sistemática os benefícios da atividade física, na prevenção de quedas em idosos. **Métodos:** Foram selecionados artigos publicados nas bases de dados Lilacs, Scielo, Periódicos CAPES, com os seguintes descritores: qualidade de vida, idoso, exercício físico, utilizou-se dos seguintes critérios de inclusão, artigos em português, e publicados entre 2010 e 2015. **Resultados:** Por meio das buscas foram encontrados inicialmente 52 artigos, que após passar pelo processo de sistematização, e seleção ficaram para análise final, 07 artigos na íntegra, com a análise temática notou-se que, após a aplicação de um programa de Atividade Física, constatou-se uma melhora no equilíbrio e uma redução na incidência de quedas, além de proporcionar uma maior autonomia para os idosos (LUSTOSA, 2010). **Conclusão:** Observou-se uma melhora significativa na qualidade de vida destes indivíduos, à Atividade Física diária e uma alimentação balanceada são de fundamental importância, que implica de forma determinante no processo da perspectiva e qualidade de vida, mediante a um programa de exercício que aumente expressivamente a força, além de regular o peso corporal, melhorando a locomoção, e proporcionando um maior equilíbrio. Desta forma a prática regular de Atividade Física, tende a proporcionar diversos benefícios, dentre eles, uma melhor condição de saúde, maior resistência muscular e uma menor incidência de quedas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Qualidade de Vida, Idosos, Exercício Físico.

**FOMENTO:** FAPESB

# CAPACIDADE FUNCIONAL ASSOCIADO A PRÁTICA DA HIDROGINÁSTICA EM SUJEITOS IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Jessica Raisa Lima Oliveira  
Jerfferson Evando Feitosa Martins  
Andressa de Oliveira Araújo  
Talita Almeida Santos  
Juliane Rosa de Oliveira

Uneb (Universidade do Estado da Bahia)

[jessicaraisa2014.1@hotmail.com](mailto:jessicaraisa2014.1@hotmail.com)

**Objetivo:** Analisar através de revisão sistemática a capacidade funcional associado a prática da hidroginástica em sujeitos idosos. **Métodos:** trata-se de um estudo de revisão sistemática realizado nas bases de dados Bireme e Periódico CAPES com os seguintes descritores: Idoso, Hidroginástica e Qualidade de vida. As buscas foram iniciadas entre 28 de agosto a 09 de setembro de 2015, sendo os critérios de inclusão artigos de campo, artigos em português, há cinco anos e com sujeitos idosos. **Resultados:** Inicialmente foram encontrados por meio das palavras-chaves 2.866.887 artigos, destes 63.001 artigos, foram selecionados por meio do operador booleano “and”. Após a inserção dos critérios de inclusão, possibilitou encontrar 322 artigos, após a leitura dos títulos sobraram 28 artigos, destes, 10 foram selecionados após a leitura dos resumos, onde restaram 3 artigos selecionados para este estudo. Observou-se que o processo de envelhecimento causa perdas na capacidade funcional do idoso, resultando na interferência de atividades físicas diárias. Segundo Simões, Junior e Moreira, 2011, idosos que praticam hidroginástica apresentam ter mais disposição, sentir-se bem, diminuição de dores e mostraram-se mais felizes. Estudo realizado por Quadros, Dias e Marques, aponta que os idosos que pratica hidroginástica apresentaram ter boa/muito boa qualidade de vida devido a hidroginástica. **Conclusão:** A hidroginástica é um fator importante para manutenção da saúde e da capacidade funcional do idoso. Contudo, estudos com essa temática precisam ser mais pesquisados para que intervenções sejam mais realizadas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Idoso, Hidroginástica, Qualidade de Vida.

# A PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO E A REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Vandelma Silva Oliveira Rios

Uneb (Universidade do Estado da Bahia)

[vandelmarios@hotmail.com](mailto:vandelmarios@hotmail.com)

**Objetivo:** O objetivo deste estudo foi o de verificar a relação entre a prática de exercício físico e a reabilitação cardiopulmonar. **Métodos:** Trata-se de um estudo de revisão sistemática, com buscas realizadas no período de 09 e 10 de setembro de 2015, das 15:00 as 20:00 horas nas seguintes bases de dados: PubMed, e Scielo, utilizando os descritores: Treinamento, exercício físico e cardiopulmonar. Foram criados os seguintes critérios de inclusão para seleção dos textos: Até cinco anos de publicação, sendo pesquisa de campo, escritos em Português ou inglês. **Resultados:** Os resultados apontaram que entre os benefícios do treinamento físico para a reabilitação cardiopulmonar, estão incluídos a diminuição da dispnéia, a melhoria da qualidade de vida, menor tempo de hospitalização, entre outros. **Conclusão:** Conclui-se a partir dos artigos analisados que um programa de exercícios físicos para a reabilitação cardiopulmonar é eficaz, principalmente para ajudar o sujeito a manter seus níveis de aptidão física adequados e que um programa de exercícios físico bem estruturado pode proporcionar mudanças positivas nos hábitos dos indivíduos. Ressaltamos ainda, a importância de novos estudos na área para a constante atualização desse tema que é de suma importância para a sociedade de forma geral.

**PALAVRAS-CHAVE:** Treinamento, Exercício Físico, Cardiopulmonar.

**FOMENTO:** Não há agência de fomento



# ALTERAÇÕES NO ESTILO DE VIDA DOS ALÚNOS PARTICIPANTES DO “PROJETO BASQUETEBOL-SAÚDE” (EDITAL PROEX 02/2014), DO INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO CIÊNCIA E TECNOLOGIA (IFBA) - CAMPUS SALVADOR

Marcela Mota Freitas  
Luiz Alberto Bastos de Almeida

Instituto Federal da Bahia

[profmarcelafreitas@yahoo.com.br](mailto:profmarcelafreitas@yahoo.com.br)

**Objetivo:** Avaliar alterações no estilo de vida dos alunos participantes do Projeto de Extensão “Basquetebol-Saúde” do IFBA. **Método:** Amostra composta de 28 indivíduos, 22 do sexo masculino e 6 feminino, faixa etária de 15 a 21 anos. O instrumento utilizado foi o Pentáculo do Bem Estar (NAHAS, 2000), composto por 5 fatores (Nutrição (N), Atividade Física (A.F), Relacionamento Social (R.S), Comportamento Preventivo (C.P), Controle de Stress (C.S)), sendo 3 questões por fator podendo ser respondida na escala de 0 a 3. Considera-se perfil negativo (scores 0 e 1) ou perfil positivo (scores 2 e 3). Caracterizou-se estilo de vida positivo e saudável quanto maior a soma por fator e somatório geral variando de 0 a 9 e 0 a 45, respectivamente. As medidas foram coletadas em maio e dezembro de 2014 considerando início e final do projeto. Análise dos dados utilizou-se a análise descritiva. **Resultados:** A amostra caracteriza-se com média de idade (anos) 16,10 ( $\pm$  1,49). Nos 5 fatores e somatório geral do Pentáculo do Bem Estar (S.G) o grupo apresentou as respectivas médias pré/pós participação no projeto: N- 5,1/5,1, A.F- 6,1/7,5, C.P- 6,4/7,8, R.S- 7,3/7,8, C.S- 6,3/8,0, S.G- 31,2/36,2. **Conclusão:** Além de alterações positivas no fator atividade física, o grupo demonstrou tendência favorável no comportamento preventivo, controle do stress e relacionamento. O único aspecto que não registrou alterações positivas foi a Nutrição, necessitando de intervenções futuras. No geral, o programa “Basquetebol-Saúde” exerceu influências no estilo de vida dos participantes apresentando tendência favorável à melhoria da saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estilo de Vida, Esporte, Basquetebol.

# ANÁLISE DO TEMPO DE REAÇÃO SIMPLES DE IDOSAS PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOS: UM ESTUDO PILOTO

Thuane Lopes Macedo  
Kátine Marchezan Estivalet  
Sara Teresinha Corazza

Universidade Federal de Santa Maria

[thuanelopesmacedo@hotmail.com](mailto:thuanelopesmacedo@hotmail.com)

**Objetivo:** Mensurar o tempo de reação simples (TRS) de idosas ativas que praticam regularmente atividades manuais e comparar com idosas também ativas que não praticam atividades manuais. **Método:** O grupo de estudo constituiu-se de 12 mulheres, sendo o Grupo de Exercício com Atividades Manuais (GEAM) composto por 6 sujeitos ( $65,95 \pm 4,73$  anos) e o Grupo Exercício (GE) também com 6 sujeitos ( $69,45 \pm 4,95$  anos). Para mensurar a capacidade do TRS utilizou-se o Teste RT, do Sistema de Testes de Viena, pelas versões S1 (estímulo visual - EV) e S2 (estímulo auditivo - EA) sendo apresentados 28 estímulos para cada versão. As atividades manuais foram identificadas através de um questionário formulado para esta pesquisa onde foi perguntado se a avaliada praticava regularmente alguma atividade manual, em casos positivos qual (ais) atividade (s). Para análise dos dados fez-se uso de estatística descritiva. **Resultados:** No GEAM o TRS-EV apresentou valores absolutos entre 233-452 milésimos de segundo (ms) e TRS-EA entre 177-343ms. No GE observou-se no TRS-EV, resultados entre 269-508ms e no TRS-EA entre 214-301ms. Ao comparar as médias dos grupos, o GEAM apresentou um escore menor, ( $321,50 \pm 74,11$ ms), do que GE ( $359,50 \pm 85,89$ ms) no TRS-EV. Quanto ao TRS-EA o GEAM ( $262,83 \pm 60,94$ ) o GE ( $257,83 \pm 29,36$  ms) apresentaram pouca diferença entre seus resultados. **Conclusão:** Observa-se uma influência positiva no TRS-EV em idosas que realizam atividades manuais em exercícios de coordenação olho-mão. Esta relação gera benefícios na realização das atividades cotidianas, contudo torna-se essencial a ampliação do número de sujeitos testados para darmos mais sustentação a estas informações e resultados.

**PALAVRAS-CHAVE:** Tempo de Reação, Exercício Físico, Idoso.

# IMPLICAÇÕES DA ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA EM BRASILEIROS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Rodolfo Teixeira Rocha  
Sidnei Luiz Reis de Lima  
Josimere Silva Almeida

Universidade do Estado da Bahia

dolfometalico@hotmail.com

**Objetivo:** Investigar por meio de revisão sistemática a qualidade de vida em praticantes de atividade física, em indivíduos brasileiros, discutindo suas implicações para a saúde desses investigados. **Método:** Realizaram-se buscas nas seguintes bases de dados: Scielo, Lilacs e Sites. No período de 10 de Agosto a 10 de Setembro de 2015. Utilizou-se dos seguintes descritores: Qualidade de vida, Atividade Física, População, Brasileiros. Criamos os seguintes critérios de inclusão para a seleção dos textos: ano de publicação de 2005 a 2010, Sites que façam relação com a temática para referenciar, artigo de pesquisa de campo e artigos originais, artigos publicados no Brasil, artigos que debatem sobre a problemática. O resultado da busca, permitiu selecionar, 55 na busca inicial e 3 como resultado final. **Resultados:** Percebeu-se de maneira geral que os indivíduos investigados praticantes de atividade física em reabilitação muscular, gestantes, idosos, adultos ou para combater doenças crônicas, teve um resultado significativo bom, a alta estima elevada e com a qualidade de vida consideravelmente boa. Onde os investigados foram submetidos aos mesmos testes como aptidão física, questionários e apenas dois utilizou de amostras de urina. **Conclusão:** Certificou-se da importância e acompanhamento do professor de Educação Física na recuperação e na melhoria da qualidade de vida do indivíduo que determinou a atividade física como objetivo determinante na recuperação ou promoção de sua saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Qualidade de Vida, Brasileiro.

# EFEITO DO TREINAMENTO COMBINADO SOBRE A FLEXIBILIDADE DO OMBRO E FORÇA MUSCULAR DE MULHERES PÓS- MASTECTOMIZADAS

Franciléia Andrade Lima  
Jurema Gonçalves Lopes de Castro Filha  
Andrea Dias Reis  
Laissa Lima da Costa  
Bianca Trovello Ramallo  
Richard Diego Leite

Universidade Federal do Maranhão

fran\_cian@hotmail.com

O objetivo do presente estudo foi avaliar o efeito do treinamento combinado de 12 semanas na melhora da flexibilidade do ombro e força muscular de mulheres pós-mastectomizada. Participaram do estudo 13 mulheres com média de idade de  $47,23 \pm 7,74$  anos, massa corporal  $57,63 \pm 8,36$ kg e estatura de  $154,18 \pm 6,15$ cm, pós mastectomizada em tratamento de radioterapia, quimioterapia, hormônioterapia ou em acompanhamento do Hospital do Câncer Aldenora Belo na cidade de São Luís - MA. O programa de exercício combinado consistiu em 30 minutos exercício aeróbio e 30 minutos de exercício resistido com três sessões semanais durante 12 semanas. Foi avaliada a flexibilidade do ombro das pacientes com o aparelho flexímetro da marca Sanny®. Para realizar o teste de medida da força de preensão manual foi utilizado o dinamômetro manual (Jamar Sammons Preston). No que se refere a flexibilidade do ombro o movimento de abdução horizontal do ombro direito apresentou diferença significativa maior no momento pós-treinamento ( $p=0,0009$ ), os demais movimento de ombro não foi observada diferença estatística significativa. Em relação a força de preensão manual e força relativa foi observada diferença significativa maior na em ambos os lados. Força de preensão manual: lado direito ( $p=0,0001$ ) e lado esquerdo ( $p=0,0035$ ) no momento pós-treinamento. Força relativa: lado direito ( $p=0,0007$ ) e lado esquerdo ( $p=0,0056$ ) momento pós-treinamento. Portanto, o programa de treinamento combinado de 12 semanas melhorou a amplitude de movimento da abdução horizontal do ombro direito e a força muscular de mulheres pós mastectomizadas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Câncer de Mama, Mastectomia, Exercício .

# BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO RESISTIDO PARA MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA EM ADULTOS VIVENDO COM HIV/AIDS

Daiane Henrique Alves da Cunha  
Juan Carlos Freire  
José Luiz Silva de Moura  
José Deivison de Souza  
André dos Santos Costa  
Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho

Universidade Federal de Pernambuco

dayanne005@hotmail.com

Identificar e avaliar os efeitos benéficos do treinamento resistido em portadores de HIV/AIDS. A amostra foi constituída por 26 indivíduos portadores de HIV/AIDS, que participam do projeto de pesquisa no departamento de Educação Física da UFPE todos provenientes de uma parceria com a GTP+. A metodologia utilizada para a aplicação do treinamento resistido foi coletada através de dois métodos de treinos com duas series A (segmentado) e B (alternado por segmento), onde tiveram três sessões de treinos semanais nas segundas, quartas e sextas, tendo um total de 12 treinos mensais durante seis meses. Os indivíduos que fizeram parte da pesquisa passaram por dois meses de adaptabilidade para a realização dos exercícios. 96,2% afirmaram que tiveram melhora no sistema locomotor, 3,8% no sistema nervoso e quanto a melhora da qualidade de vida 92,3% afirmaram que tiveram melhora e 7,7% não apresentaram melhora. Podemos concluir que o treinamento resistido apresentou grandes benefícios quanto a melhora na qualidade de vida dos indivíduos, sendo ainda identificados efeitos bastante significativos no domínio do comportamento humano motor, no ganho de força muscular, no aumento da massa magra, melhor proporção estética, melhora na aptidão cardiovascular e fortalecimento do sistema imunológico.

**PALAVRAS-CHAVE:** Exercício Físico, Treinamento de Resistido, Benefícios.

# EFEITO DE UM PROGRAMA DE CAMINHADA NO RISCO CINTURA QUADRIL DE ADULTOS E IDOSOS ATENDIDOS EM UNIDADES SAÚDE DA FAMÍLIA DE SÃO CARLOS, SP

Grace Angélica de Oliveira Gomes  
Mariana Fornazieri  
Natalia Caroline Cerri  
José Marques Novo Jr  
Leonardo Moreira Vieira  
Alex Antonio Florindo

Universidade Federal de São Carlos

[graceaogomes@yahoo.com.br](mailto:graceaogomes@yahoo.com.br)

A Política de Atenção Básica (AB) de Saúde preconiza que atividade física (AF) é uma importante estratégia de prevenção de doenças cardíacas. No entanto, existem poucos estudos que analisam intervenções com AF em Unidades Saúde da Família (USF) que atendem locais de alta vulnerabilidade social. **Objetivo:** Analisar o efeito da participação em um programa de caminhada (PC) no Risco Cintura Quadril (RCQ) de adultos e idosos atendidos em USF. **Método:** Estudo quase experimental, não controlado desenvolvido no município de São Carlos, SP em 2014. Participaram do estudo 35 sujeitos (50,3 ±15,2 anos; 92% mulheres) moradores nas áreas de abrangência de duas USF pertencentes à um contexto de alta vulnerabilidade. Caminhada supervisionada foi oferecida quatro vezes por semana, com duração de 60 minutos, durante seis meses, além de ações educativas de mudança de comportamento mensais. Medidas de cintura e quadril foram avaliadas no momento pré (T1) e pós intervenção (T2), resultando na medida Risco Cintura Quadril (RCQ). Foram realizados análise descritiva e teste de McNemar. **Resultados:** No momento T1 3%, 11% e 86% apresentaram RCQ moderado, alto e muito alto respectivamente. No momento T2 17% dos sujeitos foram classificados como baixo risco, 31% como moderado, 43% como alto e 9% como muito alto. Os participantes classificados em “baixo a moderado” e “alto ou muito alto” apresentaram diferenças estatisticamente significantes quando comparados nos momentos T1 e T2 ( $p=0,000$ ). **Conclusão:** A participação no programa de caminhada apresentou efeitos positivos na redução de risco cardiovascular, mostrando-se uma estratégia eficaz de promoção de saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Exercício, Atenção Primária à Saúde, Pobreza.

**FOMENTO:** FAPESP

# BENEFÍCIOS E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS APÓS UM PROGRAMA DE TREINAMENTO DE FORÇA E AERÓBIO

José Deivison de Souza  
José Luiz Silva de Moura  
Daniel Santos Nogueira  
Daiane Henrique Alves da Cunha  
Raissa Andrea Moura Wanderley  
Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho

Universidade Federal de Pernambuco

deyvison1996@hotmail.com

**Objetivo:** Analisar a qualidade de vida de indivíduos idosos que participaram do projeto “Efeito hipotensor do treinamento de circuito intercalado e contínuo em indivíduos normotensos e hipertensos” realizado no Departamento de Educação Física da UFPE. **Metodologia:** O estudo foi realizado no Departamento de Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco no Campus Recife, no Laboratório de Atividade Física e Saúde, com trinta e seis (36) idosos de ambos os sexos, onde foi aplicado um questionário para verificar se estes melhoraram sua qualidade de vida com perguntas fechadas, sobre os temas de classificação corpórea, qualidade de vida e bem estar os indivíduos se auto avaliavam e respondiam conforme achavam a melhor resposta que se enquadravam com o objetivo principal do projeto que era saber se estes apresentaram no final uma mudança de hábitos comportamentais para a promoção da saúde. Para a tabulação dos dados foi utilizado o software Statistical Package for the Social Sciences – SPSS versão 17.0. **Resultados:** 100% dos idosos que participaram do estudo afirmam que possuem hoje uma mudança no seu hábito comportamental, 95% afirma que inseriram a prática do exercício físico no seu cotidiano e 5% responderam que não tiveram resultados satisfatórios nas suas condições dos domínios sociais e psicológicos. **Conclusão:** Concluímos que o projeto de pesquisa, possui uma metodologia que possibilita benefícios e uma melhoria na qualidade de vida de indivíduos idosos, promovendo nestes uma promoção de saúde e mudanças de hábitos para sua vida.

**PALAVRAS-CHAVE:** Qualidade de Vida, Atividade Física, Benefícios.

# QUALIDADE DE VIDA DOS PROFESSORES DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO EM SÃO LUÍS / MARANHÃO

Elizabeth Santana Alves de Albuquerque

Universidade Federal do Maranhão

[elizabeth@ufma.br](mailto:elizabeth@ufma.br)

Qualidade de vida, para a Organização Mundial da Saúde, é “a percepção do indivíduo de sua inserção na vida no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. O presente trabalho tem como objetivo identificar o perfil de qualidade de vida de professores do ensino fundamental da rede pública municipal em São Luís - Maranhão. Utilizou-se a pesquisa de campo descritiva no período de fevereiro a junho de 2015. Foi utilizado para coleta de dados, o Questionário SF36 voltado para oito domínios sobre saúde. A população do estudo foi composta por 1.674 professores, e a amostra 278 professoras. Teve-se como resultados apresentados em valores de média e desvio padrão dos domínios do SF36: capacidade funcional com 25,8 de média e DP  $\pm$  3,6; aspectos físicos com 7,0 de média e DP  $\pm$  1,4; dor com 5,0 de média e DP  $\pm$  2,0 ; estado geral de saúde com 15,7 de média e DP  $\pm$  2,3; Vitalidade com 14,8 de média e DP  $\pm$  1,9; aspectos sociais com 6,0 de média e DP  $\pm$  1,0; aspectos emocionais com 5,1 de média e DP  $\pm$  1,1 e aspectos mentais com 20,4 de média e DP  $\pm$  1,9 Identificou-se que o domínio com maior média entre as professoras foi a capacidade funcional, concluindo que nesta amostra os pesquisados encontram-se com uma boa capacidade funcional, o que de acordo com a literatura esse domínio eleva a qualidade de vida da população.

**PALAVRAS-CHAVE:** Qualidade de Vida, Professores, Sf36.



# TESTE DE ESTIMATIVA DE CARGA (1RM) COM IDOSAS HIPERTENSAS NÃO APRESENTA RISCOS CARDIOVASCULARES AGUDOS

Thiago Gomes Leite  
Anna Elizabeth Alves Mendes  
Paula Tâmara Vieira Teixeira Pereira  
Paulo Vítor Albuquerque Santana  
Mário Alves de Siqueira-Filho

Universidade Federal do Maranhão

proftteitef@gmail.com

**Objetivo:** Avaliar a eficiência do teste de 1RM e sua segurança cardiovascular em idosas hipertensas. **Métodos:** A amostra foi composta por 7 idosas hipertensas medicamentadas (estágio 1), idade ( $68 \pm 4$  anos), IMC ( $27 \pm 4$ ), pressão arterial (PA) sistólica ( $121,4 \pm 14,5$  mmHg) e diastólica ( $69,2 \pm 12,4$  mmHg). Participaram idosas sedentárias (6 meses) familiarizadas com os equipamentos. O teste de 1RM (adaptado de Baechle e Earle, 2010) foi realizado com supino reto e leg press, nesta ordem, com intervalos de 5 minutos entre as tentativas. Antes do teste realizou-se aquecimento nos próprios aparelhos, seguido pela aplicação do cálculo para predição da carga de 1RM (equação de Brzycki), a 90% do previsto para iniciar o teste. O método oscilométrico foi adotado para medidas da PA e frequência cardíaca antes do início e imediatamente após cada série de tentativa. Foi adotada ANOVA one-way para medidas repetidas, seguida pelo post hoc de Bonferroni (Graphpad® 6.10), adotando-se  $p \leq 0,05$ . **Resultados:** Em relação ao período de repouso, detectou-se aumento significativo da PA sistólica ao final do aquecimento 1 no supino reto (pré-teste= $121,4 \pm 14,5$  versus Aquec.1=  $144,3 \pm 16,1$  versus pós-supino=  $135,6 \pm 10,37$ ,  $p=0,0134$ ). Não houve qualquer mudança hemodinâmica expressiva no teste associada ao leg press diante dos parâmetros avaliados (PA sistólica, diastólica e média e duplo produto). **Conclusão:** O teste de 1RM com supino reto e leg-press foi eficiente para estimar a força máxima dos dois segmentos corporais avaliados e sua realização foi segura em idosas hipertensas, uma vez que não foram detectadas alterações hemodinâmicas sugestivas para risco cardiovascular agudo associado ao esforço

**PALAVRAS-CHAVE:** Hipertensão, Teste de 1rm, Risco Cardiovascular.

# COMPARAÇÃO DO EFEITO AGUDO DO TREINAMENTO DE FORÇA E AERÓBIO NA MODULAÇÃO AUTONÔMICA DE TRANSPLANTADOS RENAIIS

Luana Monteiro Anaisse Azoubel  
Carlos José Moraes Dias  
Cristiano Teixeira Mostarda  
Leandro Pimenta de Melo

Universidade Federal do Maranhão

luazoubel@gmail.com

As principais causas de mortalidade em transplantados renais são complicações

cardiovasculares, ocasionadas por déficit no mecanismo barorreflexo do sistema nervoso autonômico (SNA). Esse comprometimento pode resultar em disfunções de controle hemodinâmico, na pressão arterial e na frequência cardíaca. **Objetivo:** Comparar o efeito agudo do treinamento de força e aeróbio na modulação autonômica de pacientes transplantados renais. **Materiais e métodos:** Foram analisados 10 (dez) indivíduos transplantados renais que realizavam acompanhamento médico no Centro de Prevenção de Doenças Renais (CPDR) no Hospital Universitário Presidente Dutra (HUPD) da Universidade Federal do Maranhão. Os participantes foram submetidos à uma Avaliação física dividida em anamnese (dados pessoais, patologias, tempo de hemodiálise e transplante, histórico clínico e medicamentos), análise antropométrica, exames laboratoriais, aplicação do questionário IPAQ, Finapress, com registro da pressão arterial por dez minutos consecutivos, pré e pós protocolo de exercícios de força e aeróbio. **Resultados:** Apresentaram comportamentos semelhantes no basal, pós força e pós aeróbio, respectivamente, Média R-R:  $814,66 \pm 103,67$ ;  $838,02 \pm 99,21$ ;  $834,10 \pm 106,33$ ); PAS (mmHg):  $119,79 \pm 13,63$ ;  $111,47 \pm 7,40$ ;  $114,84 \pm 14,4$ , enquanto que a variável LF ( $PA - mmHg^2$ ), demonstrou diferença significativa entre basal e pós força:  $3,99 \pm 2,76$  vs  $9,13 \pm 3,86$  já o basal e pós-aeróbio não apresentaram diferenças significativas entre si. **Conclusão:** O comportamento do sistema autonômico restabeleceu-se após o treinamento aeróbio, não ocorrendo o mesmo com o treinamento de força.

**PALAVRAS-CHAVE:** Transplantados Renais, Exercício Físico, Modulação Autonômica.

# PROMOÇÃO DO ESTILO DE VIDA ATIVO DOS IDOSOS NOS NÚCLEOS DE APOIO A SAÚDE DA FAMÍLIA - NASF: AVALIAÇÃO DAS AÇÕES DESENVOLVIDAS

Tatiana Valeria da Silva Queiroz  
Bruno Nunes de Oliveira  
José Francisco de Sousa Neto Segundo  
Giseuda Pereira de Almeida  
Richardson Correia Marinheiro  
Waldiran Bezerra Andrade de Souza

Instituto Federal da Paraíba

tatianavaleria77@yahoo.com.br

Este estudo teve como objetivo analisar as ações desenvolvidas nos Núcleos de Apoio a Saúde da Família – NASF's, com o intuito de determinar a abrangência das intervenções desempenhadas pelas equipes para a promoção do estilo de vida ativo entre os idosos. A pesquisa teve caráter descritiva e exploratória de cunho quali-quantitativo. Foram entrevistados 113 idosos ( $69,71 \pm 8,06$  anos) usuários de três Unidades Básicas de Saúde – UB's do município de Sousa\PB, onde foi instalado o projeto “academia da saúde”. Nos principais resultados encontrados podemos destacar o baixo nível da participação dos idosos (11,5% - 13 idosos) nas ações de promoção do estilo de vida. Dentre as atividades praticadas: Ginástica (7,69%), Alongamento (53,84%), Caminhada (53,84%) e Dança (7,69%). Apenas 17,70% permaneceram com as práticas de atividades físicas diárias, destacando-se a caminhada. A melhoria da saúde (76,90%) e o Convívio Social (23,07%) foram descritos como fatores motivacionais que incentivaram a participação dos entrevistados no programa, quando questionados sobre qual a importância do projeto em suas vidas, 61,53% alegaram promoção da saúde, 15,38% diversão e lazer, 23,07% convívio social e 7,69% melhoria da auto estima. Concluímos que apesar dos incentivos governamentais na oferta de infraestrutura (academia da saúde) e de profissionais da saúde especializados na promoção do estilo de vida ativo, as ações não alcançam as metas desejadas em certos centros, pois como observado, uma pequena parcela dos idosos das UBS's foram envolvidos nas ações dos NASF's e da academia da saúde para a promoção deste estilo de vida ativo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Idosos, Promoção da Saúde, Estilo de Vida Ativo.

# PREFERÊNCIA POR ATIVIDADES DE LAZER EM ADOLESCENTES CATARINENSES: MUDANÇAS EM UMA DÉCADA DE ACORDO COM A IDADE

Cecília Bertuol  
Kelly Samara da Silva  
Marcus Vinicius Veber Lopes  
Adair da Silva Lopes  
Markus Vinicius Nahas

Universidade do Estado de Santa Catarina

[bertuolcecilia@gmail.com](mailto:bertuolcecilia@gmail.com)

**Objetivo:** Verificar mudanças em uma década na preferência por atividades de lazer em adolescentes catarinenses, de acordo com a idade. **Método:** Análise secundária do projeto “Estilo de vida e comportamentos de risco de jovens catarinenses (COMPAC)”, realizado em 2001 (n=5.028) e 2011 (n=6.529). Analisou-se a questão relacionada à preferência por atividades de lazer, em que o participante relatava sua atividade preferida (atividade física, assistir TV, jogar videogame, usar computador, atividades culturais, outras). A idade foi categorizada em “mais novos” (15-16 anos) e “mais velhos” (17-19 anos). Utilizou-se frequência relativa com intervalos de confiança de 95%. **Resultados:** Verificou-se redução de 23% na preferência por atividade física nos mais novos (2001: 58,48, IC95%: 55,22; 61,68 - 2011: 35,48, IC95%: 33,23; 37,81) e de 22,76% nos mais velhos (2011: 59,03, IC95%: 55,64; 62,34 - 2011: 36,27%, IC95%: 33,42; 39,21). Quanto aos componentes do tempo de tela, houve aumentos significativos para ambas as idades, com destaque para a preferência no uso do computador, com aumento de 36,48% nos mais novos (2001: 0,79%, IC95%: 0,49; 1,28 - 2011: 37,27%, IC95%: 34,70; 39,92) e de 31,37% nos mais velhos (2011: 0,71%, IC95%: 0,41; 1,24 - 2011: 32,08%, IC95%: 29,46; 34,82). As categorias “atividades culturais” e “outras” também apresentaram reduções significativas ao longo de uma década. **Conclusão:** Tanto para os mais novos quanto para os mais velhos, houve redução na preferência por atividade física, atividades culturais e outras, enquanto que a preferência por assistir TV, jogar videogame e usar o computador aumentou nos últimos dez anos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividades de Lazer, Comportamento do Adolescente, Estudos Transversais.

**FOMENTO:** Fundação de Amparo à Pesquisa e Tecnologia do Estado de Santa Catarina (FAPESC), CNPq, CAPES

# OBESIDADE ABDOMINAL EM ADOLESCENTES DE UMA CIDADE DO SUL DO BRASIL: PREVALÊNCIA E FATORES DO ESTILO DE VIDA ASSOCIADOS

João Antônio Chula de Castro  
Heloyse Elaine Gimenes Nunes  
Diego Augusto Santos Silva

Universidade Federal de Santa Catarina

joaoantoniochula@gmail.com

**Objetivo:** Estimar a prevalência de obesidade abdominal em adolescentes de uma cidade do Sul do Brasil e verificar a associação com fatores do estilo de vida. **Método:** Estudo epidemiológico descritivo com delineamento transversal, realizado com 930 adolescentes (490 do sexo feminino) de 14 a 19 anos (média de idade de 16,1±1,1 anos) da cidade de São José, SC, Brasil. A obesidade abdominal foi avaliada pelo perímetro da cintura, sendo analisada de acordo com os pontos de corte propostos por Taylor et al.. Foi utilizado questionário auto administrado para coletar dados do estilo de vida (consumo de álcool, sono, consumo de refrigerante, nível de atividade física e comportamento sedentário). Empregou-se estatística descritiva (frequência absoluta e relativa, média e desvio padrão). Para identificar os fatores associados à obesidade abdominal foi utilizada regressão logística binária (intervalo de confiança de 95%). Para todos os testes estatísticos adotou-se  $p < 0,05$ . Resultado: A prevalência de obesidade abdominal foi de 8,7% (sexo masculino 10,5%; sexo feminino 10,8%). Na análise bruta não foram identificados fatores associados a obesidade abdominal. Na análise ajustada observou-se que os adolescentes que assistiam televisão por duas horas ou mais apresentaram maiores chances de obesidade abdominal (OR: 2,11; IC95%: 1,08-4,13). **Conclusão:** Aproximadamente um a cada 10 adolescentes apresentava obesidade abdominal (8,7%). Dentre os fatores do estilo de vida pesquisados o tempo de tela de televisão ( $\geq$  duas horas/dia) possuiu associação com a obesidade abdominal.

**PALAVRAS-CHAVE:** Obesidade Central, Circunferência da Cintura, Estudantes.

**FOMENTO:** Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), edital Universal (n° 472763/2013-0)

# PERFIL DE ESTILO DE VIDA DE ADOLESCENTES ESCOLARES DO SUL DO BRASIL

Tatiane Minuzzi  
Kelly Christine Maccarini Pandolfo  
Cati Reckelberg Azambuja  
Rafaella Righes Machado  
Daniela Lopes dos Santos

*Universidade Federal de Santa Maria*

[tatiane.minuzzi@gmail.com](mailto:tatiane.minuzzi@gmail.com)

O objetivo do estudo foi investigar o Perfil de Estilo de Vida (PEV) de adolescentes escolares. Participaram 135 alunos (66 meninas; 69 meninos), do 1º ano do ensino médio de uma escola pública federal de Santa Maria, RS, com média de idade de  $14,52 \pm 0,75$  anos. O estilo de vida (EV) foi avaliado por meio do questionário PEV, adaptado para adolescentes, proposto por Nahas, Barros e Fancalacci (2000). O instrumento avalia 15 itens que compõem hábitos que constituem cinco componentes do EV. Um estilo de vida negativo foi considerado dentro do intervalo de 0 a 1,50 e, o positivo, de 1,51 a 3 pontos. A análise dos resultados foi realizada por meio de estatística descritiva. Obtiveram-se os seguintes resultados em cada componente do EV: na nutrição ( $1,43 \pm 0,83$  pontos), na atividade física ( $2,03 \pm 0,83$  pontos), no comportamento preventivo ( $2,61 \pm 0,74$  pontos), no relacionamento social ( $2,03 \pm 0,73$  pontos) e no controle de estresse ( $2,03 \pm 0,96$  pontos). Observou-se que as condições de vida, para os adolescentes estudados, foram positivas porém, somente na nutrição foi identificada um comportamento negativo. A avaliação do PEV serve como referência para programas de prevenção e manutenção da saúde dos adolescentes mediante a criação de programas na escola e políticas públicas que incentivem mudanças no estilo de vida.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estilo de Vida, Adolescentes, Comportamento.

# ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO NA ESCOLA: COMPARAÇÃO ENTRE TURMAS DE MEIO PERÍODO E INTEGRAIS

Bruno Gonçalves Galdino da Costa  
Kelly Samara da Silva  
Lays Tomazoni Gripa  
Giseli Minatto  
Juliane Berria  
Edio Luiz Petroski

Universidade Federal de Santa Catarina

[brunoggdacosta@gmail.com](mailto:brunoggdacosta@gmail.com)

**Objetivo:** Comparar a prática de atividade física moderada a vigorosa (AFMV) e de comportamento sedentário (CS) no período escolar entre turmas de meio período e ensino integral.

**Método:** Análise secundária do projeto Mexa-se, conduzido com escolares do 6º ao 9º ano de Florianópolis, em 2015. Seis turmas de sétimo e nono ano foram selecionadas ( $n = 97$ , 54% meninas), sendo duas de ensino integral, duas do período matutino e duas do vespertino. Os alunos utilizaram acelerômetros Actigraph GT3x+ por quatro dias, durante o período letivo. Tempo e proporção de AFMV e CS foram calculados utilizando pontos de corte de Evenson et al. (2008) em epochs de 15s. Para análise foram utilizadas regressões lineares.

**Resultados:** O tempo médio dispendido em AFMV foi de  $11,7 \pm 7,1$  min para turmas de meio período e  $25,9 \pm 13,7$  min para turmas integrais, enquanto em CS foi de  $144,0 \pm 21,5$  min e  $304,4 \pm 38,3$  min, respectivamente. Quando ponderado pelo tempo dispendido no ambiente escolar, não houve diferenças na proporção do tempo gasto em AFMV ( $5,8 \pm 3,1\%$  vs  $5,5 \pm 3,3\%$ ,  $p=0,980$ ) e CS ( $68,2 \pm 8,3\%$  vs  $68,1 \pm 10,0\%$ ,  $p=0,672$ ) entre turmas integrais e de meio período, respectivamente. **Conclusões:** Embora as turmas de ensino integral apresentem valores absolutos mais elevados para tempo em AFMV e CS, a proporção do tempo escolar envolvida em atividades sedentárias e ativas não diferiu. Mais de dois terços do total de estada na escola foram dedicados a atividades sedentárias. Mudanças nessa realidade poderiam repercutir favoravelmente à saúde do escolar, pois o cenário observado se equipara ao encontrado no tempo diário total.

**PALAVRAS-CHAVE:** Saúde Escolar, Atividade Motora, Adolescente.

# RELAÇÃO ENTRE TEMPO DE PRÁTICA E CONHECIMENTO DE UMA ATIVIDADE FÍSICA EM ESTUDANTES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO SUL DO BRASIL: UM ESTUDO PILOTO

Natan Feter  
Matheus Pintanel Silva de Freitas  
Jayne Santos Leite  
Joubert Caldeira Penny  
Airton José Rombaldi

Universidade Federal de Pelotas

[nfeter.esef@ufpel.edu.br](mailto:nfeter.esef@ufpel.edu.br)

A recomendação semanal de atividade física inclui a prática de exercícios resistidos, devido aos reconhecidos benefícios deste tipo de prática. Assim, este estudo objetivou verificar a influência do tempo de prática de musculação sobre o conhecimento deste tipo de exercício em alunos de um curso de Educação Física. Utilizou-se um questionário composto por 30 questões de múltipla escolha, divididos em dois domínios (15 questões cada): anatomia/cinesiologia e princípios/métodos da prática de exercícios resistidos, sendo atribuído o valor de um ponto para cada questão. A amostra foi composta por 59 estudantes de ambos os sexos, ingressantes no curso de Educação Física do sul do Brasil que não haviam cursado as disciplinas específicas deste conhecimento. Os alunos foram divididos em dois grupos: praticavam exercício resistido por até 6 meses (6M; n=23) ou a mais de seis meses (6M+; n=36). Os escores aparecem como média e desvio padrão e as diferenças entre os escores foram determinadas através da análise de variância, sendo aceito valor de  $p < 0,05$ . Os resultados mostraram diferença estatisticamente significativa no escore geral (grupo 6M 9,9  $\pm$  4,1 pontos e grupo 6M+ 15,5  $\pm$  3,4 pontos,  $p < 0,001$ ). Além disto, verificou-se diferença no conhecimento em ambos domínios: anatomia/cinesiologia (6M: 4,6  $\pm$  1,9 pontos; 6M+: 7,2  $\pm$  1,9,  $p < 0,001$ ) e princípios/métodos (6M: 5,3  $\pm$  2,6 pontos; 6M+: 8,2  $\pm$  2 pontos,  $p < 0,001$ ). Concluiu-se que a prática prévia de musculação por mais de seis meses influenciou significativamente o conhecimento neste tipo de atividade física, podendo resultar em benefícios para a saúde do praticante devido ao melhor entendimento sobre sua prática.

**PALAVRAS-CHAVE:** Conhecimento, Treinamento de Resistência, Estudantes.



# NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA, TEMPO SENTADO E TEMPO DE SONO DE PROFESSORES DE CURSOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO SUL DO BRASIL

Jayne Santos Leite  
Nicole Gomes Gonzales  
Natan Feter  
Matheus Pintanel Silva de Freitas  
Airtton José Rombaldi

Universidade Federal de Pelotas

jajayne\_santos@hotmail.com

O presente estudo objetivou avaliar o nível de atividade física, tempo sentado e tempo de sono de professores de instituições públicas e privadas de ensino superior do curso de Educação Física de cidades do sul do Brasil que estivessem em exercício de suas funções durante o período de coleta. Os dados foram coletados através de questionário autoaplicável, com nível de atividade física (NAF) e tempo sentado mensurados através do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) e qualidade de sono medido por questão retirada do questionário de Pittsburgh. Para análise de dados, utilizou-se estatística descritiva (Mediana e intervalo interquartil) e inferencial (teste Qui-quadrado de Pearson), com nível de significância adotado de  $p < 0,05$ . A amostra foi composta por 49 docentes, sendo 69,9% professores de instituições públicas e 63,3% do sexo masculino. Em relação ao NAF, os docentes das instituições públicas e privadas apresentaram resultados semelhantes (mediana de 230 min/sem, variando de 30-540 min/sem e 240 min/sem, variando de 0-480 min/semanais, respectivamente). Sobre tempo sentado, foi encontrado que 91,2% e 80% dos professores de instituições pública e privadas, respectivamente, permanecem sentados mais que duas horas por dia durante a semana. Ainda, notou-se que 88,3% e 80% dos docentes públicos e privados, respectivamente, dormiam menos que a recomendação de oito horas por noite. Concluiu-se que os profissionais presentes na amostra podem ser considerados fisicamente ativos, entretanto apresentaram elevado tempo sentado e baixo tempo de sono, possivelmente devido às altas demandas profissionais, podendo esses fatores influenciar negativamente a saúde tanto física quanto mental dos docentes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Docentes, Saúde, Educação.

# COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO DE ESCOLARES DE UMA CIDADE DO SUL DO BRASIL

Rodrigo Wiltgen Ferreira  
Airton José Rombaldi  
Luiza Isnardi Cardoso Ricardo  
Mario Renato de Azevedo Júnior

Universidade Federal de Pelotas

wiltgenrodrigo@gmail.com

**Objetivo:** Verificar a proporção de comportamento sedentário (CS) e fatores associados em escolares de Pelotas-RS. **Métodos:** Estudo transversal conduzido no ano de 2013. Para a coleta do CS foi utilizado o instrumento HELENA, com questões sobre tempo de tela (televisão, jogos eletrônicos e internet) e atividades sentadas no turno inverso ao da escola. O CS foi categorizado em  $\geq 2$ hs/dia. A regressão de Poisson foi utilizada para as associações entre o desfecho e as variáveis independentes (sexo, série, idade, nível econômico e nível de atividade física) ajustando para fatores de confusão. **Resultados:** Compuseram a amostra 8661 escolares (57,7% dos elegíveis). A prevalência de CS em dias de semana foi de 69,2% (IC95% 68,1 – 70,2) e nos finais de semana foi de 79,6% (IC95% 78,7 – 80,5). Meninas se envolveram mais em CS, com exceção aos jogos eletrônicos. Alunos do ensino médio envolveram-se mais em tarefas sentadas (RP: 1,89; IC95% 1,36-2,64). Alunos mais velhos foram mais propensos a utilizarem internet por mais de duas horas diárias (RP: 1,54; IC95% 1,40-1,69). Indivíduos de nível econômico mais alto se envolveram mais em jogos eletrônicos (RP: 2,53; IC95% 2,19-2,94) e com internet (RP: 3,47; IC95% 3,00-4,01). Indivíduos ativos relataram menor CS nos dias de semana (RP: 0,93; IC95% 0,89 - 0,98). **Conclusões:** A prevalência de CS foi elevada, principalmente em finais de semana. Escolares do sexo feminino, de maior nível econômico, inativos e mais velhos eram mais propensos ao CS e por isso necessitam de uma maior atenção nas intervenções para o controle do CS.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estilo de Vida Sedentário, Televisão, Internet.

**FOMENTO:** Wellcome Trust e CNPq

# APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE DE ESCOLARES DO ENSINO FUNDAMENTAL II

Francisco José Rosa de Souza  
Levi Cavalcante Ribeiro Lins  
Luciana Catunda Brito  
Yuri Alberto Freire de Assis  
Fidel Machado de Castro Silva  
Lucas Soares Pereira

Universidade Federal do Ceará

francjosers@gmail.com

Avaliar a aptidão física relacionada à saúde e relacionar de acordo com o sexo dos participantes. A pesquisa foi realizada com alunos da escola da Polícia Militar da cidade de Fortaleza, no Ensino Fundamental II, utilizando-se do protocolo do PROESP-BR para a realização da bateria de teste que permite a mensuração das variáveis: flexibilidade, função cardiorrespiratória, resistência localizada e o estado nutricional por meio do IMC. A análise estatística foi realizada por meio da distribuição de frequência, medida de tendência central e variabilidade, realizando teste de Qui-quadrado considerando significância de  $P \leq 0,05$  no programa SPSS. A idade média dos alunos foi de  $12,42 \pm 0,999$ , totalizando 66 alunos de ambos os sexos. Quanto ao IMC 42,4% dos alunos estão acima do peso, 74% estão na zona de risco na aptidão cardiorrespiratório, 50% e 53% estão na zona inadequada na resistência muscular localizada e flexibilidade respectivamente. Na comparação entre os sexos, não ocorreu diferença estatisticamente significativa, com resultados semelhantes em todas as aptidões. Porém, ocorreu um maior direcionamento de valores mais positivo na flexibilidade para as meninas e cardiorrespiratório para os meninos. Dessa forma, concluiu-se que os alunos do ensino fundamental II da escola militar de Fortaleza estão com a aptidão física relacionada à saúde inadequada, salientando o estado nutricional não saudável em quase metade da amostra, sem relação entre os sexos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescentes, Aptidão Física, Educação Física Escolar.

# NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E PERCEPÇÃO DO AMBIENTE EM IDOSOS DE SANTA MARIA-RS: UM ESTUDO PILOTO

Daniela Lopes dos Santos  
Temístocles Vicente Pereira Barros  
Nicanor da Silveira Dornelles  
Leonardo Medeiros Backes  
Barbara Sutil da Silva  
Patricia Fagundes Soares

Universidade Federal de Santa Maria

lopesdossantosdaniela@gmail.com

**Objetivo:** Verificar o nível de atividade física (NAF) e a percepção do ambiente em idosos de Santa Maria/RS. **Métodos:** Este é um estudo piloto, referente a uma coleta de dados com características epidemiológicas. Foram entrevistados oito idosos (3 mulheres e 5 homens). Para a coleta de dados foram utilizados uma anamnese, o mini exame de estado mental, o IPAQ versão curta e Neighborhood Environmental Walkability Scale (NEWS) como escala de percepção do ambiente. Foi feita uma análise descritiva dos dados, através de médias e desvios-padrão, utilizando-se o pacote estatístico do Microsoft Excel-2010. **Resultados:** A média do nível de atividade física do grupo estudado foi de 370 minutos/semana, superando as recomendações, que são de 150 minutos/semana. Dos 8 idosos, todos foram classificados sem déficit cognitivo. Quanto ao NEWS, os idosos relataram, de uma forma geral, boas condições ambientais, com a presença de estruturas no bairro (presença de calçadas, áreas verdes, segurança diurna e noturna e boa iluminação). Entretanto, poucos relataram receber o apoio de amigos, vizinhos ou parentes para realizar atividades físicas. Todos os avaliados consideraram o clima como uma barreira importante para a prática de atividades físicas. **Conclusão:** O grupo de idosos estudado apresentou um bom nível de atividade física e uma percepção do ambiente como sendo bom, sendo citados a falta de companhia e o clima como principais barreiras para a prática de atividades físicas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Idoso, Meio Ambiente.

# RESPOSTAS FISIOLÓGICAS DECORRENTES DE UMA SESSÃO DE TREINAMENTO DE FORÇA DE ALTA INTENSIDADE: APLICANDO NA PRÁTICA OS CONCEITOS DA FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO

Saulo Chaves Magalhães  
Lucas Moura Rodrigues  
Juliana Annemberg Felipe Guariguasi  
Witalo Kassiano Ferreira de Oliveira  
Maria Juliana de Oliveira Almeida  
Claudio de Oliveira Assumpção

Universidade Federal do Ceará

saulo-chaves@hotmail.com

O objetivo deste trabalho foi verificar as alterações cardiovasculares agudas, identificando possíveis diferenças pré e pós-treino, e verificar as respostas glicêmicas, buscando diferenças entre pré e pós-treino e entre as situações de jejum e alimentado, mediante uma sessão de treinamento de força de alta intensidade seguindo o método HIRT (High Intensity Interval Resistance Training). Método de pesquisa: Participaram do experimento 2 voluntários com  $20 \pm 7$  anos, sendo um de cada gênero estando um em jejum e outro alimentado. O protocolo de treinamento de força aplicado foi composto por 3 séries dos seguintes exercícios: agachamento livre com barra, leg-press  $45^\circ$  e levantamento terra com barra. As intensidades variaram entre 85 e 93% de 1RM com intervalos de 2,5 minutos entre as séries. Aferiu-se PA em repouso, entre as séries e após os exercícios. A FC foi monitorada no repouso, durante e após os exercícios. A Glicemia foi verificada antes e depois dos exercícios. **Resultados:** Foram expressos em média e desvio padrão. As respostas pré e pós-treino para a PA foram  $115 \pm 7 / 65 \pm 7$  mmHg e  $100 \pm 14 / 55 \pm 21$  mmHg, para FC  $86,5 \pm 23,3$  bpm e  $185 \pm 2,8$  bpm e para glicemia sanguínea  $102,5 \pm 12,4$  mg/dl e  $104 \pm 4,2$  mg/dl. **Conclusão:** Os resultados apontam um leve efeito hipotensor, uma elevação pronunciada da FC e uma manutenção do indicador glicêmico. Os achados foram eficazes para verificarem-se na prática as informações obtidas por meio dos referenciais teóricos da fisiologia do exercício, corroborando com dados de grande importância clínica associados a esse tipo de treinamento.

**PALAVRAS-CHAVE:** Treinamento de Resistência, Glicemia, Fenômenos Fisiológicos Cardiovasculares.

# RESPOSTAS GLICÊMICAS PARA UMA SESSÃO DE TESTE DE ESFORÇO MÁXIMO

Lucas Moura Rodrigues  
Witalo Kassiano Ferreira de Oliveira  
Saulo Chaves Magalhães  
Juliana Annenberg Felipe Guariguasi  
Claudio de Oliveira Assumpção  
Alex Soares Marreiros Ferraz

Universidade Federal do Ceará

lucasrodrigues08@hotmail.com

O objetivo deste trabalho foi verificar as respostas glicêmicas para uma sessão do teste de esforço Yo Yo Test, analisando possíveis diferenças pré e pós treino. **Método:** participaram do teste 14 estudantes universitários do curso de Educação Física PARFOR-UFPI, Teresina-PI, 8 homens e 6 mulheres, IMC  $26,6 \pm 2,9$  e  $26,9 \pm 4,2$ , respectivamente. Todos os alunos estavam com o padrão alimentar de rotina. Os voluntários realizaram o Teste de esforço progressivo máximo Yo Yo test adaptado. O indicador glicêmico foi mensurado por venopunção em glicosímetro Accu-Chek Active (Roche®), antes e após o exercício. A análise dos dados foi realizada utilizando-se a Anova Two Way. **Resultados:** Foram expressos em média e desvio padrão. A glicemia pré-teste masculina e feminina foram, respectivamente,  $99,5 \pm 6,8$  mg/dl e  $97,2 \pm 13,6$  mg/dl. A glicemia pós-teste masculina e feminina foram, respectivamente,  $144,8 \pm 26,1$  mg/dl e  $117,0 \pm 13,4$  mg/dl. **Conclusão:** o indicador glicêmico apontou aumento nos dois grupos, porém foi estatisticamente significativo somente entre os homens ( $p \leq 0,05$ ). Também houve diferença significativa na comparação entre os gêneros na medida pós teste ( $p \leq 0,05$ ). Os valores obtidos demonstraram que após o Yo Yo Test ocorreu um aumento na glicemia dos participantes, principalmente nos homens. Os achados demonstram diferenças entre homens e mulheres no controle do metabolismo energético para esse tipo de exercício. No entanto, faz-se necessário a realização de novos estudos centrados em verificar mais amplamente essas diferenças.

**PALAVRAS-CHAVE:** Glicemia, Adaptação Fisiológica, Educação Física e Treinamento.

# ADAPTAÇÕES HEMODINÂMICAS AGUDAS PARA UM TESTE DE ESFORÇO MÁXIMO

Witalo Kassiano Ferreira de Oliveira  
Saulo Chaves Magalhães  
Lucas Moura Rodrigues  
Juliana Annenberg Felipe Guariguasi  
Claudio de Oliveira Assumpção  
Alex Soares Marreiros Ferraz

Universidade Federal do Ceará

witalokff@gmail.com

O objetivo deste trabalho foi identificar adaptações hemodinâmicas agudas para uma sessão do teste de esforço Yo Yo Test, analisando possíveis diferenças entre repouso e pós treino. **Método:** participaram do teste 14 estudantes universitários do curso de Educação Física PARFOR-UFPI, Teresina-PI, 8 homens e 6 mulheres, IMC  $26,6 \pm 2,9$  e  $26,9 \pm 4,2$ , respectivamente. Os voluntários realizaram o Teste de esforço progressivo máximo Yo Yo test adaptado. Aferiu-se a pressão arterial por método auscultatório, antes e imediatamente após o exercício. A análise dos dados foi realizada utilizando-se a Anova Two Way. **Resultados:** Foram expressos em média e desvio padrão. A pressão arterial sistólica (PAS) em repouso masculina e feminina foram, respectivamente,  $123,8 \pm 9,2$  mmHg e  $123,3 \pm 13,7$  mmHg, e imediatamente após o teste, foi de  $162,5 \pm 13,9$  mmHg para homens e  $160,0 \pm 19,0$  mmHg para mulheres. A pressão arterial diastólica (PAD) em repouso masculina e feminina foram, respectivamente,  $85,0 \pm 7,6$  mmHg e  $81,7 \pm 9,8$  mmHg. Imediatamente após o teste, a PAD foram  $71,3 \pm 15,5$  mmHg para homens e  $78,3 \pm 14,7$  mmHg para mulheres. **Conclusão:** Houve um aumento estatisticamente significativo da PAS imediatamente após o teste para os dois grupos ( $p \leq 0,05$ ). O aumento da PAD não foi estatisticamente significativo ( $p > 0,05$ ). Os achados corroboram com os dados da literatura sobre a necessidade de uma maior ejeção plasmática como adaptação aguda a esse tipo de exercício.

**PALAVRAS-CHAVE:** Pressão Arterial, Educação Física e Treinamento, Adaptação Fisiológica.

# QUAL A INTENSIDADE DAS AULAS DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIO FÍSICO REALIZADO NO SUS?

Rossana Arruda Borges  
Lucélia Justino Borges  
Simone Teresinha Meurer  
Aline Mendes Gerage  
Tânia Rosane Bertoldo Benedetti

Universidade Federal de Santa Catarina,  
Universidade Federal do Paraná

[rab\\_ametista@hotmail.com](mailto:rab_ametista@hotmail.com)

O objetivo deste estudo foi analisar a intensidade das aulas de um programa de exercício físico (PEF), desenvolvido na rede de atenção primária à saúde de Florianópolis – SC. Foram analisadas oito aulas, as quais envolveram 31 idosos (26 mulheres). A intensidade das aulas foi mensurada por meio de acelerômetros (ActiGraph modelo GT3X), colocados na cintura. Utilizou-se o tempo total despendido durante a aula, sendo a intensidade classificada pelo ponto de corte proposto por Freedson et al. (1998). Variáveis de saúde; aptidão funcional; estado nutricional e nível de atividade física ao iniciar o PEF também foram avaliados. Os dados foram analisados descritivamente e o Teste t de Student foi utilizado para comparar as médias de tempo despendido entre as diferentes intensidades ( $p \leq 0,05$ ). Ao iniciarem o PEF, a maioria dos idosos era pouco ativa, apresentava excesso de peso, baixa aptidão funcional e afirmou que o estado de saúde não dificultava a prática de atividade física. A média de tempo despendido por aula em atividade moderada variou de 1,4 min a 9,5 min. O tempo médio geral em atividades sedentárias foi de 19,6 min, leves 35,7 min, moderadas 5,5 min e vigorosas 0,03 min. Foi observada diferença estatística entre as intensidades moderada, leve e sedentária ( $p < 0,001$ ). Os resultados indicam que as aulas do PEF caracterizaram-se, em sua maioria, por atividades de intensidade leve ou sedentárias e com pouco tempo despendido em atividades moderadas ou vigorosas, o que pode estar relacionado às características do grupo e à metodologia de ensino adotada pelos professores.

**PALAVRAS-CHAVE:** Acelerômetro, Atividade Motora, SUS.

**FOMENTO:** Instituto Lemann e Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico



# A UTILIZAÇÃO DO SMARTPHONE PARA A PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS AERÓBICOS E MENSURAÇÃO DO GASTO CALÓRICO

Luiz Pedrosa Abreu de Sousa  
José Geimerson Gomes Dantas  
Ildembergue Lins dos Santos  
Nicolas Nathan Neves Alexandre  
Maria de Fátima Oliveira da Silva  
Wesley Crispim Ramalho

Instituto Federal de Educação Ciência e  
Tecnologia da Paraíba

[Luiz\\_pas@hotmail.com](mailto:Luiz_pas@hotmail.com)

O objetivo deste estudo foi analisar o uso do smartphone para a prescrição de exercícios aeróbicos e o consumo calórico durante este tipo de exercício. Participaram da pesquisa 15 alunos do curso de Licenciatura em Educação Física de ambos os sexos de 18 a 30 anos, (22,5 anos  $\pm$  5,2 anos), IMC 17,87 a 27,7 Kg/m<sup>2</sup> (22,67 Kg/m<sup>2</sup>  $\pm$  2,52 Kg/m<sup>2</sup>). Para a determinação do VO<sub>2</sub>MÁX utilizou-se um protocolo sem esforço (equação de whaley) e um teste de campo (cooper de 12 minutos), adotou-se a intensidade de 60% do VO<sub>2</sub>MÁX obtido no teste de cooper e duração de 30 minutos para a prescrição do exercício, determinando a velocidade da corrida e o gasto calórico. Posteriormente utilizando um smartphone, os alunos controlaram sua corrida durante 30 minutos na velocidade prescrita, ao final registrou-se os resultados da velocidade e gasto calórico. Para a análise estatística, empregou-se um ANOVA de um fator (F= 3,219, p= 0,12; p < 0,05) para velocidade média e (F= 3,219, p= 0,36; p < 0,05) para o gasto calórico, nenhuma diferença significativa foi verificada, apresentando como média para a velocidade prescrita pelo teste sem esforço 7,85 Km/h, para o teste de cooper, média de 6,88 Km/h e para o smartphone 6,95 km/h; DP= 0,54; para o gasto calórico, apresentou média de 255 Kcal para o teste sem esforço, para o teste de cooper, média de 223,25 Kcal e para o smartphone 234.46 Kcal; DP= 16,12. Os smartphones apresentam-se como uma ferramenta interessante para os profissionais de educação física.

**PALAVRAS-CHAVE:** Gasto Energético, Exercícios Aeróbicos., Educação e Treinamento Físico.

# RESPOSTAS FISIOLÓGICAS AGUDAS A UMA SIMULAÇÃO DE DUATHLON AQUÁTICO EM INDIVÍDUOS TREINADOS

Maria Juliana de Oliveira Almeida  
Ana Denise de Souza Andrade  
Isadora Fernandes Cardoso  
Saulo Chaves Magalhães  
Paulo Sergio Cardoso Junior  
Claudio de Oliveira Assumpção

Universidade Federal do Ceará

mariajulianaef@hotmail.com

**Objetivo:** verificar alterações dos marcadores fisiológicos de intensidade (frequência cardíaca (FC), pressão arterial (PA), glicemia e percepção subjetiva de esforço (PSE) antes, durante e após uma simulação de Duathlon Aquático. **Metodologia:** Realizou-se um simulado de Duathlon Aquático com 6 triatletas amadores (5 do gênero masculino e 1 do feminino) com idades de  $19,2 \pm 2,8$  anos e com no mínimo 3 anos de experiência. As aferições da FC, PA e Glicemia foram feitas antes dos 750 metros de natação (T1), no período de transição (T2) e após 5000 metros de corrida (T3). Para PSE foi utilizada a escala adaptada (PSE-BORG, 1982) no período de transição (T2) e após a corrida (T3). **Resultados:** Os resultados obtidos para FC durante os tempos T1, T2 e T3 foram respectivamente T1 ( $78,3 \pm 16,4$  bpm), T2 ( $129 \pm 11,2$  bpm), T3 ( $148 \pm 19,2$  bpm) para a PA T1 ( $118,3 \pm 11,7 / 76,6 \pm 10,3$  mmHg), T2 ( $131,6 \pm 17,2 / 58,3 \pm 21,3$  mmHg), T3 ( $141,6 \pm 17,2 / 48,3 \pm 17,2$  mmHg) e para glicemia T1 ( $97,8 \pm 3,2$  mg/dl), T2 ( $131 \pm 20,4$  mg/dl), T3 ( $140,5 \pm 29,9$  mg/dl). Os valores obtidos para PSE durante os tempos T2 e T3 respectivamente foram: T2 ( $7,34 \pm 1,86$ ) e T3 ( $9,6 \pm 0,5$ ) sendo estes correspondentes e/ou superiores a zona alvo de treinamento. **Conclusão:** Os resultados corroboram com os achados atuais previstos para esse tipo de intervenção (aumento da FC, da PA sistólica, da glicemia e da PSE ao longo dos tempos). Vale ressaltar que a PA diastólica não atendeu às perspectivas normais segundo a literatura, pois observou-se uma diminuição pronunciada em seus valores para os tempos T2 e T3.

**PALAVRAS-CHAVE:** Fenômenos Fisiológicos Cardiovasculares, Physical Endurance, Glicemia.

# SAÚDE MENTAL E NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA EM CRIANÇAS NORDESTINAS

Jorge Lopes Cavalcante Neto  
Gabrielle Cerqueira da Silva  
Claudemir Araújo Santos

Universidade Federal de São Carlos

jorgelcneto@hotmail.com

**Objetivo:** Verificar a relação entre os níveis de atividade física e a saúde mental de crianças escolares nordestinas. **Métodos:** Tratou-se de um estudo transversal. A amostra foi de 55 escolares com idade média de 9,20 anos ( $\pm 0,80$ DP), recrutados a partir da autorização e disponibilidade dos pais/responsáveis. Aplicou-se o Child Behavior Checklist (CBCL), para avaliação dos problemas de saúde mental dos escolares, o Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C), para avaliação dos níveis de atividade física dos sujeitos e questionário sócio demográfico. Adotou-se o ponto de corte  $T > 63$  para a classificação de problemas de saúde mental. Já os níveis de atividade física foram dicotomizadas em Sedentários e Ativos (Ativos + Moderadamente Ativos). Usou-se o qui-quadrado com  $p < 0,05$  e a medida de razão de chances (OR) com intervalo de confiança de 95%. **Resultados:** 80% das crianças eram sedentárias e 07,3% apresentaram transtorno mental. Não foi encontrada associação significativa dessas variáveis. Dentre as variáveis sociodemográficas, a única que apresentou associação com os níveis de atividade física foi o sexo. Já que as meninas apresentaram um risco 10 vezes superior de serem sedentárias quando comparadas aos meninos. **Conclusão:** Não se observou associação entre problemas de saúde mental e níveis de atividade física entre as crianças escolares deste estudo. Apesar disso, houve elevado percentual de crianças consideradas sedentárias, que necessitam de programas de intervenção com atividade física. Para tanto, família e escola devem ser aliadas na melhoria dos indicadores de saúde, adotando atitudes condizentes com hábitos saudáveis de vida, que devem se iniciar na infância.

**PALAVRAS-CHAVE:** Saúde Mental, Atividade Motora, Crianças.

**FOMENTO:** Fundação de Amparo a pesquisa do Estado da Bahia (FAPESB)

# ÍNDICE DE MASSA CORPORAL ENTRE ESTUDANTES DO 8º E 9º ANOS DE ESCOLA PÚBLICA E RELAÇÕES COM ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE NO MUNICÍPIO DE MARACANA/PA

Flavius Augusto Pinto Cunha  
Ivanilza Ferreira Santos  
Michele Fonseca Teixeira

Universidade Federal do Pará

flaviusmaranhao@gmail.com

Atualmente, um problema muito recorrente na infância e na adolescência é a obesidade. Embora esse aspecto apresente causas multifatoriais, um vilão de extrema relevância tem sido a falta de atividade física. Nesse sentido, o objetivo dessa pesquisa foi interpretar o índice de massa corporal (IMC) entre adolescentes das séries finais do ensino fundamental de escola pública do município de Maracanã, no estado do Pará, e verificar possíveis relações com a atividade física e a promoção da saúde. Participaram do estudo 37 escolares, de ambos os sexos, do 8º e 9º anos. Todos os envolvidos e seus responsáveis receberam informações acerca do objetivo e da metodologia a ser utilizada na pesquisa. Após a explicação, assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido autorizando a participação. Para o cálculo do IMC, foram registrados dados antropométricos de massa corporal e estatura. Com relação a atividade física, responderam questionário semiestruturado abordando o tema saúde na educação física. Os dados foram analisados através de estatística descritiva. Os resultados do IMC para ambos, encontraram-se dentro da normalidade, de acordo com tabelas convencionais de avaliação. Em relação ao questionário, constatou-se que na escola, a educação física pode ampliar as possibilidades de conscientização do papel dessa disciplina com ênfase na promoção da saúde. Conclui-se que os estudantes apresentaram índice normal quanto ao registro do IMC, entretanto, é necessário garantir a regularidade das ações, além de propor novas e contínuas interações para que, cada vez mais, os benefícios da atividade física sejam discutidos e vivenciados na escola.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescente, Educação Física e Treinamento, Saúde Escolar.

# UMA VISÃO DA REDE DE PESQUISA NA ÁREA DE ATIVIDADE FÍSICA NO BRASIL

Rafaela Costa Martins  
Andrea Ramirez Varela  
Pedro Rodrigues Curi Hallal

Universidade Federal de Pelotas

rafamartins1@gmail.com

**Objetivo:** Descrever a pesquisa na área da atividade física (AF) no Brasil em 2013 e analisar como a colaboração esteve estruturada entre pesquisadores no país. **Métodos:** Foi realizada uma busca dos artigos sobre AF no Brasil em 2013. Foram usados os termos "atividade física" (no título ou resumo) e Brasil (em qualquer lugar do título, resumo, texto ou afiliação), e selecionados de acordo com critérios de inclusão. Os artigos foram classificados em (a) estudos de prevalência, tendência temporal ou medidas; (b) correlatos e determinantes; (c) consequências em saúde; (d) intervenções; (e) políticas. A rede de pesquisa foi construída baseada na informação de afiliação de autores (região e sexo) e suas interações. Foram usados os programas Gephi 8.02, Matlab e Tableau. **Resultados:** As características encontradas foram: 96 artigos, 434 autores encontrados (105 estrangeiros) e 14 artigos do autor que mais publicou. Em relação ao tipo de estudo, 36,5% eram de prevalência, tendências e medidas, 30,2% sobre correlatos e determinantes, 17,7% sobre consequências em saúde, 14,6% sobre intervenções e 1,0% sobre políticas. Dos autores brasileiros, 29% eram da região Sul, 33% da Sudeste, 5% da Centro-Oeste, 9% da Nordeste e 0,5% da Norte. Para cada estrangeiro que publica no Brasil, há aproximadamente 3 autores brasileiros. Além disso, encontrou-se que 49% eram mulheres. **Conclusão:** A produção científica no país está aumentando. É necessário promover a colaboração entre pesquisadores com a intenção de fortalecer a interação entre as regiões do Brasil e, assim, melhorar a evidência de pesquisas nacionais relacionadas a AF e saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Pesquisa, Atividade Motora, Saúde Pública.

# VALIDAÇÃO DO PEDÔMETRO POWER WALKER® EM CONDIÇÕES DE VIDA LIVRE

Fernanda Rocha de Faria  
Paulo Roberto dos Santos Amorim

Universidade do Estado de Santa Catarina

[frfaria.fff@gmail.com](mailto:frfaria.fff@gmail.com)

**Objetivos:** Avaliar a validade, variabilidade, precisão e reprodutibilidade do pedômetro Power Walker® – 610 (Yamax, Japão) (PW) na contagem do número de passos em condições de vida livre, tendo como critério a utilização do pedômetro Digi-Walker® SW-200 (Yamax, Japão) (DW). **Métodos:** Foram avaliados 40 voluntários com idades entre 40 e 59 anos ( $49,9 \pm 5,5$  anos), sendo 32 homens e 8 mulheres. Os sujeitos utilizaram os pedômetros por oito dias consecutivos, mantendo sua rotina de atividades diária inalterada. Cada sujeito foi instruído a colocar ambos os pedômetros ao despertar e utiliza-los a maior quantidade de tempo possível. Ao final de cada dia os participantes retiravam os pedômetros e inseriam os dados em uma ficha. Foi excluído das análises o primeiro dia de coleta, utilizou-se teste de Kolmogorov-Smirnov para verificar a distribuição dos dados, teste t pareado, coeficiente de correlação intraclasse (CCI), coeficiente de variabilidade (CV), diagrama de Bland-Altman e escore de diferenças. **Resultados:** A média da contagem de passos semanal produzida pelo PW ( $11.554 \pm 6.839$  passos) foi estatisticamente maior em comparação com o DW ( $9.881 \pm 5.585$  passos). Considerando a média de sete dias, o PW superestimou em 1.673 passos a contagem do DW. Foram encontrados elevados valores de CCI para todos os dias de coleta, com variação entre 0,778 (IC95%: 0,568 – 0,886) e 0,919 (IC95%: 0,840 – 0,958). Ambos os pedômetros apresentaram elevados valores de CV, provavelmente devido à variabilidade das atividades individuais. **Conclusão:** Os resultados do estudo indicam elevada concordância entre o PW e o critério.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Validação, Pedômetro.

**FOMENTO:** FAPEMIG

# PERCEPÇÃO E INSATISFAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E SEU ESTADO NUTRICIONAL EM ADOLESCENTES ESCOLARES DO SEXO FEMININO NA CIDADE DE JACOBINA-BA

Jerfferson Evando Feitosa Martins  
Laura Emmanuela Lima Costa  
Neila Carla Sales da Silva  
Jessica Raisa Lima Oliveira  
Andressa de Oliveira Araújo

Uneb (Universidade do Estado da Bahia)

[jefinhojua10@hotmail.com](mailto:jefinhojua10@hotmail.com)

**Objetivo geral:** Analisar a insatisfação de adolescentes de escolas públicas e privadas do sexo feminino em relação à percepção da imagem corporal e ao estado nutricional na Cidade de Jacobina, Bahia. **Método:** Trata-se de uma pesquisa descritiva, de abordagem qualitativa e de delineamento transversal. A amostra foi composta por 84 adolescentes do sexo feminino matriculados em Escola Pública e Privada da cidade de Jacobina-Ba. Como instrumento de coleta de dados, foram utilizados a Escala de Silhueta proposta por Stunkard et al., para verificar a imagem corporal declarada, e o IMC (Índice de Massa Corporal), para aferir a imagem corporal real e um questionário com perguntas abertas, elaborado especificamente para este estudo relacionados à classe socioeconômica. **Resultado:** Observou-se que 32,14% das adolescentes do sexo feminino estão insatisfeitas com a imagem corporal e sentem o desejo de reduzir sua silhueta, nota-se que as sujeitas apresentaram estarem com estado nutricional adequado. As adolescentes do sexo feminino da escola privada e pública apresentaram 17,85% e 14,28% de insatisfação. **Conclusão:** Houve uma aproximação entre os dados da escola privada e escola pública. As meninas sentem o desejo de reduzir sua silhueta, sendo possível compará-los com estudos que apontam que as mulheres sentem o desejo de ficarem com corpos mais magros. Assim, recomendasse que as escolas destinem espaços para profissionais de Educação Física para desenvolver atividades de conscientização da percepção do seu corpo, bem como desenvolver ações que podem fazer o sujeito pensar no corpo que vem sendo imposto.

**PALAVRAS-CHAVE:** Percepção da Imagem Corporal, Estado Nutricional, Adolescentes.

# CONSUMO DE ÁLCOOL E SUA RELAÇÃO COM O COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES DE ENSINO MÉDIO

Luis José Lagos Aros  
Alison Oliveira da Silva  
Vandepaula Moraes Campos de Melo  
Bruno Rafael Vieira Souza Silva  
Rafael Miranda Tassitano

Universidade de Pernambuco

lagosarosluis@gmail.com

**Objetivo:** Verificar a associação entre o consumo de álcool (CA) e o comportamento sedentário (CS) em adolescentes. **Metodologia:** Estudo transversal com amostra representativa, participaram 481 estudantes de 14 a 19 anos (54,1 % de moças), da rede pública estadual de Caruaru-PE. Foram coletados os dados através do questionário (GSHS). A variável dependente foi o CA, considerando-se expostos os estudantes que disseram ter consumido pelo menos uma bebida alcoólica nos últimos 30 dias e considerados expostos ao CS aqueles que faziam o uso diário de computador, videogame e tempo de TV  $\geq 3$  horas. As demais variáveis foram sociodemográficas (sexo, local de residência), econômico (renda familiar), à escola (turno) e à saúde (atividade física). Os dados foram tabulados no programa Epidata e analisados no SPSS. **Resultados:** As prevalências de exposição ao álcool e ao CS foram 21,6% e 66,1%, respectivamente. Observou-se que o CA está associado significativamente à exposição ao CS. Os adolescentes que relataram ficar  $\geq 3$  horas diárias em CS são mais expostos ao CA (76,9%), comparados com aqueles que não passam  $\geq 3$  horas por dia (63,1%) ( $p < 0,05$ ). O modelo de regressão ajustado indicou que o risco de exposição ao CA aumenta duas vezes quando os adolescentes estão expostos ao CS, independentemente do sexo, idade, local de residência, turno e AF. **Conclusão:** Adolescentes expostos a maior tempo em CS, estão mais sujeitos ao CA, mesmo quando a prevalência do consumo é baixa comparado a outros estudos. Sugere-se a redução de CS e adoção de práticas de AF regular.

**PALAVRAS-CHAVE:** Comportamento do Adolescente, Consumo de Bebidas Alcoólicas, Adolescente.



# TEMPO SEDENTÁRIO E DOMÍNIOS DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADULTOS

Oades Alen Alves  
Adriel Augusto Raul Ferreira  
Camila Bosquiero Papini  
Emerson Sebastião  
Priscila Missaki Nakamura  
Eduardo Kokubun

Instituto Federal de Ciência e Tecnologia do  
Sul de Minas Gerais

[oades.alves@gmail.com](mailto:oades.alves@gmail.com)

**Objetivo:** Examinar diferenças do nível de atividade física (AF) separado por domínios em relação ao tempo sedentário (TS) em adultos. **Metodologia:** Participaram do estudo 1632 adultos ( $46 \pm 17$  anos) residentes na cidade de Rio Claro/SP ( $n=1588$ ) e Muzambinho/MG ( $n=44$ ). AF e TS foram avaliados com o IPAQ longo. TS referente a um dia de semana (DS) e final de semana (FS) foram categorizados em  $\leq 3$  horas e  $> 3$  horas para as análises. Diferenças no nível de AF entre os grupos de acordo com o TS foram examinadas separadamente por sexo, utilizando-se teste t para amostras independentes e adotando  $p < 0,05$ . **Resultados:** Mulheres reportando  $> 3$  horas de TS durante um DS apresentaram significativamente menores valores de atividade doméstica ( $551 \pm 712$  min/sem e  $777 \pm 836$  min/sem); o mesmo ocorreu para o TS no FS ( $562 \pm 701$  min/sem e  $782 \pm 855$  min/sem). Comportamento similar ocorreu no domínio trabalho durante um DS ( $257 \pm 831$  min/sem e  $506 \pm 1085$  min/sem) e FS ( $238 \pm 679$  min/sem e  $544 \pm 1201$  min/sem); transporte durante um DS ( $120 \pm 188$  min/sem e  $168 \pm 232$  min/sem) e FS ( $126 \pm 202$  min/sem e  $165 \pm 222$  min/sem). Homens reportando  $> 3$  horas de TS durante um DS e FS apresentaram significativamente menores valores de AF no trabalho ( $553 \pm 1200$  min/sem e  $1248 \pm 1979$  min/sem) e ( $705 \pm 1432$  min/sem e  $1196 \pm 1950$  min/sem), respectivamente. Comportamento similar foi observado no domínio transporte durante um DS ( $142 \pm 235$  min/sem e  $241 \pm 362$  min/sem) e FS ( $170 \pm 301$  min/sem e  $225 \pm 324$  min/sem). **Conclusão:** Mulheres reportando  $> 3$  horas em TS durante um DS e FS apresentaram menor nível de AF nos domínios doméstico, trabalho e transporte. Homens com maior TS reportaram menores valores de AF no trabalho e transporte.

**PALAVRAS-CHAVE:** Níveis de Atividade Física, Estilo de Vida Sedentário, Adulto.

**FOMENTO:** FAPEMIG

# CARACTERIZAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DOS PARTICIPANTES DO PROJETO NO PIQUE DA PUC-CAMPINAS

Renata Cristina Figueiredo  
José Francisco Daniel

Pontifícia Universidade Católica

[recris.figueiredo@hotmail.com](mailto:recris.figueiredo@hotmail.com)

O objetivo desse trabalho foi caracterizar a composição corporal dos participantes do projeto No Pique da PUC-Campinas no momento da adesão aos exercícios físicos do ano de 2015. A amostra foi de 95 participantes entre professores e funcionários da PUC-Campinas, sendo 48 homens e 47 mulheres, com média de idade de  $31,16 \pm 11,88$  e  $33,87 \pm 10,26$  anos, respectivamente. Os dados coletados foram massa corporal, estatura, perímetro da cintura e quadril, e dobras cutâneas, para a obtenção dos índices IMC, ICQ e percentual de gordura. Os resultados foram classificados dentro de cada índice e calculado o percentual correspondente. No IMC, a classificação para homens e mulheres foi: peso adequado 54% e 53%, sobrepeso 29% e 26%. No ICQ, os homens apresentaram 58% risco moderado e 37% baixo, as mulheres 40% moderado e 30% alto. O percentual de gordura foi classificado em 27% moderado e 21% no nível bom para os homens, e para as mulheres 23% moderado, 26% acima do recomendando e 23% excessivamente alto. Comparando os resultados de IMC e ICQ, é notável que os homens possuem acúmulo de gordura na região abdominal mesmo que o maior percentual encontra-se com o peso adequado. Em relação ao IMC e percentual de gordura das mulheres, observa-se grande quantidade com peso adequado, porém com gordura corporal acima do recomendado. Nesse caso tanto a amostra masculina como a feminina apresentou baixo nível de massa muscular. Com isso entende-se a necessidade da realização de exercícios que promovam ganho de massa magra e redução de massa gorda.

**PALAVRAS-CHAVE:** Avaliação Física, Exercício Físico, Composição Corporal.

# SAÚDE MENTAL E NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ADOLESCENTES NORDESTINOS

Claudemir Araújo Santos  
Gabrielle Cerqueira da Silva  
Jorge Lopes Cavalcante Neto

Uneb (Universidade do Estado da Bahia)

kau.araujo25@gmail.com

**Objetivo:** Verificar a relação entre problemas de saúde mental e os níveis de atividade física de adolescentes escolares nordestinos. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal. A amostra foi de 34 adolescentes com média de idade de 13,55 anos ( $\pm 0,78$ DP), recrutados a partir da autorização e disponibilidade dos pais/responsáveis. Para avaliar os problemas de saúde mental dos escolares foi aplicado o Child Behavior Checklist (CBCL), com um ponto de corte  $T > 63$  para classificação de transtorno mental entre os escolares. Para avaliar os níveis de atividade física dos sujeitos foi utilizado o Questionário Internacional de atividade física – IPAQ em sua versão curta. A avaliação das características sociais e demográficas foi feita através da utilização de um questionário específico. Usou-se o quiquadrado com  $p < 0,05$  e a medida de razão de chances (OR) com intervalo de confiança de 95%. **Resultados:** Observou-se um maior percentual de adolescentes classificados como inativos (55,9%), e a prevalência de transtorno mental foi de 14,7% entre os adolescentes escolares participantes do estudo. Não foi observada associação significativa entre os níveis de atividade física e saúde mental dos escolares. Ao se verificar possíveis associações dos níveis de atividade física e do transtorno mental dos adolescentes com os fatores sociais e familiares investigados no estudo, não foram encontradas diferenças significativas ao nível de  $p < 0,05$ . **Conclusão:** Não se observou associação entre problemas de saúde mental e níveis de atividade física nos adolescentes aqui investigados. Entretanto, cabe destacar a importância de programas específicos de atividade física devem ser realizados com esses adolescentes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescente, Saúde Mental, Atividade Física.

**FOMENTO:** FAPESB

# ATIVIDADE FÍSICA OCUPACIONAL DE COLETORES DE LIXO

Rodrigo Kohn Cardoso  
Marcelo Cozzensa da Silva  
Airton José Rombaldi  
Aline Machado Araujo  
Matheus Pintanel Silva de Freitas

*Escola Superior de Educação Física da  
Universidade Federal de Pelotas*

[rodrigokohn21@yahoo.com.br](mailto:rodrigokohn21@yahoo.com.br)

**Introdução:** Os coletores de lixo são constantemente expostos a AF em seu trabalho e são escassos os estudos objetivando avaliar o nível de atividade física total destes trabalhadores. **Objetivo:** O objetivo do estudo é verificar os níveis de atividade física no de coletores de lixo. **Métodos:** Este estudo caracterizou-se como observacional descritivo e do tipo censo. A população foi composta por todos os coletores de lixo das cidades de Pelotas e Rio Grande, Rio Grande do Sul. A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário contendo questões relativas a variáveis sociodemográficas, econômica, nutricional e comportamentais. O nível de atividade física foi avaliado através do Questionário Internacional de Atividade Física, IPAQ - versão longa. Foi realizada a análise univariada de todas as variáveis coletadas, com cálculo das medidas de tendência central e dispersão para as variáveis contínuas e proporções para as variáveis categóricas. **Resultados:** Foram entrevistados todos os 127 coletores de lixo. O nível de AF ocupacional dos trabalhadores foi de 3853,0 minutos por semana (DP 583,4). **Conclusão:** Concluiu-se que os coletores de lixo estão expostos a uma carga de AF ocupacional extremamente elevadas, podendo haver prejuízo significativo para a saúde se não forem adotadas medidas adequadas de nutrição e recuperação física.

**PALAVRAS-CHAVE:** Epidemiologia, Trabalhadores, Saúde Ocupacional.

# PERCENTUAL DE GORDURA, CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO E O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES-EVIDÊNCIAS DO PROJETO PRÁTICA

Indiára Alexandra Vilela da Silva  
Márcio Botelho Peixoto  
Jayne Santos Leite  
Inácio Crochemore Mohnsam da Silva  
Virgílio Viana Ramires  
Helen Gonçalves

Universidade Federal de Pelotas

indiara\_vilela@hotmail.com

O objetivo deste estudo foi descrever a prevalência do percentual de gordura, aptidão física cardiorrespiratória e o nível de atividade física em adolescentes escolares do ensino médio de uma instituição federal de Pelotas/RS. Os dados foram coletados durante as aulas de Educação Física no mês de Abril de 2014. Para avaliar a composição corporal foram coletadas massa corporal, altura e dobras cutâneas do tríceps e da panturrilha. A aptidão cardiorrespiratória foi avaliada com o teste de 'Vai-e-Vem' de 20 metros, com o intuito de avaliar o consumo máximo de oxigênio ( $VO_2max$ ). Ao total foram entrevistados 239 alunos, destes 55% eram do sexo masculino, com idade média de  $15,5 \pm 1,15$  anos. Foi encontrada uma baixa prevalência de atividade física, onde 32,6% (IC95% 26,6 – 38,6) dos adolescentes atingiram a recomendação de atividade física no lazer de 300 minutos semanais. Cerca de 83% (IC95% 78,2 – 88,5) dos avaliados tiveram classificação como regular ou acima da média para o  $VO_2max$  de acordo com a idade. Em relação ao percentual de gordura, apenas 54% (IC95% 42,2 – 61,8) dos avaliados foram classificados com percentual adequado. Entre os indicadores avaliados relacionados a saúde física dos adolescentes, grande parte dos adolescentes não atingiram os valores indicados regulares para esta faixa etária. Ressalta-se a grande importância da atividade física para a manutenção e melhora da saúde, bem como dos indicadores investigados como aptidão física cardiorrespiratória e composição corporal.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Aptidão Física, Composição Corporal.

**FOMENTO:** Propesp

# CARACTERÍSTICAS DAS ROTAS PARA USO DE BICICLETA NO DESLOCAMENTO EM ADOLESCENTES DE CURITIBA-PR

Edina Maria de Camargo  
Adalberto Aparecido dos Santos Lopes  
Claudia Oliveira Alberico  
Rodrigo Siqueira Reis

Pontifícia Universidade Católica do Paraná,  
Universidade Federal do Paraná

edina.camargo@pucpr.br

**Objetivo:** Identificar as características de rotas utilizadas por adolescentes no deslocamento com bicicletas. **Métodos:** Estudo com delineamento transversal, realizado em Curitiba no ano de 2013. Participaram deste estudo indivíduos com idade entre 12 e 17 anos, selecionados em 32 setores censitários com diferentes níveis de renda e walkability. Para a medida objetiva de ambiente, foi utilizado o receptor GPS (Global Positioning System), que fornece informações de coordenadas geográficas (n=147). Através de uma plataforma virtual, foram identificados os pontos de deslocamento, determinado através da diferença espacial entre dois pontos que fosse igual ou superior a 25 metros no intervalo de um minuto, com o mínimo de 100 metros. A amostra analítica com GPS válido foi de 45 adolescentes. **Resultados:** O deslocamento ativo com bicicleta foi identificado em 16 sujeitos (56,3% masculino), nível socioeconômico A= 18,8%, B=56,3%, C=25% e gerando um total de 186 rotas. Mais de 80% das rotas utilizadas têm presente um ou mais pontos de ônibus. Em apenas 25% das rotas foi possível encontrar ciclovias, independentemente de sua extensão. Ainda, enquanto parques estão presentes em somente 2,7% das rotas de deslocamento ativo, praças são encontradas em mais de 45% do caminho. **Conclusão:** Apesar da alta incidência de pontos de ônibus, os adolescentes ainda assim escolhem deslocar-se ativamente com bicicleta, mesmo que a presença de ciclovias seja baixa. Estas características podem ser de grande valia na proposta de mudanças ambientais que favoreçam este comportamento ativo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Adolescentes, Ciclismo.

# MÉDIA DA ATIVIDADE FÍSICA DE ADOLESCENTES DE AÇORDO COM O NÚMERO DE DIAS VÁLIDOS: EXPLORANDO DADOS DE ACELERÔMETRIA

Priscila Bezerra Gonçalves  
Carla Adriane de Souza  
Helen Caroline Corletto  
Rodrigo Siqueira Reis

Universidade Federal do Paraná, Pontifícia  
Universidade Católica do Paraná

[priscilab.goncalves@hotmail.com](mailto:priscilab.goncalves@hotmail.com)

**Objetivo:** Comparar o nível de atividade física (AF) de adolescentes considerando diferentes números de dias válidos no uso de acelerometria. **Métodos:** Os dados foram extraídos do Projeto IPEN-Adolescents, realizado entre agosto/2013 e maio/2014, na forma de inquérito domiciliar, em 32 setores censitários da cidade de Curitiba-PR. Para avaliação da AF, os adolescentes (12 a 17 anos) utilizaram o acelerômetro (ActiGraph) por pelo menos sete dias consecutivos. Para considerar um dia válido foram utilizados os seguintes critérios: uma hora válida <60 zeros consecutivos (counts); um dia de semana válido  $\geq 10$  horas/válidas e um dia de final de semana válido  $\geq 8$  horas/válidas. Os pontos de corte sugeridos por Freedson (2005) e Trost (2011) foram usados para classificação da intensidade da AF. As variáveis analisadas foram AF leve (AFL), AF moderada (AFM), AF vigorosa (AFV), AF moderada e vigorosa (AFMV) e AFMV com bouts de 10 minutos. Optou-se por utilizar de cinco a oito dias válidos para comparação. Na análise dos dados utilizou-se estatística descritiva, teste qui-quadrado para proporções e o teste Kruskal-Wallis. Os testes foram realizados no SPSS 17.0 ( $p < 0,05$ ). **Resultados:** Ao todo, 495 adolescentes participaram do estudo. Destes, 361 (72,9%) apresentaram pelo menos cinco dias válidos, 182 (50,4%) foram meninas, idade média de 14,64 ( $\pm 0,09$ ) anos e 54,8% pertencem ao nível sócio econômico médio. Não foi identificado diferença significativa entre as médias diárias de AF para todas as categorias de dias válidos ( $p > 0,05$ ). **Conclusão:** Não existe diferença entre as médias de AF quando considerado a quantidade de número de dias válidos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Adolescentes, Acelerometria.

**FOMENTO:** National Institutes of Health

# ANTROPOMETRIA COMO PREDITOR DE SAÚDE NO ENSINO FUNDAMENTAL

Juliana Nunes de Oliveira  
Luis Gonzaga de Oliveira Gonçalves

Secretaria Municipal de Esporte e Lazer -  
Semes, Universidade Federal de Rondônia  
- Unir

[juliana.nunes.oliveira@gmail.com](mailto:juliana.nunes.oliveira@gmail.com)

A antropometria é uma técnica utilizada para a monitoração dos níveis de saúde de indivíduos nas diversas idades. Este trabalho tem por objetivo demonstrar o uso da antropometria no monitoramento da saúde no ambiente escolar. Foram avaliados 216 alunos (112 meninos e 104 meninas) de 7 a 10 anos do ensino fundamental de uma escola da zona leste em Porto Velho-RO. As medidas antropométricas utilizadas foram: peso, estatura (Cálculo do IMC), percentual de gordura - %G e a circunferência da cintura - CC. Os dados coletados foram tratados com a estatística descritiva (frequência, média e desvio padrão). No resultado, verificou-se que a maioria dos alunos estão dentro da faixa normal no IMC (Masc: 07 - 84%; 08 - 77%; 09 - 94% e 10 - 87%; Fem: 07 - 80%; 08 - 76%; 09 - 77% e 10 - 87%). O %G no sexo feminino foi baixo na faixa etária de 07 a 09 anos (07 - 65%; 08 - 44% e 09 - 62%) e normal nos 10 anos com 53%. Os meninos estiveram na classificação normal (07 - 76%; 08 - 59%; 09 - 61% e 10 - 61%). A CC encontrada na maior parte dos alunos foi abaixo do ponto médio (Masc: 07 - 53%; 08 - 68%; 09 - 89% e 10 - 83% e Fem: 07 - 53%; 08 - 76%; 09 - 85% e 10 - 80%). Pode-se concluir que este tipo de trabalho é essencial no monitoramento da saúde escolar.

**PALAVRAS-CHAVE:** Antropometria, Saúde, Educação Física.



# DIFERENÇAS NAS CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS ENTRE ADOLESCENTES COM DADOS VÁLIDOS E NÃO VÁLIDOS DE ACELERÔMETRIA

Helen Caroline Corletto  
Priscila Bezerra Gonçalves  
Carla Adriane de Souza  
Rodrigo Siqueira Reis

Pontifícia Universidade Católica do Paraná,  
Universidade Federal do Paraná

[helen\\_carols2@hotmail.com](mailto:helen_carols2@hotmail.com)

**Objetivo:** Verificar se existe diferença nas características sociodemográficas entre adolescentes com dados válidos e inválidos de acelerometria. **Métodos:** Os dados foram coletados na cidade de Curitiba-PR entre os meses de agosto/2013 e maio/2014, através do Projeto IPEN-Adolescents, com adolescentes entre 12 e 17 anos que utilizaram acelerômetros (ActiGraph) por um período de uma semana. Foram considerados dados válidos, aqueles que utilizaram pelo menos cinco dias (incluindo um de final de semana), por pelo menos 10 horas/dia (sendo 8 horas/dia nos dias de final de semana). As variáveis sociodemográficas testadas foram: sexo, idade, peso, cor de pele/raça, nível socioeconômico (NSE), escolaridade, atividade física (AF) diária, atividade física moderada e vigorosa (AFMV) em bouts de 10 minutos. Para análise dos dados foi realizado o teste qui-quadrado (variáveis categóricas) e teste de U-Mann Whitney para as (variáveis contínuas), no SPSS 17.0, com valor de  $p < 0,05$ . **Resultados:** No total, foram avaliados 461 adolescentes, sendo 51,2% do sexo feminino, idade média de 14,12 anos ( $DP \pm 1,62$ ) e 53,1% de NSE médio. 362 adolescentes apresentaram dados válidos. Não foram encontradas diferenças significativas nas características sociodemográficas entre adolescentes com dados válidos e inválidos de acelerometria ( $p > 0,05$ ). Quando considerado bouts de 10 minutos de AFMV foi encontrada diferença significativa entre os grupos ( $p < 0,001$ ). **Conclusão:** Não existem diferenças nas características sociodemográficas dos adolescentes entre os grupos com dados válidos e inválidos, exceto para AFMV com bouts de 10 minutos. Portanto pode-se considerar que a amostra com dados válidos é representativa de todos os adolescentes investigados no presente estudo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Acelerometria, Adolescente, Demografia.

**FOMENTO:** National Institutes of Health

# CONSUMO DE MEDICAMENTOS E ESTILO DE VIDA DE MORADORES DO DISTRITO SANITÁRIO SANTA LUZIA DO MUNICÍPIO DE CRICIÚMA-SC

Julia Casagrande Bitencourt

Joni Marcio de Farias

Cledir Lago

Universidade do Extremo Sul Catarinense

juliacasagrande\_@hotmail.com

**Objetivo:** Identificar o estilo de vida associado à saúde dos indivíduos pertencentes ao Distrito Sanitário Santa Luzia da cidade de Criciúma – SC e observar se há uma relação com o consumo crônico de medicamentos. **Método:** A amostra foi composta por moradores de 10 bairros do Distrito Sanitário Santa Luzia (n = 386). A coleta de dados foi realizada de forma domiciliar entre outubro de 2013 a fevereiro de 2014. Instrumentos utilizados para a coleta: questionário elaborado pelos autores da pesquisa (gênero, idade, peso, altura e uso crônico de medicamentos), questionário de Atividades Físicas Habituais e questionário para classificação socioeconômica. A partir dos dados foi também determinado o IMC. **Resultados:** 54,6% da amostra total faz uso crônico de medicamentos. Maior parte da amostra foi composta por adultos, sendo que destes, 52,1% fazem uso de medicamentos; entre os idosos, 77,7% relatou fazer esse uso. Na classificação de IMC, 33,9% da amostra se caracterizou com sobrepeso, seguido por 32,1% com peso normal, 30,5% com obesidade e 3,4% com baixo peso. Destes, a maioria da população com sobrepeso e obesidade faz uso crônico de medicamentos. Grande parte da amostra foi classificada em inativo e moderadamente ativo, sendo que 59,2% dos considerados inativos e 55,9% dos moderadamente ativos fazem uso de medicamentos. **Conclusão:** Houve uma prevalência de indivíduos com sobrepeso e obesidade e indivíduos insuficientemente ativos, sendo que destes, a maioria faz uso crônico de medicamentos, podendo-se concluir que a idade, IMC e nível de atividade física são fatores que influenciam neste consumo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estilo de Vida, Saúde Pública, Exercício.

# PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E SUA RELAÇÃO COM O SEXO EM ALUNOS DE UMA ESCOLA DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DA CIDADE DE SÃO LUÍS- MARANHÃO

Letícia Rufino de Sousa  
Elilson Santos Ferreira

Universidade Federal do Maranhão

letyrcia-rufino@hotmail.com

**Objetivo:** Verificar a percepção da imagem corporal de alunos de uma escola da rede pública de ensino e a relação dessa imagem corporal com o sexo. **Métodos:** Fizeram parte desse estudo 150 alunos (76 meninas e 74 meninos) com idade média de  $12,5 \pm 1,87$  anos de uma escola Municipal da cidade de São Luís-MA. A imagem corporal foi avaliada por meio da escala de percepção de silhueta corporal de Childress e Cols (1993), onde foram apresentadas duas figuras, a silhueta real e silhueta ideal, ambas enumeradas de 1 a 9. Caso a subtração da silhueta real pela silhueta ideal obtivesse valor igual à zero indicaria satisfação, caso o valor obtido fosse negativo, indicaria insatisfação por magreza e se o resultado fosse positivo, insatisfação por excesso. **Resultados:** Observou-se que apenas 48% dos alunos estão satisfeitos com a imagem corporal, os demais 30% e 22% estão insatisfeitos pela magreza e insatisfeitos pelo excesso respectivamente. Quando é levado em consideração o sexo, observa-se que os meninos (37%) são os mais satisfeitos com a imagem corporal em relação às meninas (35%). Em relação à insatisfação com a imagem corporal os valores foram de 41% para as meninas e 37% para os meninos. **Conclusão:** Conclui-se que mesmo em uma população pequena, a insatisfação com a imagem corporal se faz presente, devendo servir de alerta para os pais e professores, a fim de desenvolverem estratégias de conscientização, buscando diminuir as pressões, muitas vezes, impostas pela mídia.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescentes, Imagem Corporal, Gênero.

# ANÁLISE DA PERCEPÇÃO DE ESFORÇO EM PACIENTES TRANSPLANTADOS RENAIIS NO TREINAMENTO DE FORÇA

Nivaldo de Jesus Silva Soares Junior  
Carlos José Moraes Dias  
Carlos Alberto Alves Dias Filho  
Antonio Silva Andrade Cunha Filho  
Leandro Pimenta de Melo  
Cristiano Teixeira Mostarda

Faculdade Fasenes

nivaldosoaresjr@gmail.com

**Objetivo:** analisar a percepção de esforço em transplantados renais ativos e sedentários em uma sessão de treinamento de força. **Método:** Foram selecionados 20 participantes transplantados renais que realizavam acompanhamento médico no Centro de Prevenção de Doença Renal no Hospital Universitário Presidente Dutra da Universidade Federal do Maranhão, onde foram subdivididos em grupo ativo (GA) e sedentário (GS), sendo cada um com 10 indivíduos. Os participantes passaram por uma anamnese, verificação da pressão arterial, frequência cardíaca e Escala de Borg durante o repouso, 10, 20 e 30 minutos de exercício físico. O GA estava em intervenção de treinamento regular por oito semanas. A sessão do treino de força de resistência muscular localizada foi composta de três séries com quinze repetições, contrações isotônicas, ciclo de contração de dois segundos para cada tipo de contração (concêntrica e excêntrica) utilizando o método de alternância de segmentos. Os dados foram analisados no programa GraphPad Prism 5. Foi adotado o nível de significância para valores de  $p < 0.05$ . **Resultados:** nenhuma diferença significativa com relação a Escala de Borg foi observada entre os grupos sedentário e controle. **Conclusão:** não houve diferenças na percepção de esforço nos pacientes transplantados renais. Não foi notada diferença significativa entre o GS e o GA. Onde ambos os grupos, não apresentaram uma resposta adequada com relação a frequência cardíaca. Provavelmente pela própria condição da doença, essa percepção ficou comprometida, ainda porque o treino de força não possibilita ganhos significativos com relação aos parâmetros cardiovasculares.

**PALAVRAS-CHAVE:** Transplantados, Exercício, Percepção.

# BARREIRAS PERCEBIDAS À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS EM ESCOLARES DO SUL DO BRASIL

Kelly Christine Maccarini Pandolfo  
Cati Reckelberg Azambuja  
Rafaella Righes Machado  
Tatiane Minuzzi  
Lysellenne de Ávila Lencina  
Daniela Lopes dos Santos

Universidade Federal de Santa Maria

kellypandolfo@hotmail.com

O objetivo do estudo foi identificar as barreiras percebidas (BP) à prática de atividades físicas (AF) em escolares do ensino médio. Participaram 89 alunos (39 meninas; 50 meninos), do 3º ano do ensino médio de uma escola pública federal de Santa Maria, RS, com média de idade de  $17,3 \pm 0,67$  anos. Foi utilizado o instrumento para avaliar as barreiras para a prática de AF em adolescentes, proposto por Santos et al. (2009). A análise dos resultados foi realizada por meio de estatística descritiva. Todas as barreiras do instrumento foram mencionadas pelos escolares. O sexo feminino relatou, em média, maior número de BP ( $5,41 \pm 2,44$ ) quando comparado ao sexo masculino ( $3,42 \pm 1,99$ ). As BP mais citadas, em ambos os sexos, foram “tenho muitas tarefas para fazer por isso é difícil fazer AF” e “falta tempo para fazer AF”, porém, nas meninas foram encontrados maiores percentuais (82% e 77% respectivamente) quando comparados aos meninos (70% e 52% respectivamente). As BP menos referidas pelos adolescentes foram: “é difícil fazer AF porque em casa ninguém faz”, comum aos sexos (20,5% para as meninas; 14% para os meninos); “é difícil fazer AF porque não conheço lugares perto de casa onde eu possa ir” para as meninas (10,3%) e, “acho difícil fazer AF porque não me sinto motivado” para os meninos (14%). A identificação da percepção de barreiras à prática de AF é uma ferramenta importante no desenvolvimento de estratégias para o aumento dos níveis de AF dos adolescentes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescentes, Comportamento, Exercício.

# MENORES NÍVEIS DE PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER ENTRE ADOLESCENTES

Fernanda Tavares Palao  
Camilo Luis Monteiro Lourenço  
Hugo Ribeiro Zanetti  
Edmar Lacerda Mendes

Universidade Federal do Triângulo Mineiro

fernanda\_palao@hotmail.com

**Objetivo:** Estimar a prevalência e comparar os menores níveis de prática e tempo de atividade física no lazer (AFL) entre adolescentes de ambos os sexos. **Método:** Participaram deste estudo 831 adolescentes (rapazes = 399 [16,28 ± 1,97 anos; IMC = 21,81 ± 3,93 kg/m<sup>2</sup>] e moças = 432 [16,17 ± 1,88 anos; IMC = 22,13 ± 4,13 kg/m<sup>2</sup>]). Os adolescentes responderam sobre tipo (19 opções), frequência (dias) e duração (min/dia) de prática de AFL moderadas e vigorosas. O escore em minutos/semana (frequência\*duração, sendo os minutos das vigorosas multiplicados por dois) foi construído e os adolescentes classificados em mais ativos (≥ 300min/sem) e menos ativos (< 300min/sem) no lazer. Foram empregados teste t não pareado e Qui-quadrado, com p < 0,05, nas análises. **Resultados:** A prevalência de adolescentes menos ativos no lazer foi de 44,5% (IC95%: 41,0-48,0), para moças 66,6% (IC95%: 63,3-69,9) e rapazes 33,4% (IC95%: 30,1-36,7) (moças vs. rapazes: X<sup>2</sup> = 46,74; p < 0,01). A média de minutos de AFL foi de 665,45 ± 785,95, sendo os rapazes mais ativos que as moças (890,53 ± 867,01 vs. 481,28 ± 660,05; p < 0,01). **Conclusão:** A prevalência de menos ativos no lazer é maior em moças que em rapazes, sendo que estes dispõem mais minutos em AFL.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Adolescente, Estilo de Vida.

**FOMENTO:** CAPES/DS

# PERCEPÇÃO SOBRE A QUALIDADE DE VIDA EM INDIVÍDUOS JOVENS PARTICIPANTES DA COPA ABERTA DE FUTSAL MASCULINO NA UFMA

Karina Kelly Sousa Martins  
Wanessa Karoline Brito Marques  
Alice Valeria Sousa Silva  
Antonio Coppi Navarro

Universidade Federal do Maranhão

wanessamarques19@gmail.com

**Objetivo:** Identificar e classificar a Qualidade de Vida em jovens universitários participantes da Copa Aberta de Futsal Masculino na UFMA 2015. **Materiais e Métodos:** Os voluntários da amostra foram 30 jovens universitários escolhidos aleatoriamente e que estavam participando do evento; O instrumento utilizado foi o questionário de Qualidade de Vida SF-36 e o procedimento de coleta se deu da seguinte forma: foi solicitado ao jovem a leitura e o preenchimento do questionário no ambiente da quadra poliesportiva do Núcleo de Esporte da UFMA; O período de coleta das informações foi em dois dias de competição; Após coleta das informações os dados foram quantificados em planilha e utilizou-se a estatística descritiva como a média, desvio padrão, valor máximo e valor mínimo. Resultado: 7 domínios apresentam valores médios acima de 70 (Capacidade Funcional 94,46  $\pm$ 10,83, Limitação por Aspecto Físico 83,03  $\pm$ 25,50, Estado Geral de Saúde 75,57  $\pm$ 15,61, Vitalidade 70,35  $\pm$ 12,39, Aspectos Sociais 80,35  $\pm$ 17,15, Limitação por Aspecto Emocional 88,08  $\pm$ 27,54, Saúde Emocional 77,00  $\pm$ 12,15) e apenas 1 domínio com valores médios preocupante que o de Dor (26,12  $\pm$ 9,98) e 5 domínios com os valores máximos (Capacidade Funcional 100, Limitação por Aspecto Físico 100, Estado Geral de Saúde 100, Aspectos Sociais 100, Limitação por Aspecto Emocional 100) e em 1 domínio com o valor mínimo (Limitação por Aspecto Emocional 0). **Conclusão:** Os dados deste estudo permitem afirmar com base na classificação do SF-36 que 7 (87,50%) domínios estão com tendência a excelente e 1 (12,50%) domínio está ruim.

**PALAVRAS-CHAVE:** Qualidade de Vida, Atividade Física, Jovens.

**FOMENTO:** Não tem

# NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E CONSUMO ALIMENTAR EM IDOSOS COM SOBREPESO E OBESIDADE

Paula Tâmara Vieira Teixeira Pereira  
Adriana Maria de Araújo Lacerda Paz  
Cristiane Rocha da Silva  
Thiago Gomes Leite  
Vicenilma de Andrade Martins  
Guilherme Borges Pereira

Instituto de Pós-Graduação e Graduação-  
Ipgog

[paulateixeiranutri@outlook.com](mailto:paulateixeiranutri@outlook.com)

**Objetivos:** Analisar o nível de atividade de física e o Consumo Alimentar (CA) de macro e micronutrientes em idosos com sobrepeso e obesidade. **Métodos:** Estudo transversal descritivo, com 20 idosos (idade:  $66 \pm 6$  anos, massa corporal:  $71,1 \pm 10,2$ kg, estatura:  $1,5 \pm 0,07$ m e IMC:  $30,3 \pm 4$ kg/m<sup>2</sup>). O CA foi avaliado pelo Recordatório Alimentar de 24hrs (RA24h), conforme descrito por Mahan et. al, 2012 e a Atividade Física pelo IPAQ com classificação em: ativos ( $\geq 150$  min/sem), insuficientemente ativos ( $\leq 150$  min/sem) e sedentários (nenhuma atividade física  $\geq 10$ min contínuos). A análise descritiva dos dados foi realizada no programa Stata 10.0 e o consumo alimentar calculado no programa Virtual NutriPlus. **Resultados:** O consumo diário de calorias foi  $1152,9 \pm 324,5$ kcal/dia. Observou-se um elevado consumo de CHO e Sódio, e adequado consumo de proteínas e fósforo. Observamos baixo consumo de fibras, vitaminas D, C, A e E, e cálcio, potássio, ferro e zinco. Em relação ao nível de atividade física, observou-se uma frequência de 50% (10) de idosos ativos, de 45% (9) insuficientemente ativo e 5% (1) de sedentarismo. **Conclusão:** Conclui-se que apesar da maior parte dos indivíduos serem fisicamente ativos ou realizarem algum tipo de atividade física, há consumo inadequado da maioria dos nutrientes em idosos com sobrepeso e obesidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Consumo de Alimentos, Exercício, Saúde do Idoso.



# NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE USUÁRIOS DO PROGRAMA ACADEMIA DA SAÚDE DE BELO HORIZONTE

Simone Teresinha Meurer  
Tânia Rosane Bertoldo Benedetti  
Aline Cristine Souza Lopes

Universidade Federal de Santa Catarina

[simonemeurer@yahoo.com.br](mailto:simonemeurer@yahoo.com.br)

**Objetivo:** avaliar o Nível de Atividade Física (NAF) de usuários do Programa Academia da Saúde (PAS) de Belo Horizonte/MG. **Metodologia:** o NAF foi avaliado por acelerômetros (ActiGraph modelo GT3X e GT3X+). O equipamento foi acoplado a um cinto elástico e fixado no lado direito do quadril, sendo o participante instruído a usar o equipamento durante sete dias consecutivos, exceto para tomar banho, dormir e realizar atividades aquáticas. Foram considerados dados válidos aqueles com um mínimo de 10 horas de gravações/dia, durante pelo menos quatro dias (três dias de semana e um final de semana). A intensidade foi classificada pelo ponto de corte de Freedson et al. (1998). A média diária de AFMV foi calculada a partir do tempo total despendido em AFMV, ponderada pelos dias válidos. Para obter a média semanal, multiplicou-se a média diária por sete. Os dados foram analisados descritivamente. **Resultados:** Participaram 265 usuários de dois polos do PAS, sendo 81,6% mulheres e a mediana de idade de 62 anos (24 – 84). Os resultados mostraram que a mediana semanal de AFMV foi de 176 minutos (Percentil inferior = 118 min; Percil superior = 263 min) e 57% dos indivíduos (n=167) realizaram mais de 150 minutos semanais de AFMV. **Conclusão:** Os resultados indicam que a maior parte dos usuários atingiu as atuais recomendações de AFMV semanal, sinalizando efeitos benéficos do PAS. Entretanto, sugere-se maior atenção à intensidade dos exercícios físicos propostos e/ou frequência semanal daqueles usuários que não alcançaram a recomendação mínima de AFMV.

**PALAVRAS-CHAVE:** Monitoramento, Serviços de Saúde, Atividade Motora.

# CONSUMO DE OXIGÊNIO DE PICO PREVISTO NA ERGOESPIROMETRIA EM IDOSOS HIPERTENSOS

Adriana Maria de Araújo Lacerda Paz  
Cristiane Rocha da Silva  
Paula Tâmara Vieira Teixeira Pereira  
Thiago Gomes Leite  
Vicenilma de Andrade Martins  
Guilherme Borges Pereira

Universidade Federal do Maranhão

adrianamarialacerda@yahoo.com.br

**Objetivo:** Determinar o  $VO_{2pico}$  por meio do teste ergométrico (TE) com analisador de gases em idosos hipertensos. **Métodos:** O estudo foi transversal e descritivo, com 15 idosos hipertensos. Aprovado pelo comitê de ética e assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A idade média observada foi  $66,6 \pm 6$  anos, massa corporal  $63,1 \pm 12,4$  kg, estatura  $152,9 \pm 6,5$  m. Foi medida a pressão arterial e a frequência cardíaca, 10 minutos antes, imediatamente após o TE e 10 minutos após. Ajustava o cicloergômetro, o eletrocardiograma, explicava a escala de BORG e os procedimentos do teste. A carga (W) inicial utilizada foi de 40 watts com acréscimo de 10 watts a cada 2 minutos. O TE tinha duração de 8 a 12 minutos e na recuperação pós-teste, a W era ajustada para 40 watts. A análise descritiva foi no programa Microsoft Excel 2010 e os dados apresentados pela média  $\pm$  desvio-padrão. **Resultados:** Os valores de  $VO_{2pico}$  medido foi  $14,73 \pm 2,6$  ml.kg<sup>-1</sup>.min<sup>-1</sup>, uma duração de  $9,46 \pm 3,2$  min. A Pressão Arterial Sistólica (PAS) em repouso foi de  $136,4 \pm 16,4$  mmHg e a Pressão Arterial Diastólica (PAD)  $75,4 \pm 12,4$  mmHg., 10 min após o TE a PAS foi de  $135,9 \pm 16,4$  mmHg e PAD  $73,5 \pm 11,4$  mmHg, sem diferenças estatísticas entre os valores de repouso e pós TE. **Conclusão:** Idosos hipertensos apresentaram caracterização de  $VO_{2pico}$  baixa, levando em consideração o nível de aptidão física do American Heart Association, sem alteração significativa da pressão arterial durante o teste.

**PALAVRAS-CHAVE:** Consumo de Oxigênio, Hipertensão, Idoso.

# COMPARAÇÃO DE PADRÕES DE ESTADIAMENTO DA APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE DE ADULTOS

Tania Rodrigues de Moraes  
Mariana Santoro Nakagaki  
Edilaine Michelin  
Roberto Carlos Burini

Faculdade de Medicina de Botucatu

[taniafisioterapia@outlook.com](mailto:taniafisioterapia@outlook.com)

A literatura científica recomenda padrões de estadiamento para diferentes componentes de aptidão física relacionados à saúde. No entanto essas classificações nem sempre se adequam a toda população. **Objetivo:** Comparar critérios de classificação (recomendado X quartis baseado em amostra) da aptidão física de participantes de programa para mudança no estilo de vida (MEV) “Mexa-se Pro-Saúde”. **Método:** Utilizados dados das aptidões de flexibilidade de tronco (sentar e alcançar) e força de preensão manual (FPM- Dinamometria) de 1555 indivíduos (79,5% mulheres), ambos os sexos, idade de  $53,9 \pm 11,2$  anos, triados para participar do programa de MEV, para cálculo dos quartis de acordo com sexo e idade ( $\leq 60$  e  $> 60$  anos); e comparado com Johnson & Nelson (1979) para flexibilidade e Baumgartner & Jackson (1995) para FPM. Adotou-se teste de proporção com nível de significância de 5%. **Resultados:** Com relação à FPM, tivemos 39,5% da nossa amostra no 1º quartil comparados com os 22,6% na classificação ‘ruim’ ( $p < 0,001$ ); 47,8% no 2º e 3º quartis enquanto que 63,5% se classificavam como ‘bom’ ( $p < 0,001$ ); 12,7% no 4º quartil e 13,9% no ‘ótimo’ ( $p = 0,34$ ). Com relação à FLEX, 38,4% no 1º quartil e 71,3% no ‘ruim’ ( $p < 0,001$ ); 52,3% no 2º e 3º quartis e 12,6% no ‘bom’ ( $p < 0,001$ ); 9,3% no 4º quartil e 16% no ‘ótimo’ ( $p < 0,001$ ). Estes resultados apresentaram diferenças significativas quando comparados a literatura, o que confirmou a necessidade da criação das classificações específicas. **Conclusão:** As classificações adotadas como percentis são mais adequadas para a população em questão do que as classificações com ponte de corte.

**PALAVRAS-CHAVE:** Aptidão Física, Exercício Físico, Estilo de Vida.

# CRESCIMENTO FÍSICO, ESTADO NUTRICIONAL E CAPACIDADE AERÓBICA DE ADOLESCENTES DE DIFERENTES CURSOS PROFISSIONALIZANTES

Francisco Salviano Sales Nobre  
Lays Ferreira Gomes

Instituto Federal de Educação Ciência e  
Tecnologia do Ceará

salvianonobre@gmail.com

Objetivou-se neste estudo avaliar o crescimento físico, estado nutricional e capacidade cardiopulmonar de alunos de cursos técnicos profissionalizantes. 130 estudantes, 102 rapazes (17,03±1,3 anos) e 28 moças (16,8±1,2 anos), tiveram suas medidas de estatura, peso e dobras cutâneas mensuradas para avaliar o crescimento físico. O estado nutricional foi obtido por meio do software BodyMove®, fazendo uso do cálculo do IMC e dos protocolos de Slaughter e Petroski. O teste de corrida e caminhada de Cooper (Teste de 12 minutos) foi empregado para verificar o nível de aptidão aeróbica. Os resultados revelaram as seguintes características para estatura, peso, IMC, percentual de gordura e distância percorrida durante os 12 minutos entre os rapazes: Agropecuária (171,3±1,3 cm; 65,5±11,7 kg; 22,3±3,5; 16,7±8,1% e 2342,30±436,9 m). Informática (170,1±6,5 cm; 65,8±11,2 kg; 22,7±3,5; 19,8±10,3% e 2041,94±412,3 m). Entre as moças evidenciou-se o seguinte: Agropecuária (158,1±6,0 cm; 54,6±9,5 kg; 21,9±3,9; 31±7,3% e 1703,81±348,0 m). Informática (156,5±8,3 cm; 46,2±9,0 kg; 18,7±1,9; 25,8±6,0% e 1540,33±177,8 m). O teste t para amostras independentes revelou diferenças significativas entre os rapazes apenas para capacidade aeróbica ( $p = 0,013$ ). Entre as moças verificou-se diferenças estatisticamente significativas para peso ( $p = 0,028$ ); e IMC ( $p = 0,018$ ). **Conclusão:** visto que o estado nutricional e a aptidão aeróbica são considerados preditores de doenças cardiovasculares, recomenda-se intensificar as atividades aeróbicas nas aulas de educação física com vista a reduzir o percentual de gordura e melhora da capacidade cardiopulmonar principalmente entre as moças de ambos os cursos e entre os rapazes do curso técnico em informática.

**PALAVRAS-CHAVE:** Crescimento Físico, Estado Nutricional, Aptidão Física.

**FOMENTO:** Instituto Federal de Educação, Ciências e Tecnologia do Ceará

# COMPARAÇÃO DA POTÊNCIA ANAERÓBIA NO TESTE DE WINGATE ENTRE MULHERES UNIVERSITÁRIAS SAUDÁVEIS COM DIFERENTES NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA

Ezequias Rodrigues Pestana  
Emanuel Péricles Salvador  
Wellington Roberto Gomes de Carvalho

Universidade Federal do Maranhão

ezequiaspestana@bol.com.br

**Introdução:** O nível de atividade física (NAF) e as variáveis antropométricas são considerados marcadores importantes no desempenho da potência anaeróbia. **Objetivo:** Comparar o NAF e as variáveis antropométricas com os parâmetros anaeróbios potência pico absoluta (PPA), potência pico relativa (PPR), potência média absoluta (PMA), potência média relativa (PMR) e índice de fadiga (IF). **Métodos:** Estudo transversal realizado em 2014 com 21 universitárias. O NAF foi estimado por meio da versão curta do IPAQ. As alunas foram agrupadas de acordo com NAF em: irregularmente ativa (IA), ativa (AT) e muito ativa (MA). Os parâmetros anaeróbios foram avaliados através do teste de wingate. Foi requisitado consentimento informado a todos as participantes. Para a análise dos dados foram utilizadas ANOVA e o post-hoc de Scheffé para comparação entre as médias dos três grupos. O nível de significância adotado foi de  $p < 0,05$ . **Resultados:** Os grupos IA, AT e MA apresentaram idade= $24,7 \pm 3,4$  anos e IMC= $22,0 \pm 2,1$  kg/m<sup>2</sup>; idade= $24,6 \pm 3,4$  anos e IMC= $22,4 \pm 3,9$  kg/m<sup>2</sup>, idade= $24,6 \pm 4,0$  anos e IMC= $21,3 \pm 2,3$  kg/m<sup>2</sup>, respectivamente. Foram encontradas diferenças entre os grupos para a PPR e PMR para o MA em relação ao IA e AT (IA= $8,3 \pm 1,8$  W/kg; AT= $8,4 \pm 1,4$  W/kg e MA= $10,3 \pm 0,7$  W/kg;  $p = 0,02$ ) e (IA= $5,6 \pm 1,3$  W/kg; AT= $5,9 \pm 0,9$  W/kg e MA= $7,4 \pm 0,4$  W/kg;  $p < 0,001$ ), respectivamente. Para os demais parâmetros anaeróbios e medidas antropométricas não foram observadas diferenças significativas. **Conclusão:** Os resultados sugerem que diferentes níveis de atividade física podem influenciar no desempenho da potência anaeróbia.

**PALAVRAS-CHAVE:** Aptidão Física, Desempenho Motor, Potência.

**FOMENTO:** CAPES

# GÊNERO E PRÁTICAS ESPORTIVAS NA ESCOLA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Josimere Silva Almeida

Jordana da Silva Barbosa de Carvalho

Uneb (Universidade do Estado da Bahia)

[josyalmeida11@hotmail.com](mailto:josyalmeida11@hotmail.com)

**Introdução:** As questões de gênero têm sido debatidas nos últimos anos no campo da educação, implicando em discussões acerca das intervenções pedagógicas que são realizadas nas escolas. **Objetivo:** Investigar como o esporte pode ser uma ferramenta pedagógica para favorecer a igualdade de gêneros dentro e fora da escola, os fatores que contribuem para a sua prática de forma discriminatória e a atuação do (a) professor (a) de Ed. Física com relação às questões inseridas nesse contexto. **Métodos:** Realizou-se um estudo de revisão sistemática, nas seguintes bases de dados: Pubmed, Scielo, Lilacs e Periódicos CAPES, utilizando-se os descritores: Gênero, Educação Física e Prática. Foram criados os seguintes critérios de inclusão para seleção dos textos: Até sete anos de publicação, sendo pesquisa de campo e escrito em Português. **Resultados:** Os resultados apontam que as questões de gênero não são consensuais entre professores (as) de Educação Física, se por um lado há docentes que defendem as vantagens e a importância de se trabalhar com turmas mistas, outros defendem a separação. **Conclusão:** Conclui-se que os fatores que contribuem para a disseminação do preconceito quanto ao gênero no espaço escolar estão relacionados com práticas pedagógicas que incentivam o esporte de forma separatista, já que os próprios professores (as) reforçam que às questões de força e habilidade “diferenciam” o sexo feminino e masculino.

**PALAVRAS-CHAVE:** Gênero, Educação Física, Prática.

# RELATO DE EXPERIÊNCIA DA PRÁTICA PEDAGÓGICA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE

Iara Danielle Farias Andrade  
Gláucia Gomes da Silveira Costa  
Débora Cristina Couto Oliveira Costa  
Antonio Carlos Leal Cortez

Faculdade Santo Agostinho

iarinhadanny@hotmail.com

Este estudo é um relato de experiência da prática pedagógica de Educação Física e Saúde no âmbito escolar, realizada a partir de informações obtidas através do questionário Dia Típico de Atividades Físicas e Alimentação - DAFA, onde os alunos indicaram por meio das figuras os seus hábitos alimentares e quais formas praticavam atividade física (AF). **Objetivo:** O objetivo do estudo foi analisar os hábitos alimentares e a prática de AF dentro e fora da escola, feita com alunos da educação infantil de uma escola particular do município de Teresina- PI. **Método:** Foi aplicado um questionário que contemplava itens relacionados à rotina alimentar e atividade física, onde cada criança pode mostrar como era sua alimentação e seu gosto por praticar algum tipo de atividade em casa ou na escola, especificando através das figuras que estavam presente no questionário. **Resultados:** Os dados foram analisados no programa SPSS versão 17.0 for Windows e apresentados em gráficos. A maioria das crianças não apresentou uma alimentação saudável e realizavam atividades físicas que exigissem pouco esforço. **Conclusão:** Chegando a uma conclusão de que essas crianças poderão ter uma grande probabilidade de serem adultos sedentários e obesos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física, Saúde, Escola.

# INTENSIDADE DO ESFORÇO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, OBSERVAÇÕES A PARTIR DO GÊNERO

Alex Soares Marreiros Ferraz  
Socorro Fernanda Coutinho dos Santos

Universidade Federal do Ceará

ferrazalex@hotmail.com

**Objetivo:** Determinar o volume e monitorar a intensidade do esforço cardiovascular em aulas de Educação Física. **Método:** Escolares com idade de 11 a 13 anos, tiveram sua frequência cardíaca (FC) monitoradas em freqüecímetros (Speedo watches modelo 38), e determinação da intensidade do esforço, que se deu em 5 zonas de FC, conforme Edwards (1993). O tempo total da aula utilizado como controle do volume. O peso, estatura foram determinados, o Índice de Massa Corporal (IMC) calculado, as dobras cutâneas Tricipital e Subescapular mensuradas para cálculo do Percentual de Gordura (%G) conforme Slaughter et al (1988). Os dados são apresentados através de média, desvio padrão e distribuição de frequência. **Resultados:** As características antropométricas das meninas e meninos foram: Peso  $49,4 \pm 14,5$  e  $42,6 \pm 4,2$ ; Estatura  $1,57 \pm 0,08$  e  $1,55 \pm 0,04$ ; IMC  $19,9 \pm 3,8$  e  $17,9 \pm 2,0$ ; Percentual de Gordura  $20,3 \pm 11,1$  e  $12,9 \pm 3,3$ . As aulas eram divididas por sexo, com um maior tempo de atividade para os meninos 54min em relação a 44min de aula para as meninas. Os meninos permaneceram mais tempo nas zonas de FC mais elevadas, cerca de 70% do tempo nas zonas 4 e 5. Enquanto as meninas despenderam mais tempo nas zonas 3 e 4, cerca de 55% do tempo de aula. **Conclusão:** As aulas de Educação Física Escolar, observadas parecem submeter os alunos a um nível de esforço adequado as recomendações internacionais, na medida em que expõem os alunos a atividades de moderada a vigorosa intensidade e volume entre 30 a 60 minutos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física e Treinamento, Esforço Físico, Frequência Cardíaca.



# PERFIL DO ESTILO DE VIDA DE ESTUDANTES E PROFESSORES DA ESCOLA MUNICIPAL ÁLVARO ALVES DE MATOS DO MUNICÍPIO DE TOBIAS BARRETO/SE

Josiene dos Santos Faria  
Rafaela Gomes dos Santos  
Jessica Santos Silva  
Queila Bispo Andrade

Faculdade de Ciências Humanas e Sociais -  
Ages, Faculdade Ages

rafagomes.edff@gmail.com

**Objetivo:** analisar as variáveis do perfil do estilo de vida dos estudantes e professores da escola municipal Álvaro Alves de Matos do Município de Tobias Barreto/SE. **Método:** pesquisa descritiva com caráter quantitativo, com amostra de dez professores e quarenta estudantes do ensino fundamental, tendo enquanto instrumento um questionário autoaplicável para as variáveis sociodemográficas tendo como eixo a idade, sexo, estado civil e a saúde do sujeito. Para traçar o estilo de vida, foi utilizado Perfil de vida individual - PEVI (NAHAS; BARROS; FRANCALACCI, 2000), representado pelo Pentágono do bem-estar. Com isso buscou-se avaliar cinco dimensões do estilo de vida dessas pessoas, a saber: nutrição, controle de estresse, atividade física, relacionamento social e o comportamento preventivo. **Resultados:** pode-se constatar que os professores possuem um estilo de vida positivo nos itens nutrição, controle do estresse, relacionamento social e comportamento preventivo, porém, no item atividade física os mesmos encontram-se regular. Por outro lado, os resultados dos PEVI dos discentes apresentaram uma positividade nos quesitos do comportamento preventivo, relacionamento social e no controle de estresse, no entanto, na dimensão da atividade física e nutrição destacou-se um nível regular. **Conclusão:** Ao término do estudo pode-se concluir que no item atividade física tanto os professores quanto os discentes possuem resultados insatisfatório. Destarte se faz necessário ao item nutrição que também foi insatisfatório para os discentes adolescentes da amostra. Ressaltamos a importância da atividade física e nutrição para uma vida saudável, assim, sugere-se que políticas sejam implementadas nessa população para melhoria do estilo de vida.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Estilo de Vida, Saúde Escolar.

# CRESCIMENTO FÍSICO E ESTADO NUTRICIONAL DE ESCOLARES DE TERESINA - PI

Jefferson Fernando Coelho Rodrigues Júnior  
Edna Maria Silva Araújo  
Karen Cellina Cavalcante de Sousa  
Vilton Emanuel Lopes de Moura e Silva  
Anne Ceres de Oliveira Lima  
Vânia Silva Macedo Orsano

Universidade Federal do Piauí

jefferssonfernando@hotmail.com

**Objetivos:** Analisar o estado nutricional e crescimento físico de escolares de uma escola da rede municipal de ensino da cidade de Teresina – PI. **Metodologia:** Participaram da pesquisa 128 adolescentes com idade entre 11 e 18 anos sendo 45,3% (58) homens e 64,7% (70) mulheres, massa corporal  $50,7 \pm 11,9$  kg, estatura  $1,59 \pm 10$  cm e índice de massa corporal (IMC) de  $19,3 \pm 3,54$  kg/m<sup>2</sup>. O estado nutricional foi avaliado pelo IMC (CONDE e MONTEIRO, 2006). O crescimento físico foi analisado pelo percentil da massa corporal e da estatura (SISVAN, 2007). **Resultados:** Em relação ao estado nutricional, tanto as meninas como os meninos entre 11 e 14 anos e 15 a 18 anos apresentaram excesso de peso 9,9% (7) e 12,6% (4) e 6,1% (2) e 15,6% (5) respectivamente. Em relação à estatura as meninas assim como os meninos entre 11 a 14 anos e 15 a 18 anos apresentaram crescimento de 13,5% (5) abaixo e 23,1% (6) acima, 3% (1) e 12,5% (4) abaixo da média respectivamente. Já a massa corporal de meninas e meninos entre 11 a 14 anos e 15 a 18 anos mostrou valores de 10,8% (4) e 19,2% (5) e 9,1% (3) e 6,2% (2) ambos abaixo da média respectivamente. **Conclusão:** Apesar da maioria se encontrar com valores normais em relação ao estado nutricional e crescimento físico foi observado que boa parte está com excesso de peso e crescimento físico abaixo da média o que pode trazer implicações para o estado de saúde desses adolescentes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescente, Antropometria, Estado Nutricional.

# ANÁLISE DOS FATORES DE RISCO CARDIOMETABÓLICO EM ESCOLARES DE SÃO LUÍS/MA

Nilviane Pires Silva Sousa  
Wellington Roberto Gomes de Carvalho

Universidade Federal do Maranhão

nilvipires@gmail.com

**Objetivo:** Avaliar variáveis antropométricas e de estilo de vida em adolescentes, caracterizando fatores de risco cardiometabólico. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal onde foram avaliados 197 adolescentes com idade de 10 a 19 anos, de ambos os sexos, devidamente matriculados nas escolas da Rede Pública de Ensino de São Luís/MA. Para a análise dos dados foram realizadas análises descritivas. O Presente estudo possui aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa do Hospital Universitário da Universidade Federal do Maranhão com parecer 251/11. **Resultados:** A média de idade, do índice de massa corporal (IMC) e da circunferência abdominal (CA) dos participantes foi de 15,13±2,48 anos, 21,67±4,54 kg/m<sup>2</sup>, 70,37±11,35 cm, respectivamente. Após, os participantes foram divididos em três grupos: eutrófico (n=137), sobrepeso (n=33) e obesidade (n=27), onde foram avaliadas as seguintes variáveis: IMC, CA, presença de fatores de risco cardiometabólico (FRC) em familiares, uso de cigarro, ingestão de bebidas alcoólicas e prática de atividade física. No grupo obesidade 21 (77,77%) participantes apresentaram adiposidade central. A prevalência de FRC em familiares e da prática de atividade física no grupo sobrepeso foi de 26 (78,79%) e 33 (60,60%), respectivamente. Todos os escolares dos grupos sobrepeso e obesidade afirmaram que não fazem uso de cigarro. No grupo eutrófico 17 (12,41 %) participantes ingerem algum tipo de bebida alcoólica. **Conclusão:** O presente estudo identificou a presença de fatores de risco cardiometabólico na amostra avaliada, e este achado pode contribuir para a prevenção do desenvolvimento da obesidade e comorbidades associadas nesta população quando adultos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Obesidade, Fatores de Risco, Adolescência .

**FOMENTO:** FAPEMA

# ESTADO NUTRICIONAL, NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E CONSUMO ALIMENTAR DE ESCOLARES ENTRE 9 E 10 ANOS DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DE COIMBRA, MG

Isabel Cristina de Oliveira Almeida  
Richard Diego Leite

Universidade Federal do Maranhão

[isabel.nutricionistaesportiva@outlook.com](mailto:isabel.nutricionistaesportiva@outlook.com)

**Objetivo:** Caracterizar o estado nutricional, o nível de atividade física e o consumo alimentar de escolares participantes do Projeto “Educação Alimentar e Nutricional das escolas municipais de Coimbra/MG”. **Método:** A amostra foi composta por 62 crianças com idade média de 9,8 anos sendo 47% do gênero feminino e 53% do gênero masculino. Foram coletadas massa corporal e estatura para calcular o Índice de Massa Corporal (IMC) e aplicado o questionário Dia Típico de Atividade Física e de Consumo Alimentar (DAFA). Os dados foram tabulados e analisados pelo software Statística®7. **Resultados:** A estatura média encontrada foi 1,39 metros para ambos os gêneros. Já o peso médio foi 34,8kg para meninas e 33,8 kg para meninos. O estado nutricional foi classificado como adequado para a maioria 69%, o sobrepeso/obesidade foi identificado em 26% e a magreza em 5% das crianças. O DAFA mostrou que as atividades físicas mais praticadas foram: subir escadas, ajudar com tarefas domésticas e andar de bicicleta para ambos os gêneros. Os meninos foram mais ativos em relação aos tipos, intensidade e frequência semanal. Já o consumo alimentar foi classificado como “Parcialmente adequado”, pois as meninas tiveram consumo insuficiente para os grupos: cereais, tubérculos e raízes; frutas, suco natural e hortaliças; leite e derivados. Além disso, em 28% da amostra foi observado consumo de “Alimentos restritos” e “Não recomendados”. **Conclusão:** As crianças apresentam estado nutricional adequado, nível de atividade física melhor para os meninos e consumo alimentar abaixo das recomendações para as meninas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Crianças, Exercício, Consumo de Alimentos.

# COMPARAÇÃO DO EQUILÍBRIO EM IDOSOS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA E GINÁSTICA DA TERCEIRA IDADE PARTICIPANTES DO PROJETO DE EXTENSÃO AFRENTI (ATIVIDADE FÍSICA E RECREATIVA NA TERCEIRA IDADE) DA UNIPAR CAMPUS CIANORTE – PR

Marco Sakichi Kanno Suguimati  
Denilson de Castro Teixeira  
Alan Pablo Grala

Unipar - Universidade Paranaense

marcosuguimati@unipar.br

**Introdução:** Uma função muscular reduzida é diretamente relacionada a uma capacidade funcional deteriorada em adultos velhos. A dificuldade em erguer-se da posição sentada, a deambulação precária e o equilíbrio inadequado são incapacidades funcionais comuns em idosos. As atividades como: hidroginástica e ginástica são comumente utilizadas para minimizar os efeitos do envelhecimento. **Objetivo:** Comparar o equilíbrio em idosos praticantes de hidroginástica e ginástica da terceira idade, utilizando a Escala de Equilíbrio de Berg. **Metodologia:** Participaram do estudo 20 indivíduos idosos, com mais de 60 anos, dos ambos os gêneros. (idade:  $71,00 \pm 5,9$  anos), participantes do Projeto de Extensão AFRENTI, com no mínimo 1 ano de prática, sendo, 10 praticantes de Hidroginástica e 10 de Ginástica da Terceira Idade. Todos os idosos foram submetidos aos testes propostos pela Escala do Equilíbrio de Berg, com o mesmo avaliador. A Escala do Equilíbrio de Berg avalia o equilíbrio dos indivíduos em 14 situações representativas de atividades do dia a dia. A pontuação máxima a ser alcançada é de 56 pontos e cada item possui uma escala ordinal de cinco alternativas variando de 0 a 4 pontos, de acordo como grau de dificuldade. Para a análise dos dados foi utilizado o teste T independente. O índice de significância adotado foi de  $P < 0,05$ . **Resultados:** Não foram observadas diferenças ( $P = 0,551$ ) entre a Hidroginástica (score =  $43,7 \pm 4,01$ ) e a Ginástica da Terceira Idade (score =  $42,10 \pm 7,2$ ). **Conclusão:** De acordo com a Escala de Berg, ambas as atividades apresentam efeito semelhante sobre a manutenção do equilíbrio em idosos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Equilíbrio, Envelhecimento, Queda.

# ATIVIDADE FÍSICA, DESENVOLVIMENTO MOTOR E COORDENAÇÃO MOTORA DE CRIANÇAS EM IDADE PRÉ-ESCOLAR DE UMA ESCOLA CONSTRUTIVISTA

Ivina Andrea Aires Soares

Escola de Ensino Médio Arsênio Ferreira Maia

[ivinaaires@hotmail.com](mailto:ivinaaires@hotmail.com)

O objetivo do estudo foi analisar o perfil de atividade física, desenvolvimento motor e coordenação corporal de crianças em idade pré-escolar. Do tipo descritivo, transversal e natureza quantitativa, sua amostra foi composta por crianças ( $n = 23$ ), de ambos os gêneros com idades entre 5 e 6 anos alunos de uma escola Construtivista em Limoeiro do Norte/CE. Foram entrevistados os responsáveis legais, por meio de um questionário adaptado (YOUTH, 2005) para traçar o perfil de cada criança em relação a atividade física. Em seguida, as crianças realizaram as tarefas da Escala de Desenvolvimento Motor (EDM) de Rosa Neto (2009), para, enfim, serem avaliadas pelo teste alemão körpercoordination test für Kinder (KTK), elaborado por Kiparhd e Schilling (1974) apud Ribeiro et al. (2012). Obedecendo ao critério de significância estatística estabelecida ( $p < 0,05$ ), a análise foi realizada com auxílio do programa SPSS 19.0 for Windows. Das crianças avaliadas, 30,8% apresentaram nível de atividade física variando de ruim a bom e ainda, 69,2% com classificação excelente. Na classificação da EDM 76,90% obtiveram nível normal a superior, enquanto 23,10% estavam com nível motor baixo ou inferior. Nos testes que compreenderam as baterias do KTK, as crianças apresentaram uma tendência de 40% com coordenação normal, 40% com perturbações na coordenação e 20% com insuficiência na coordenação. Portanto, a partir dos resultados, percebeu-se que as crianças estão em níveis esperados e provavelmente até esta fase, ainda pode ter fortes influências do desenvolvimento maturacional normal e semelhança de participação em atividades físicas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Crianças, Desempenho Motor.

# ASSOCIAÇÃO ENTRE NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E PORTE DA ESCOLA EM ADOLESCENTES DE UMA CIDADE DO NORDESTE

Ingrid Fahning de Assis  
Lucas Cardoso Pinto  
Neuziele Miranda da Silva  
Hector Luiz Rodrigues Munaro

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

[infahning@gmail.com](mailto:infahning@gmail.com)

**Introdução:** Os níveis de inatividade física em adolescentes tem se mostrado crescentes, apesar dos evidentes benefícios integrados a saúde. O tamanho ou porte da escola pode influenciar nesta prevalência. **Objetivo:** Analisar a associação entre o nível de atividade física global (deslocamento, lazer, trabalho) e o porte da escola de uma amostra representativa de escolares de ensino médio da cidade de Jequié-BA. **Métodos:** O estudo descritivo transversal associativo de base escolar, envolvendo as escolas urbanas no município de Jequié-BA (n=14) com escolares matriculados no Ensino Médio, selecionados por conglomerados em dois estágios. Foi utilizado um instrumento previamente testado, com bons índices de reprodutibilidade. A variável do nível de atividade física e o porte da escola foram dicotomizadas para efeito de análise. Tratamento Estatístico: Para a análise estatística utilizou-se o pacote estatístico SPSS for Windows versão 15® com o intervalo de confiança de 95% e teste do Qui-Quadrado. **Resultados:** A amostra foi composta por 1.190 escolares e as moças representaram 58,0% (n=692). A maior proporção de adolescentes considerados insuficientemente ativos (55,2%: n=535) pertenciam às escolas de pequeno porte, no entanto, não houve diferença estatisticamente significativa (p=0,463). **Conclusões:** O porte da escola parece não influenciar nos níveis de atividade física dos adolescentes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Adolescente, Escola.

# NÍVEL DE AGILIDADE EM ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL DE UMA INSTITUIÇÃO PÚBLICA EM JEQUIÉ-BA

Veríssimo Santos de Jesus  
Franck Nei Monteiro Barbosa  
Luciano Meira Del Sarto  
Neuziele Miranda da Silva  
Ingrid Fahning de Assis  
Aline Aparecida Vieira Vitalino

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

verissimosantosdejesus@gmail.com

**Introdução:** A prática regular de atividade física por crianças e adolescentes contribui para melhoria do perfil lipídico e metabólico, auxiliando no combate a obesidade, aperfeiçoando assim a qualidade de vida de seus praticantes, sendo a agilidade um agente colaborador para o aprimoramento das habilidades psicomotoras. **Objetivo:** Descrever o grau de agilidade de escolares das oitavas C e D, do Colégio da Polícia Militar Professor Magalhães Neto, localizado no município de Jequié-BA. **Metodologia:** A presente pesquisa tem caráter descritivo e transversal, e constou com a classificação dos graus de agilidade em concordância com o observado nas tabelas classificatórias do teste de agilidade proposto pelo PROESP Brasil 2015. Para a análise dos dados usou-se a estatística descritiva. 35 estudantes integraram a avaliação, sendo 17 meninos e 18 meninas, com idades entre 12 e 15 anos. **Resultados:** Conferiu-se que o número total, somados rapazes e moças, 35 (100%) encontram-se com percentis fracos. **Considerações finais:** Notadamente foi explícito, no estudo, que todos os adolescentes avaliados estão com níveis de agilidade aquém do considerado bom. Tomando por base o exposto, torna-se importante que a Educação Física Escolar venha a contribuir e orientar os estudantes para um viver saudável.

**PALAVRAS-CHAVE:** Aptidão Física, Adolescente, Destreza Motora.



# ASSOCIAÇÃO ENTRE NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E AUTOPERCEPÇÃO DE SAÚDE EM ADOLESCENTES DE UMA CIDADE DO NORDESTE

Neuziele Miranda da Silva  
Lucas Cardoso Pinto  
Ingrid Fahning de Assis  
Hector Luiz Rodrigues Munaro

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

biiinhamiranda@hotmail.com

**Introdução:** A autopercepção de saúde é um importante preditor de mortalidade, pois traz uma representatividade das mensurações objetivas de saúde. Geralmente, a saúde positiva, está associada a maiores níveis de atividade física. **Objetivo:** Analisar a associação entre o nível de atividade física global (deslocamento, lazer, trabalho) e a autopercepção de saúde de uma amostra representativa de escolares de ensino médio da cidade de Jequié-BA. **Métodos:** O estudo descritivo transversal associativo de base escolar, envolvendo as escolas urbanas no município de Jequié-BA (n=12) com escolares matriculados no Ensino Médio, selecionados por conglomerados em dois estágios. Foi utilizado um instrumento previamente testado, com bons índices de reprodutibilidade. A variável do nível de atividade física e autopercepção de saúde foram dicotomizadas para efeito de análise. Tratamento Estatístico: Para a análise estatística utilizou-se o pacote estatístico SPSS for Windows versão 15® com o intervalo de confiança de 95% e teste do Qui-Quadrado. **Resultados:** A amostra foi composta por 1.190 escolares e as moças representaram 58,0% (n=692). Aqueles adolescentes considerados suficientemente ativos (80,1%: n=177) relataram uma autopercepção de saúde positiva, sendo estatisticamente significativa a diferença (p=0,000) **Conclusões:** Os resultados sugerem que aqueles adolescentes que são mais ativos, consideram-se mais saudáveis.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Autopercepção, Adolescente.

# AVALIAÇÃO DA MOBILIDADE ARTICULAR DO QUADRIL EM IDOSAS PRATICANTES DE VOLEIBOL ADAPTADO

Djane Correa Silva  
Isabela Cristina Santana Martins  
Marlon Lemos de Araújo

Faculdade Estácio São Luís

[djane\\_edff@hotmail.com](mailto:djane_edff@hotmail.com)

O objetivo deste estudo foi verificar o nível de flexibilidade da articulação do quadril de idosas praticantes de voleibol adaptado no Grupo Esportivo Vitalidade (GEVI). A amostra foi composta por 13 idosas ativas, com idades  $69,53 \pm 9,12$  anos. Foi utilizado o teste de sentar e alcançar para avaliar a flexibilidade das idosas. A avaliação dos resultados se deu por meio da tabela de referência do Canadian Standardized Test of Fitness (CSTF). Após a análise dos dados, observou-se que 53,4% das avaliadas estão em condições aceitáveis de flexibilidade (Excelente, Acima da Média e Média) e 33,4% estão em níveis não satisfatórios (Abaixo da Média e Ruim). Conclui-se, que as alunas do GEVI iniciaram o programa com um bom nível de flexibilidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Amplitude de Movimento Articular, Idoso, Voleibol.

# SESSÃO AGUDA DE EXERGAME INDUZ SUPERCOMPENSAÇÃO PARASSIMPÁTICA EM GAROTOS PRÉ-PÚBERES

Antonio Carlos Pereira Silva Filho  
Herikson Araujo Costa  
Vicenilma de Andrade Martins  
Carlos José Moraes Dias  
Cristiano Teixeira Mostarda  
Mario Norberto Sevilio de Oliveira Junior

Universidade Federal do Maranhão

antonioacarlos.j77@gmail.com

**Objetivo:** analisar a resposta autonômica aguda de meninos pré-púberes obesos e eutróficos a uma sessão EXG. **Método:** 09 eutróficos ( $8,89 \pm 2,71$  anos de idade e  $16,42 \pm 6,30\%$  de gordura corporal) e 9 meninos obesos ( $8,70 \pm 1,16$  anos de idade e  $40,76 \pm 4,2\%$  de gordura corporal) participaram. O estado nutricional foi determinada utilizando orientações da OMS. As variáveis foram coletadas em repouso, imediatamente após e 60 minutos após uma sessão de 20 minutos EXG. A atividade autonômica foi avaliada usando Variabilidade da Frequência Cardíaca (VFC) nos domínios do tempo e frequência, e os dados foram analisados utilizando testes de Shapiro-Wilk e ANOVA com post-hoc de Tukey. **Resultados:** O grupo de obesos demonstrou um aumento da atividade simpática em repouso, quando comparado ao grupo eutrófico ( $p < 0,05$ ). Grupo obeso também demonstrado um aumento da actividade parassimpático 60 min após a sessão EXG, comparado com o grupo de eutrofização ( $p < 0,05$ ). **Conclusão:** Concluimos que uma sessão aguda de EXG foi capaz de promover supercompensação parassimpática.

**PALAVRAS-CHAVE:** Exergaming, Sistema Nervoso Autônomo, Obesidade.

# INFLUENCIA DAS CARACTERÍSTICAS DOS SINTOMAS NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE PACIENTES COM CLAUDICAÇÃO INTERMITENTE

Bruna Cadengue Coêlho de Souza  
Antonio Henrique Germano Soares  
Aline Cabral Palmeira  
Fábio da Silva Santana  
Gabriel Grizzo Cucato  
Raphael Mendes Ritti Dias

Universidade de Pernambuco

[bruna.cadengue@outlook.com](mailto:bruna.cadengue@outlook.com)

**Introdução:** A doença arterial periférica (DAP) tem como principal sintoma a claudicação intermitente (CI). Embora o sintoma da dor clássico seja caracterizado por dor e câimbra ou formigamento nos membros inferiores, que cessam no repouso, sintomas atípicos também são frequentemente reportados nesses pacientes. **Objetivo:** Comparar a capacidade funcional de pacientes com sintomas de CI clássicos e atípicos. **Método:** 115 pacientes de ambos os gêneros foram recrutados no ambulatório de claudicação do hospital das clínicas da FCMUSP. A capacidade funcional foi obtida por meio do Walking Impairment Questionnaire, enquanto os sintomas foram caracterizados de acordo com as respostas do San Diego Claudication Questionnaire. **Resultados:** A comparação da capacidade funcional entre os pacientes com sintomas clássicos e atípicos da CI revelou não haver diferenças entre os grupos nos domínios: distância ( $p=0,341$ ), velocidade ( $p=0,182$ ) e capacidade de subir escadas ( $p=0,888$ ). **Conclusão:** As características dos sintomas não influenciam a capacidade funcional de pacientes com CI.

**PALAVRAS-CHAVE:** Claudicação Intermitente, Doença Arterial Periférica, Tolerância Ao Exercício.

**FOMENTO:** CAPES, FACEPE e CNPQ

# PERFIL SOCIOECONÔMICO E ANTROPOMÉTRICO DE IDOSOS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA EM UMA FACULDADE PARTICULAR EM SÃO LUIS - MA

Kláudio José de Araújo Rodrigues  
Marlon Lemos de Araújo  
Djane Correa Silva  
Isabela Cristina Santana Martins  
Ezequias Rodrigues Pestana

Faculdade Estácio São Luís, Universidade  
Federal do Maranhão

klaudio2006@gmail.com

O objetivo deste estudo foi analisar o perfil socioeconômico e antropométrico de idosos participantes de um programa de Atividade Física em uma faculdade particular em São Luis - MA. Foram avaliados 38 idosos de ambos os sexos participantes ativos do Programa de Atividade Física. O nível socioeconômico foi estabelecido com base em informações obtidas a partir de um questionário, tendo em conta o grau de escolaridade, renda familiar, consumo de tabaco e álcool. O perfil antropométrico foi determinado pela mensuração do peso, estatura, e circunferência abdominal (CA) segundo as padronizações da International Society for Advancement in Kinanthropometry-ISAK. Observou-se que 92,34% eram do sexo feminino, com idade média de  $69 \pm 11,9$  anos, 76,21% dos participantes tinham o ensino médio completo e 51,81% possuíam uma renda mensal familiar de até 2 salários mínimos. A maioria dos indivíduos (98,5%) não consumiam tabaco e 64,23% não consumiam bebidas alcoólicas. O grau de obesidade I (38,46%) foi o mais evidente dentre os participantes. Foram apresentados valores médios de CA de 98cm entre os homens e 118m entre as mulheres. Concluiu-se que a maioria dos participantes possuía baixo nível socioeconômico, obesidade grau I, e grau de risco para doenças cardiovasculares como risco aumentado para os homens e risco muito aumentado para as mulheres.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estilo de Vida, Composição Corporal, Idosos.

# CORRELAÇÃO DO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E DA ATIVIDADE FÍSICA MODERADA A VIGOROSA PRATICADA EM DIAS DA SEMANA E FINAIS DE SEMANA EM ADULTOS SAUDÁVEIS USUÁRIOS DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE DO DISTRITO DE ERMELINO MATARAZZO, SÃO PAULO/SP

Eduardo Quieroti Rodrigues  
Evelyn Helena Corgosinho Ribeiro  
Alex Antonio Florindo

Universidade de São Paulo

eduquieroti@gmail.com

**Objetivos:** Verificar se o percentual médio de minutos destinados ao comportamento sedentário (CS) se correlaciona com o percentual médio de minutos em atividade física de moderada a vigorosa (AFMV) considerando a prática em dias da semana e finais semana.

**Métodos:** 81 adultos saudáveis ( $\geq 18$  anos de idade) foram sorteadas através do cadastro das famílias atendidas em Unidades Básicas de Saúde do distrito de Ermelino Matarazzo, São Paulo/SP. O CS e a AFMV foram avaliados por meio de acelerômetros ActiGraph modelos GT1M e GT3X+. O CS foi definido como valores de 0 a 100 counts/min e a AFMV  $\geq 1952$  counts/min. Os percentuais médios de minutos destinados ao CS e AFMV foram obtidos a partir da divisão dos minutos totais em cada intensidade pelo tempo total de uso do aparelho durante os dias da semana e do final de semana. Foi calculado o coeficiente de correlação de Person e o nível de significância adotado foi de 5%. **Resultados:** O percentual médio de minutos destinados ao CS se correlacionou significativamente de forma negativa com o percentual médio de minutos em AFMV durante a semana ( $r = -0,58$   $p < 0,01$ ) e positivamente com o percentual médio de minutos em CS no final de semana ( $r = 0,44$   $p < 0,01$ ). Não houve correlação significativa do CS com a AFMV do final de semana ( $r = -0,15$   $p = 0,19$ ). **Conclusão:** O CS da semana se relacionou negativamente com a AFMV da semana e positivamente com o CS do final de semana. Recomenda-se programas que incentivem a redução do CS para esta população.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Adulto, Estilo de Vida Sedentário.

**FOMENTO:** FAPESP (2009/14119-4)

# NÍVEL DE CONHECIMENTO SOBRE AS RECOMENDAÇÕES DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA QUE ATUAM NA ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE NO ESTADO DE PERNAMBUCO

Fádia Valessa da Cunha Santana  
Cássia Kelly Santos França  
Danyelle de Cássia Ribeiro de Oliveira  
Mauro Virgílio Gomes de Barros

Universidade de Pernambuco

fadiasantana24@gmail.com

**Objetivos:** Descrever o nível de conhecimento sobre 172 profissionais de educação física (PEF) que atuam em programas de promoção da atividade física (AF) na Atenção Básica à Saúde, no estado de Pernambuco. **Metodologia:** Estudo transversal, de caráter descritivo, realizado nos municípios que integram as Gerências Regionais de Saúde I e II do Estado de Pernambuco. Dados foram coletados mediante aplicação de um questionário autoaplicado que foi previamente testado e apresentou nível aceitável de validade de conteúdo e de estabilidade dos escores. A análise das variáveis foi realizada a partir de procedimentos de estatística descritiva, tais como distribuição de frequência relativa e absoluta das variáveis categóricas. **Resultados:** Entre os 172 participantes (55,1%), com idade entre 20 e 63 anos, verificou-se que 49,8% cursaram licenciatura plena. Em relação às recomendações de atividades físicas, os profissionais referiram ter muito baixo ou baixo nível de conhecimento sobre 21,8% das gestantes, 15,8% pré-escolares, 10,0% crianças, 3,8% adolescentes, 12,2% adultos, 1,9% idosos. Desses profissionais, os que tiveram formação em licenciatura plena relataram ter os mais baixos níveis de conhecimento sobre os subgrupos com 61,4% das gestantes, 80,5% dos pré-escolares, 80,8% das crianças, 90,0% dos adolescentes, 62,5% dos adultos, 40,0% dos idosos. **Conclusão:** A maioria dos profissionais que relataram ter baixo nível de conhecimento sobre as recomendações de atividades físicas são de formação em licenciatura plena.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Competência Profissional, Atenção Básica Em Saúde.

# AVALIAÇÃO DA CAPACIDADE AERÓBIA EM MULHERES

Leandro Pimenta de Melo  
Renata Rodrigues Diniz  
Ana Lídia de Carvalho Cutrim  
Maisa Carvalho Rezende Soares  
Cristiano Teixeira Mostarda

Universidade Federal do Maranhão

leandropm\_melo@hotmail.com

**Objetivo:** Identificar o  $VO_2$ máx em mulheres ativas de diferentes faixas etária; classificar o nível do  $VO_2$ máx das mulheres de acordo com a idade; relacionar o  $VO_2$ máx com a PA de repouso e FC de repouso; correlacionar a PA de repouso e o  $VO_2$ máx das mulheres hipertensas. **Métodos:** Foram selecionados 53 indivíduos portadores todas do gênero feminino que apresentavam doenças crônicas como Hipertensão Arterial e Diabetes e que estão no período do climatério. As participantes foram submetidas a um teste de caminhada de 1600m (Pollock), sendo um teste submáximo de  $VO_2$ máx. O teste de correlação de Person/Spearman com nível de significância de 5% revelou correlações positivas e negativas entre as variáveis ( $VO_2$ máx e PASrepouso e PADrepouso). Foi feito também as médias e desvio padrão da idade  $56.77 \pm 6.40$ , frequência cardíaca de repouso ( $75.94 \pm 10.77$ ) e frequência cardíaca pós teste ( $124.24 \pm 20.12$ ). **Resultados:** Fica caracterizado neste estudo, que as mulheres submetidas ao teste de capacidade aeróbia apresentam  $VO_2$ máx classificado como abaixo dos valores estimados para as mesmas, de acordo com a classificação da American College of Sports Medicine – ACSM (1980) para cada faixa etária. **Conclusão:** Assim um programa de treinamento poderia melhorar valores de  $VO_2$ máx, assim como melhorar a qualidade de vida de mulheres climatéricas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Sedentarismo, Capacidade Aeróbia, Exercício Físico.



# CAMINHADA EM AMBIENTE CLIMATIZADO E NÃO CLIMATIZADO E CONTROLE AUTONÔMICO CARDÍACO

Ana Lúcia de Carvalho Cutrim  
Lígia Grazielle Rodrigues Soares  
Renata Rodrigues Diniz  
Paulo Vítor Albuquerque Santana  
Flávio de Oliveira Pires  
Cristiano Teixeira Mostarda

Universidade Federal do Maranhão

analidia32f@hotmail.com

**Introdução:** A prática de exercício físico tem sido cada vez mais estimulada em idosos e o comportamento do sistema nervoso autônomo cardíaco após 24 horas diante do exercício físico submetido em ambiente quente é pouco estudado. **Objetivo:** Investigar as respostas autonômicas cardíacas diante de esforço físico em ambiente climatizado e não climatizado. **Materiais e Métodos:** Participaram do estudo 12 mulheres idosas, com média de idade de 64 anos. Foram submetidas à caminhada na esteira durante 60 minutos, em ambiente climatizado ( $23,34 \pm 0,70^{\circ}\text{C}$  e  $38,86 \pm 2,24\%$ URA) e não climatizado ( $28,26 \pm 0,72^{\circ}\text{C}$  e  $63,05 \pm 5,48\%$ URA). Mensurou-se a temperatura da pele (termômetro digital FLUKE 62 MAX+) e a percepção subjetiva de esforço (Escala de Borg) durante o exercício. Antes e 24 horas após a caminhada foram submetidas à avaliação da variabilidade da frequência cardíaca pelo eletrocardiograma de 12 derivações WinCardio 6.1.1 de frequência amostral no sinal eletrocardiográfico (ECG) de 600 Hz (Micromed Biotecnologia Ltda.). Os dados coletados foram submetidos à análise estatística com o uso do software Stata/SE 11.1. Variáveis quantitativas foram expressas em média e desvio-padrão e suas diferenças verificadas, empregando-se o teste de t de Student. **Resultados:** Observou-se que a caminhada durante uma hora em ambiente não climatizado alterou a recuperação do sistema nervoso autônomo cardíaco mesmo após 24h. Aumento da modulação simpática (LF%)  $53,9 \pm 4,5$ , diminuição na modulação parassimpática (HF%)  $46,0 \pm 4,5$  e, conseqüentemente, aumento no balanço simpato vagal (LF/HF)  $1,41 \pm 0,29$ . **Conclusão:** A prática de caminhada em idosos em ambiente não controlado contribuirá para maior ativação simpática após 24 horas mesmo sem o quadro de desidratação

**PALAVRAS-CHAVE:** Variabilidade da Frequência Cardíaca, Calor, Idosas.

# AS RESIDÊNCIAS MULTIPROFISSIONAIS EM SAÚDE E O SABER-FAZER DA EDUCAÇÃO FÍSICA: UM OLHAR A PARTIR DE RIO GRANDE, BRASIL

Marluce Raquel Decian  
Leandro Quadro Corrêa  
Alan Goularte Knuth

Universidade Federal de Pelotas

marlucedecian@gmail.com

**Objetivo:** As residências multiprofissionais em saúde são cursos em nível de pós-graduação lato sensu, caracterizadas por formação e atuação em serviço. Na Universidade Federal do Rio Grande - FURG, existem duas nestes moldes, onde estão inseridos os cursos de Psicologia, Enfermagem e Educação Física, sendo estas a Residência Integrada Multiprofissional Hospitalar com Ênfase na Atenção à Saúde Cardiometabólica do Adulto e a Residência Multiprofissional em Saúde da Família, assim este estudo teve o propósito de caracterizá-las sob o olhar específico da Educação Física. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo, onde se caracterizam as atividades desenvolvidas pela Educação Física nas residências multiprofissionais em saúde da FURG. **Resultados:** Apresentamos as atividades de competência e atuação no Sistema Único de Saúde (SUS), as dificuldades destas vivências e as particularidades de ambas as residências. A duração destas residências é de dois anos e carga horária de 60 horas semanais, totalizando 5.760 horas. Ao final do curso o residente recebe o título como o de um curso de Aperfeiçoamento/Especialização em Residência Multiprofissional, embora a carga horária exceda a mínima para um curso de Especialização. **Conclusão:** O estudo mostra que experiências que articulam a formação acadêmica do núcleo da Educação Física e o SUS contribuem para a construção de um canal de diálogo entre indivíduos atuantes nas residências multiprofissionais.

**PALAVRAS-CHAVE:** Residência Multiprofissional, SUS, Educação Física.

# EFETIVIDADE DE UMA INTERVENÇÃO INTERDISCIPLINAR SOBRE AS PRÁTICAS DE ATIVIDADES FÍSICAS EM ESCOLARES DE ENSINO FUNDAMENTAL: PROGRAMA “FORTELEÇA SUA SAÚDE”

Valter Cordeiro Barbosa Filho  
Soraya Anita Mendes de Sá  
Iraneide Etelvina Lopes  
Sarah Caroline Vieira Paulino  
Adair da Silva Lopes

Universidade Federal de Santa Catarina

valtercbf@gmail.com

**Objetivo:** Verificar a efetividade de uma intervenção de base escolar sobre a atividade física (AF) em estudantes. **Método:** Estudo de intervenção randomizado e controlado, com a escola como unidade de seleção amostral, envolvendo 548 estudantes no grupo intervenção e 537 no controle (48,2% e 48,8% de meninas, respectivamente), dos 7º ao 9º anos do ensino fundamental das seis escolas de tempo integral de Fortaleza, Ceará. O programa intitulado “Fortaleça sua Saúde” incluiu três escolas em cada condição, com ações de intervenção voltadas ao treinamento de professores, oportunidades para AF no ambiente escolar e educação em saúde. Um questionário padronizado de autoperenchimento foi aplicado pré-intervenção (julho de 2014) e pós-intervenção (dezembro de 2014), objetivando estimar o tempo semanal em AF (lista de 24 AFs validada para adolescentes brasileiros), preferência por AF no lazer e estágios de mudança do comportamento para AF. A análise de variância de medidas repetidas, ajustada para escola, sexo, idade, classe econômica e ocupação foi utilizada, considerando  $p < 0,05$ . **Resultados:** Após ajuste para variáveis de confusão, o programa gerou aumento significativo no tempo semanal em AF (diferença intervenção vs. controle ajustada: 203,07 minutos por semana; intervalo de confiança de 95% [IC95%]: 17,37; 388,77;  $p = 0,032$ ; effect size=0,17), em brincadeiras como carimba, pega-pega e corrida (diferença: 120,31 minutos por semana; IC95%: 67,13; 173,49;  $p < 0,001$ ; effect size=0,35) e no número de AF praticadas (diferença: 0,89 AF por semana; IC95%: 0,38; 1,39;  $p < 0,001$ ; effect size=0,27) em estudantes. **Conclusão:** O programa “Fortaleça sua Saúde” foi efetivo para promover AF em estudantes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Ensaio Clínico, Saúde do Escolar.

**FOMENTO:** Financiamento próprio do RCT NCT02439827 (ClinicalTrials.gov)

# DISCUTINDO SOBRE SAÚDE NAS DISCIPLINAS CURRICULARES DO ENSINO FUNDAMENTAL: EXPERIÊNCIA DO PROGRAMA FORTALEÇA SUA SAÚDE

Iraneide Etelvina Lopes  
Júlia Aparecida Devidé Nogueira  
Fabiane do Amaral Gubert  
Neiva Francenely Cunha Vieira  
Soraya Anita Mendes de Sá  
Thábyta Silva de Araújo

Universidade de Brasília

iraneide12@gmail.com

**Objetivo:** Analisar o interesse e as estratégias utilizadas por professores do ensino fundamental para discutir temas relacionados à saúde no currículo. **Método:** Estudo descritivo com 29 professores envolvidos no curso de formação do programa Fortaleça sua Saúde, uma intervenção de promoção do estilo de vida saudável em escolas de tempo integral da rede municipal de ensino de Fortaleza, Ceará. O interesse na proposta e as estratégias de inserção do tema Saúde foram estudados qualitativamente utilizando questionários semiestruturados e relatos de experiências. **Resultados:** 90% dos professores referiram interesse em discutir temas de saúde em suas aulas, mas, a complexidade em aliar expectativas de aprendizagem com o tema, o pouco tempo de planejamento, e a falta de recursos (ex., acesso à internet) foram apontados como barreiras ao desenvolvimento das atividades. Não obstante, 20 professores afirmaram realizar atividades em sala com temas de saúde durante o semestre letivo, totalizando 133 atividades desenvolvidas. Em sua maioria as estratégias utilizadas envolveram construção e realização de jogos (ex.: mascote da saúde e jogos sobre alimentação) e desenvolvimento de material expositivo (cartazes e vídeos com conteúdos de saúde). Conclui-se que apesar das dificuldades apresentadas pelos professores para a inserção dos temas de saúde no currículo escolar, cursos de formação como o oferecido foram considerados importantes para o apoio ao desenvolvimento de políticas e ações de promoção do estilo de vida saudável na escola.

**PALAVRAS-CHAVE:** Saúde, Escola, Professor.

# EFETIVIDADE DE UMA INTERVENÇÃO SOBRE COMPONENTES DO TEMPO DE TELA EM ESCOLARES: PROGRAMA FORTALEÇA SUA SAÚDE

Alexsandra da Silva Bandeira  
Iraneide Etelvina Lopes  
Sarah Caroline Vieira Paulino  
Jéssica Sousa de Freitas  
Soraya Anita Mendes de Sá  
Kelly Samara da Silva

Universidade Federal de Santa Catarina

alebandeiraufc@gmail.com

**Objetivo:** Avaliar a efetividade de um programa de intervenção sobre a redução do tempo de uso de computador/videogame e de TV em escolares de Fortaleza, Ceará. **Métodos:** Estudo de intervenção randomizado e controlado. Das seis escolas (unidade primária de amostragem) de tempo integral existentes em Fortaleza, três foram submetidas ao programa “Fortaleça sua Saúde” e três compuseram o grupo controle durante o segundo semestre de 2014 (julho a dezembro). O estudo envolveu 548 escolares no grupo intervenção e 537 no controle, com idades de 11 a 17 anos, que cursavam do 7º ao 9º ano do ensino fundamental. A intervenção focou no treinamento dos professores, oportunidades para atividade física na escola e educação em saúde. Os estudantes responderam um questionário pré-intervenção e pós-intervenção, envolvendo questões sobre o tempo diário assistindo TV ou usando computador/videogame em dias de semana. Foi utilizado o teste de McNemar para verificar mudanças na proporção de jovens com tempo maior que duas horas diárias após a intervenção nesses componentes, considerando  $p < 0.05$ . **Resultados:** A proporção de estudantes que usavam computador/videogame por duas ou mais horas diárias reduziu significativamente no grupo intervenção (56,8% para 48,0%;  $p < 0,01$ ), quando comparado ao grupo controle (52,7% para 49,0%;  $p = 0,11$ ). Contudo, a proporção de estudantes que assistiam TV por duas ou mais horas diárias modificou de modo semelhante nos dois grupos (intervenção: de 72,4% para 66,1%;  $p < 0,01$ ; controle: de 69,3% para 64,8%;  $p = 0,04$ ). **Conclusão:** O programa “Fortaleça sua Saúde” foi efetivo na redução da proporção de estudantes com o uso excessivo de computador/videogame.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estilo de Vida Sedentário, Estudos de Intervenção, Saúde Escolar.

# REVISÃO SISTEMÁTICA DE RECOMENDAÇÕES NACIONAIS DE ATIVIDADE FÍSICA PARA A SAÚDE NA AMÉRICA DO SUL

Paulo Henrique de Araújo Guerra  
Evelyn Fabiana Costa  
Leandro Martin Totaro Garcia  
Eduardo Quieroti Rodrigues  
Douglas Roque Andrade  
Alex Antonio Florindo

Universidade de São Paulo

paulohguerra@usp.br

**Objetivo:** Recuperar e comparar as recomendações nacionais de atividade física com fins na promoção da saúde nos países da América do Sul. **Métodos:** Buscas foram realizadas em cinco bases de dados eletrônicas e nos sites dos ministérios da saúde dos doze países que compõem o continente. Como critérios de inclusão, a recomendação deveria ser chanceada pelo ministério de saúde nacional e ter sido publicada nos últimos dez anos. Apenas a recomendação mais atual de cada país foi incluída na síntese. **Resultados:** Seis países apresentaram recomendações nacionais de atividade física para a saúde. As cinco recomendações direcionadas às crianças e adolescentes orientam a prática de, pelo menos, 60 minutos diários de atividades físicas moderadas e vigorosas (Argentina, Chile, Colômbia, Paraguai, e Venezuela). Em adultos, observou-se discrepância entre os documentos: em três se recomenda a prática de 150 minutos semanais de atividades físicas moderadas (Argentina, Colômbia e Venezuela) e em outros dois se recomenda a prática diária de 30 minutos de atividades físicas moderadas (Chile e Peru). Em dois países as recomendações para idosos replicaram as de adultos (Argentina e Colômbia). **Conclusões:** Metade dos países do continente apresentou documentos nacionais que recomendam níveis de atividade física com fins na promoção de saúde, e é importante que futuras pesquisas avaliem o impacto dessas recomendações nas populações locais. Por outro lado, a existência de uma recomendação nacional não implica na existência de políticas contínuas de promoção da atividade física, como ocorre no Brasil e no Suriname, que não possuem recomendações nacionais.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Promoção da Saúde, Literatura de Revisão Como Assunto.

**FOMENTO:** o presente trabalho não recebeu nenhum tipo de financiamento ou patrocínio.

# EFEITO DE SEIS SEMANAS DE TREINAMENTO COM O MÉTODO PILATES DE SOLO SOBRE A AGILIDADE DOS MEMBROS INFERIORES EM MULHERES IDOSAS

Grazieli Maria Biduski  
Josefina Bertoli  
Sueyla Ferreira da Silva dos Santos  
Cíntia de La Rocha Freitas

Universidade Federal de Santa Catarina

[grazy.biduski@gmail.com](mailto:grazy.biduski@gmail.com)

**Objetivo:** avaliar a agilidade de membros inferiores em idosas por meio dos testes de Capacidade Funcional (CF), antes e após seis semanas com o Treinamento de Pilates Solo (TPS). **Métodos:** participaram do estudo seis mulheres com idade de  $62,17 \pm 1,60$ , massa corporal  $71,78 \pm 6,33$  kg e estatura  $1,58 \pm 0,337$  m. Utilizaram-se os testes de CF; levantar, ir e voltar – 3m, sentar e levantar em 30 segundos, subir escadas e descer escadas. Utilizou-se o teste t de Student pareado com 5% de significância. **Resultados:** antes do TPS obteve-se; a) ir e voltar – 3 metros  $5,44 \pm 0,28$  s e após houve uma diminuição significativa de  $4,91 \pm 0,41$  s ( $p= 0,004$ ); b) subir escadas  $3,24 \pm 0,52$  s e após uma diminuição de  $2,86 \pm 0,30$  s ( $p= 0,082$ ); c) descer escadas  $3,34 \pm 0,88$  s e após um decréscimo de  $2,94 \pm 0,99$ s ( $p= 0,153$ ); d) sentar e levantar de 30 s  $14,83 \pm 2,04$  repetições e logo um aumento de  $16,00 \pm 2,00$  repetições ( $p= 0,135$ ). **Conclusão:** a CF apresentou melhoras no tempo de execução e número repetições. Porém, apenas o teste de levantar ir e voltar – 3 metros obteve-se diminuição significativa no tempo para realizar o mesmo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Pilates Solo, Capacidade Funcional, Idosas.

**FOMENTO:** CAPES

# ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA ATIVIDADE FÍSICA ENTRE ESCOLARES: PROJETO EF+

Luiza Isnardi Cardoso Ricardo  
Rodrigo Wiltgen Ferreira  
Airton José Rombaldi  
Daniele Kopp  
Pedro Rodrigues Curi Hallal  
Mario Renato de Azevedo Júnior

Universidade Federal de Pelotas

luizaiccardo@gmail.com

**Objetivo:** Verificar os Estágios de Mudança de Comportamento (EMC) para atividade física entre escolares após dois anos da intervenção Educação Física +: Praticando Saúde na escola (EF+). **Métodos:** O EF+ foi conduzido em 58 escolas da cidade de Pelotas entre 2012 e 2013, como o objetivo de disseminar conteúdos relacionados à saúde através das aulas de educação física. Para avaliar o efeito da intervenção foram realizadas quatro coletas de dados, no início e no final de cada ano letivo. Os EMC foram avaliados na última coleta de dados. A regressão multinomial foi utilizada nas análises entre os EMC e as variáveis de exposição (sexo, idade, série, nível econômico, exposição à intervenção e conhecimento sobre saúde). **Resultados:** A amostra total foi de 8071 estudantes com idade média de 13,9 (DP± 2,4) anos. A maioria dos estudantes pratica atividade física, sendo 21,8% e 41,6% classificados nos estágios de Ação e de Manutenção, respectivamente. O sexo masculino esteve mais associado aos estágios de Ação (RR: 1,28; IC95% 1,07-1,54) e de Manutenção (RR: 3,57; IC95% 3,02-4,23) em comparação ao sexo feminino. Estudantes com nível econômico mais elevado foram associados com os estágios de Ação (RR: 1,42; IC95% 1,06-1,90) e Manutenção (RR: 1,51; IC95% 1,16-1,98). Um maior conhecimento sobre saúde esteve diretamente associado com os todos os EMC. Entretanto, estar exposto por mais tempo à intervenção não foi associado ao desfecho. **Conclusão:** Avaliações longitudinais acerca dos EMC poderiam ampliar o conhecimento acerca dos efeitos de intervenções sobre a prática de atividade física.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estudos de Intervenção, Modelos Teóricos, Atividade Motora.

**FOMENTO:** CNPQ, Wellcome Trust



# EFETIVIDADE DE UM PROGRAMA DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO VOLTADO PARA A PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA FORÇA MUSCULAR EM IDOSOS

Mônica Costa Silva  
Simone Teresinha Meurer  
Aline Mendes Gerage  
Lúcia Midori Damaceno Tonosaki  
Carla Elane Silva dos Santos  
Tânia Rosane Bertoldo Benedetti

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

monicacostaef@hotmail.com

**Objetivo:** verificar a efetividade de um programa de mudança de comportamento sobre a força muscular em idosos. **Método:** Participaram do estudo 30 idosos ( $67,00 \pm 6,02$  anos - 38 mulheres), cadastrados em Centros de Saúde de Florianópolis/SC. Aleatoriamente foram formados dois grupos: mudança de comportamento (GMC,  $n=12$ ) e controle (GC,  $n=22$ ). O GCM participou do programa Vida Ativa Melhorando a Saúde (VAMOS), durante três meses, com um encontro semanal de aproximadamente duas horas, cujo objetivo é motivar a mudança de comportamento para um estilo de vida saudável. Foram realizadas avaliações por meio do teste sentar e levantar e flexão do antebraço para força dos membros inferiores e superiores, respectivamente, antes (M1) e após (M2) a intervenção do programa. Foi utilizada Anova para medidas repetidas ( $P < 0,05$ ). Resultado: observou-se efeito isolado do momento para força dos membros inferiores ( $F=10,45$ ;  $p<0,01$ ) e superiores ( $F=17,20$ ;  $p<0,01$ ), sendo que em ambos os grupos houve aumento do número médio de repetições de M1 para M2. A força dos membros inferiores no GMC passou de  $14,81 (\pm 3,37)$  para  $18,63 (\pm 4,25)$ , enquanto no GC foi de  $13,96 (\pm 4,38)$  para  $15,32 (\pm 4,80)$ . Já a força dos membros superiores no GMC foi de  $17,25 (\pm 4,31)$  em M1 e  $20,44 (\pm 3,94)$  em M2, e no GC foi de  $15,80 (\pm 4,73)$  em M1 e  $17,92 (\pm 3,80)$  em M2. **Conclusão:** houve melhoria na força muscular em idosos de ambos os grupos, portanto, a efetividade não pode ser atribuída ao VAMOS. Adaptações como a inclusão de atividades práticas devem ser consideradas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Promoção da Saúde, Aptidão Física, Pessoa Idosa.

**FOMENTO:** CAPES

# EXERCÍCIO INTERVALADO DE CURTA DURAÇÃO MELHORA A APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA DE MULHERES MENOPAUSADAS

Mariana Santoro Nakagaki  
Okesley Teixeira  
Edilaine Michelin  
Roberto Carlos Burini

Faculdade de Medicina de Botucatu

msantoro16@hotmail.com

Intervenções com exercícios aeróbicos e/ou resistidos mostram-se eficazes na melhora de parâmetros metabólicos e cardiovasculares. O método de treinamento intervalado constitui protocolo de exercício bem conhecido que intercala exercícios de alta intensidade com períodos de descanso ou recuperação. **Objetivo:** Verificar alterações na aptidão cardiorrespiratória de mulheres menopausadas após 10 semanas de exercício intervalado. **Método:** Foram avaliadas 24 mulheres na menopausa ( $57 \pm 7,8$  anos) participantes do programa para mudança no estilo de vida (Mexa Pró-Saúde) da cidade de Botucatu/SP. Aptidão cardiorrespiratória foi determinada pelo consumo máximo de oxigênio ( $VO_2\max$ ) obtido em esteira elétrica (modelo QMCTM90) utilizando protocolo de Balke. O protocolo intervalado (2x/sem; durante 10 semanas) foi aplicado de 70 a 90% da  $FC_{\max}$  em esteira (com monitoramento constante da pressão arterial e frequência cardíaca). Para análise dos dados adotou-se teste ANOVA em medidas repetidas com nível de significância de 5%. **Resultados:** O exercício de alta intensidade melhorou significativamente os marcadores de aptidão cardiorrespiratória com aumento de 23,8% no tempo de esteira ( $p=0,002$ ), de 21,7% na inclinação da esteira ( $p=0,002$ ) e de 12,3% no  $VO_2\max$  ( $p<0,001$ ) sem, contudo, alterar pressão arterial ou frequência cardíaca. **Conclusão:** O protocolo intervalado de curta duração (10 semanas) foi eficiente na melhora da aptidão cardiorrespiratória de menopausadas contribuindo para o estado de saúde e qualidade de vida dessa população.

**PALAVRAS-CHAVE:** Menopausa, Aptidão Física, Exercício Aeróbico.

# PROGRAMA VAMOS: VIDA ATIVA MELHORANDO A SAÚDE

Tânia Rosane Bertoldo Benedetti  
Cassiano Ricardo Rech  
Andiara Schwingel  
Wojtek Chodzko-Zajko  
Luiz Salomão Ribas Gomez

Universidade Federal de Santa Catarina

[tania.benedetti@ufsc.br](mailto:tania.benedetti@ufsc.br)

**Introdução:** observa-se, um aumento do número de programas de exercícios físicos oferecidos no Brasil, embora o perfil de atividade física da população ainda está distante do recomendado. Aliado a isto surgem os programas de mudança de comportamento buscando melhorar o estilo de vida da população. **Objetivo:** apresentar o programa de mudança de comportamento Vida Ativa Melhorando a Saúde - VAMOS. **Método:** o programa VAMOS foi baseado no programa “Active Living Every Day”, Human Kinetics (mediante contrato®). Em 2012, o programa foi aplicado semanalmente, durante 3 meses para idosos em 2 CS de Florianópolis. Após a tradução e as adaptações culturais para o Brasil foi distribuído um livro por participante no início do programa. No final do programa foi aplicado entrevistas semiestruturadas aos profissionais dos Centros de Saúde e grupos focais com os participantes e Agentes de Saúde Comunitários. **Resultados:** verificou-se a necessidade de diversas alterações: oferecer o programa para adultos e idosos; acrescentar o tema sobre alimentação; diminuir a complexidade dos encontros, com retirada de informações que foram difíceis de entendimento. A partir dessas informações criou-se o VAMOS, com conteúdos mais fáceis e aplicados a nossa realidade, com a inclusão da alimentação saudável; inclusão de um encontro para apresentar o programa e diminuição para 11 encontros. O material foi criado pelo LOGO por meio de livretos (um por encontro). Neste sentido foi criado um novo programa denominado VAMOS. **Conclusão:** estamos em fase final de testagem desse novo modelo do programa. Em breve estaremos divulgando os resultados, mas acreditamos que o programa “VAMOS” tem grande potencial de uso para a população brasileira, especialmente no SUS.

**PALAVRAS-CHAVE:** Programa Vamos, Mudança de Comportamento, Atividade Motora.

**FOMENTO:** CNPq; PPSUS.

# EFEITOS DE TREINAMENTO DE 10 SEMANAS COM EXERCÍCIOS FÍSICOS COMBINADOS NA APTIDÃO FÍSICA DE ADULTOS PARTICIPANTES DE PROGRAMA PARA MUDANÇA DE ESTILO DE VIDA

Leonardo Elias Ferreira Pereira  
Mariana Santoro Nakagaki  
Okesley Teixeira  
Edilaine Michelin  
Roberto Carlos Burini

Universidade Estadual Paulista Júlio de  
Mesquita Filho - Unesp

leo.efp@gmail.com

O treinamento combinado (TC - aeróbio e resistido) gera melhorias neuromusculares, antropométricas e lipídicas. **Objetivo:** Verificar os efeitos de protocolo de TC na aptidão cardiorrespiratória e força muscular de adultos participantes de programa para mudança de estilo de vida (MEV) “Mexa-se Pro Saúde”. **Métodos:** 33 indivíduos avaliados (54,8±8,9 anos; 81,8% mulheres), submetidos ao protocolo de TC (10 semanas, frequência média de 3x/semana: 15 minutos iniciais de alongamento, 30 minutos de caminhada (75 a 85% da FC<sub>máx</sub>) e 50 minutos de exercícios resistidos (65 a 70% do 1RM), 15 minutos de alongamento final) e testes funcionais (teste ergométrico máximo - protocolo de Balke; teste de 1 Repetição Máxima) para avaliar a aptidão cardiorrespiratória (VO<sub>2</sub>máx) e a força dos indivíduos. ANOVA one-way para comparação entre momentos com nível de significância de 5%. **Resultados:** O tempo de teste, a inclinação da esteira e o valor do VO<sub>2</sub>máx melhoraram após as 10 semanas de intervenção (541±232 vs. 674±226 segundos, p=0,02; 9,6±4 vs. 11,8±3,8 graus, p=0,01; 29,5±7,2 vs. 33,6±6,8 ml/kg/min, p=0,02, respectivamente). Porém, o efeito não foi verificado na força dos membros superiores (62,5±21,5 vs. 69,2±24,4 kg, p=0,31) e inferiores (88,5±27 vs. 107,9±41,5 kg, p=0,07). **Conclusão:** 10 semanas de intervenção foram eficazes na melhoria e manutenção dos indicadores de aptidão física dos indivíduos participantes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Treinamento, Aptidão Física, Estilo de Vida.

# EFICÁCIA DOS PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA NA COMPOSIÇÃO CORPORAL, QUALIDADE DO SONO E ESTRESSE EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS PERUANOS

Saulo Andrés Salinas Arias  
Jessica Pérez Rivera  
Angélica Aponte Olaya  
Carlos Camacho Aguilar  
Ronil Silva Saboya

Upeu, Universidade Federal de Santa Catarina

saulo.salinas@upeu.edu.pe

Objetivou-se: Determinar o efeito do programa de atividade física na composição corporal, qualidade do sono e estresse acadêmico em estudantes universitários peruanos. Método: O programa com 193 alunos (F110 - M83) desenvolvidos entre as idades de 16 e 20 que pertencem a três poderes, inscrito no ciclo 2015-1. As variáveis consideradas foram: composição corporal (IMC-C.ABD), qualidade do sono (PSQI) e estresse acadêmico (SISCO). O desenho do estudo foi pré experimental com pré e pós-teste. A análise dos dados foi usando SPSS (20,0) software estatístico. A análise descritiva das características sociodemográficas e do teste t de Student para amostras relacionadas foi realizada. **Resultados:** A composição corporal diferenças estatisticamente significativas, exceto C.ABD FIA com  $p = 0,004$ . Em PSQI total dos três poderes, não há diferença estatisticamente significativa ( $p < 0,05$ ) e SISCO totais, as três faculdades, diferenças estatisticamente significantes ( $p < 0,05$ ), exceto os FCS, onde  $p = 0,051$ . **Conclusões:** O efeito do programa foi significativa na composição corporal, variável C.ABD FIA. Além disso, cinco dos sete componentes des PSQI mostrou diferenças significativas. Finalmente nos sintomas dimensão SISCO houve diferenças significativas nas três faculdades.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, índice de Masa Corporal, Circunferência Abdominal.

# MUDANÇA DE COMPORTAMENTO EM PACIENTES ATENDIDOS PELO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: PROJETO UBS+ATIVA

Vítor Häfele  
Bruno Iorio Könsgen  
Leony Morgana Galliano  
Fernando Carlos Vinholes Siqueira

*Escola Superior de Educação Física,  
Universidade Federal de Pelotas*

[vitorhafele@hotmail.com](mailto:vitorhafele@hotmail.com)

Objetivou-se descrever a mudança de comportamento relacionada à prática de atividade física (AF) de pacientes atendidos pelo profissional de Educação Física (PEF) na Unidade Básica de Saúde (UBS) Areal Leste/Pelotas-RS. O Projeto UBS+Ativa é uma intervenção que ocorre com AF. Dentre as ações desenvolvidas encontra-se o atendimento ambulatorial, onde o PEF atende pacientes moradores da área de abrangência da UBS referenciados por profissionais da saúde. Realiza-se avaliação do paciente e prescrição de AF, além de oportunidade em ingressar no grupo de atividade física orientada, outro componente da intervenção. A mudança de comportamento foi operacionalizada através da questão: “Comparando com o período anterior a nossa primeira consulta, como o Sr(a) diria que está o teu nível de atividade física (NAF) agora? Aumentou, diminuiu ou permaneceu o mesmo”. A amostra foi composta por 65 pacientes que compareceram em no mínimo duas consultas. Destes, 25 consultaram três vezes entre agosto/2013 e julho/2015. Os dados foram analisados de forma descritiva no Stata 13.0. As mulheres representam a maioria dos pacientes (86,1% na 2º consulta e 92% na 3º) e a média de idade foi 55,9±13,4 anos (2º consulta) e 60,4±10,7 anos (3º consulta). Em relação à prática de AF, na 2º consulta 75,4% dos pacientes disseram que o NAF aumentou, 4,9% relataram que diminuiu e 19,7% indicaram que permaneceu o mesmo. Na 3º consulta, 72% aumentaram, 8% diminuíram e para 20% permaneceu o mesmo. Conclui-se que o atendimento ambulatorial promovido pelo PEF modificou positivamente o comportamento dos pacientes em relação à prática de AF.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Promoção da Saúde, Atenção Primária à Saúde.

# APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES PARTICIPANTES DE PROJETO SOCIAL NA CIDADE DE FORTALEZA-CE

Lucas Soares Pereira  
Ricardo Hugo Gonzalez  
Neyla Doroth Araujo de Almeida

Universidade Federal do Ceará

lucas.soares261@gmail.com

**Objetivo:** verificar o nível da aptidão cardiorrespiratória em praticantes de esportes de projeto social. **Método:** estudo transversal. A amostragem foi não aleatória segundo disponibilidade em 23 alunos, de 9 a 17 anos, de ambos os sexos, sendo onde 56,6% eram do sexo masculino e 43,4% femininos. Praticantes de Triátlon, Futebol de Campo e Natação, com sessões de aula de duas vezes por semana e duração de 60 minutos cada sessão. Foi utilizado o teste de 9 minutos (correr/caminhar) seguindo os critérios sugeridos PROESP-BR, para a população brasileira. Para a análise descritiva (média e desvio padrão) com o nível de significância de 95 %, foi utilizando o pacote estatístico SPSS 20.0 para Windows. **Resultados:** na comparação do nível de aptidão física cardiorrespiratória entre os sexos: 53,8% do total dos meninos e 30% das meninas ficaram na zona de risco. Entre as modalidades, o índice de aptidão física cardiorrespiratória dos praticantes do Triátlon foi 83,3%, no Futebol de Campo 33,3%, na Natação 28,6 % dentro da zona de risco. **Conclusão:** as intervenções esportivas neste projeto social não são suficientemente efetivas para a melhora da capacidade cardiorrespiratória relacionada à saúde nesta população. É recomendado o aumento dos dias semanais das sessões de prática, assim como a intensidade nas intervenções.

**PALAVRAS-CHAVE:** Aptidão Física, Adolescentes, Qualidade de Vida.

# EXERGAMES: ROMPENDO BARREIRAS DA INATIVIDADE EM IDOSOS

Adriana Schüler Cavalli  
Fabricio Boscolo Del Vecchio  
Laís de Freitas Vargas  
César Augusto Otero Vaghetti

Univeridade Federal de Pelotas

adriscavalli@gmail.com

**Introdução:** Os exergames têm sido utilizados na área da saúde para romper barreiras da inatividade. Porém, estudos sobre motivação em idosos são escassos. **Objetivo:** Investigar o interesse e a motivação de idosos participantes de programa social universitário da cidade de Pelotas/RS por exergames. **Método:** O presente estudo envolveu 20 idosos (6 homens e 14 mulheres, média de  $73,4 \pm 6,4$  anos). Conduziu-se classificação dos sujeitos como menos motivados para a prática de atividade física através do Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física e Esportiva – IMPRAFE 132. Dos 43 sujeitos designados, 3 declinaram continuar no presente estudo, 11 estavam doentes durante a coleta de dados e 9 desistiram de participar do programa. Cada idoso participou de sessão única de dois jogos do Xbox 360® Kinect™, do pacote Kinect Adventure. Para avaliação da motivação nos jogos utilizou-se o Inventário de Motivação Intrínseca (IMI). Na análise estatística os dados foram expressos em valores absolutos e relativos. **Resultados:** Destaca-se que 80% dos idosos ( $n=16$ ) acharam os jogos muito divertidos e 90% ( $n=18$ ) salientaram que a prática foi nada chata. Percentual elevado (75%;  $n=15$ ) relatou que se preocupavam muito em desempenhar bem os jogos; e 60% ( $n=12$ ) estavam muito satisfeitos com o próprio desempenho nos mesmos. **Conclusão:** Os participantes demonstraram interesse e empenho na realização das tarefas propostas. O nível de motivação para a prática foi elevado e, portanto, os exergames podem ser ferramenta relevante no incentivo de idosos para a prática de atividade física.

**PALAVRAS-CHAVE:** Motivação, Idoso, Atividade Motora.

**FOMENTO:** Ministério da Educação - ProExt 2015



# PERFIL DOS FREQUENTADORES E PADRÃO DE USO DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA

Jeferson Macedo Vianna  
Aline Aparecida de Souza Ribeiro  
Liliane Cunha Aranda

Universidade Federal de Juiz de Fora

[jvianna@acessa.com](mailto:jvianna@acessa.com)

O objetivo do estudo foi de identificar o perfil dos frequentadores e padrão de uso das academias ao ar livre (AAL) da Universidade Federal de Juiz de Fora. Durante os meses de outubro, novembro e dezembro de 2014 foi realizado um estudo exploratório, de delineamento transversal e com aplicação de questionário aos frequentadores da AAL da UFJF. Foram entrevistados 179 frequentadores da AAL (47,5% mulheres e 52,5% homens). A maior parte dos participantes apresentava uma faixa etária entre 18-39 anos (44,1%), sendo casados (52,5%), com ensino médio completo (29,6%) e com renda domiciliar mensal entre 2 a 5 salários mínimos (46,9%). Quanto ao padrão de uso, o motivo que influenciou a maioria dos entrevistados a frequentar a AAL foi o ambiente agradável (65,92%). Este é um dos poucos estudos amplo que descreve o perfil dos frequentadores e o padrão de uso de AAL de maneira sistemática e detalhada. É importante identificar estas variáveis para orientar as intervenções de políticas públicas afim da promoção de atividade física por meio do uso de espaços públicos e que ofereçam um maior número de AAL em outros locais da cidade para a comunidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Políticas Públicas, Qualidade de Vida.

# PROGRAMA ACADEMIA DA CIDADE DO RECIFE: QUAIS AS PRINCIPAIS SATISFAÇÕES E/OU INSATISFAÇÕES DOS USUÁRIOS?

Widjane Sheila Ferreira Gonçalves  
Bruno Rafael Vieira Souza Silva  
Alison Oliveira da Silva  
Mônica Cristina da Silva  
Wallacy Milton do Nascimento Feitosa

*Faculdade Asces, Universidade de Pernambuco, Associação Caruaruense de Ensino Superior,*

[w.sheila@hotmail.com](mailto:w.sheila@hotmail.com)

**Objetivo Geral:** Analisar as principais satisfações e/ou insatisfações dos usuários do Programa Academia da Cidade do Recife. **Método:** Estudo de caso, exploratório e analítico com amostra do tipo intencional e abordagem qualitativa. O estudo foi realizado no Programa Academia da Cidade (PAC) - Recife em 28 usuários de ambos os sexos com pelo menos cinco (05) anos de participação no programa. A coleta de dados foi realizada entre os períodos de agosto a dezembro de 2014. Foi utilizada uma entrevista semiestruturada individualizada, inicialmente gravadas e depois transcritas. A técnica empregada para análise das entrevistas foi à condensação de significados. **Resultados:** Dentre as principais satisfações dos usuários do PAC - Recife, estão à localidade, recomendação do programa, relação com os profissionais e usuários envolvidos, percepção de melhora na saúde e controle da doença, e às atividades promovidas, com ressalva quanto à duração das sessões de atividade física e ausência de variedade das atividades. Entre os principais aspectos de insatisfação, incluem-se, à falta de equipamentos, manutenção do espaço físico e condições climáticas. **Conclusão:** Verificou-se que os usuários analisados apresentaram ambos, aspectos satisfatórios (convívio social e percepção do nível de saúde) e insatisfatórios (ausência de materiais e tempo de atividade prática) sobre o PAC - Recife.

**PALAVRAS-CHAVE:** Programas, Promoção da Saúde, Usuários.

**FOMENTO:** Grupo de Pesquisas em Saúde Pública – ASCES

# TOPOLOGIA DO TRABALHO COLABORATIVO NUMA REDE LOCAL DE PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA

Douglas Roque Andrade  
Leandro Martin Totaro Garcia  
Diana Parra

Universidade de São Paulo, Faculdade de  
Saúde Pública da Universidade de São Paulo,  
Washington University In St. Louis

[douglas.andrade@usp.br](mailto:douglas.andrade@usp.br)

**Objetivo:** Identificar a topologia e os atributos dos atores, suas relações e estruturais associados ao trabalho em colaboração numa rede local de promoção da atividade física.

**Método:** Entrevistamos os responsáveis por 32 instituições que atuavam na promoção da atividade física em Ermelino Matarazzo, em 2012. Consideramos como conexões de colaboração quando as instituições reportaram trabalhar juntas formalmente para atingir metas comuns. Identificamos os atributos associados por meio de modelos de gráficos aleatórios exponenciais. As associações foram expressas em odds ratio (OR) e intervalo de confiança de 95% (IC95%). **Resultados:** Existiam 46 conexões de colaboração, a densidade da rede foi 0,09 e quatro atores estavam isolados do maior conjunto de atores interligados. A média e a máxima distância geodésica foram três e seis, respectivamente. Quatorze dos 32 atores tinham nenhuma ou uma relação de colaboração. Um ator do setor público concentrava 40% das relações de colaboração. No modelo preditivo final, nenhum atributo das conexões esteve associado significativamente ao trabalho em colaboração. Quanto aos atributos dos atores, a percepção de que a estrutura e burocracia institucional é uma barreira para o trabalho em rede se associou positivamente (OR = 2,37; IC95%: 1,02 – 5,50). O atributo estrutural geometrically weighted dyadwise shared partner também se associou positivamente com a formação de novas conexões de colaboração (OR = 1,22; IC95%: 1,18 – 1,26).

**Conclusão:** Existe espaço para o adensamento do trabalho colaborativo. Ademais, o exercício do trabalho colaborativo expande a percepção das barreiras institucionais, que mesmo transponíveis, podem ser minimizadas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Rede Social, Organização Comunitária.

# A GINÁSTICA NO PROJETO DE EXTENSÃO PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Gleiciane da Silva Lacerda

Vandelma Silva Oliveira Rios

Michael Daian Pacheco Ramos

Salomão Cleomenes Lima Costa

Uneb (Universidade do Estado da Bahia)

[gleicy\\_avril@hotmail.com](mailto:gleicy_avril@hotmail.com)

**Objetivo:** O presente trabalho visa descrever as atividades que foram desenvolvidas durante o estágio não formal, por alunas do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade do Estado da Bahia - DCH Campus/IV Jacobina/Bahia e compartilhar a experiência vivenciada através dos resultados encontrados. **Métodos:** O relato parte das ações desenvolvidas no período do estágio no Projeto de Extensão Práticas Corporais Alternativas que ocorreu no Laboratório de Educação Física do DCH Campus IV da UNEB, pautado sob uma perspectiva Crítico-Superadora (COLETIVO DE AUTORES, 1992). O público foi 25 mulheres de Jacobina com faixa etária variada. As aulas eram temáticas, sendo apresentados os elementos culturais de cinco Estados brasileiros, o tema da proposta foi: Viva a diversidade brasileira!. Para a coleta dos dados utilizou-se a observação, diário de bordo, roda de conversa e grupos focais. **Resultados:** A variação de faixa etária comprometeu o andamento das aulas, porém não afetou de forma significativa, pois as atividades foram planejadas para atender todas. Houve resistência das alunas na participação dos momentos de discussão sobre elementos da cultura dos estados escolhidos. **Conclusão:** Concluiu-se que houve dificuldades para implementar as aulas sob uma perspectiva crítico-superadora, visto que, interferimos na dinâmica das aulas que já aconteciam no mesmo formato durante anos, porém, as alunas aceitaram a proposta como sendo um desafio a ser enfrentado, já que, a ginástica que está posta atualmente se configura como um modelo inalterável. Consideramos que intervenções deste tipo são necessárias para mudar a visão das pessoas em relação a prática da ginástica.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ginástica, Metodologia, Estágio.

**FOMENTO:** PIBID

# PERFIL DOS FREQUENTADORES E MOTIVOS PARA A UTILIZAÇÃO DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE DE CURITIBA-PR NOS ANOS DE 2012 E 2015

Iazana Garcia Custódio  
Alexandre Augusto de Paula da Silva  
Alice Tatiane da Silva  
Helen Caroline Corletto  
Ciro Romelio Rodriguez Añez  
Rodrigo Siqueira Reis

Pontifícia Universidade Católica do Paraná,  
Universidade Federal do Paraná

[iazanagarcia@hotmail.com](mailto:iazanagarcia@hotmail.com)

**Objetivo:** Descrever o perfil dos frequentadores, os motivos para a utilização das Academias ao Ar Livre (AAL) e comparar variáveis entre os períodos analisados. **Métodos:** Foram realizadas entrevistas face-a-face “in loco” com os frequentadores de 10 AAL da cidade de Curitiba-PR nos anos de 2012 e 2015 (n=172 e n=83 respectivamente). A caracterização foi realizada considerando-se variáveis sócio-demográficas e de prática de atividade física no lazer (AFL). Os motivos para frequentar as AAL foram avaliados de forma dicotômica considerando: gratuidade, proximidade, segurança e presença de conhecidos. Para testar a associação utilizou-se o teste qui-quadrado ( $p < 0,05$ ) no software SPSS 20.0. A maioria dos frequentadores são mulheres (58,4%), tem mais de 40 anos (82,2%), apresentam ensino médio completo (54,4%), renda domiciliar mensal de até R\$ 2.999,00 (53,5%) e 72% realizam  $\geq 150$  min/sem de AFL. Os principais motivos relatados foram a gratuidade (71,4%), a proximidade das AAL à residência (71,8%) e a segurança (61,7%). **Conclusão:** Não foi observada diferença no padrão de uso das AAL entre os anos de 2012 e 2015. Neste estudo, pode-se concluir que a gratuidade, a proximidade e a segurança são os motivos mais relatados entre os frequentadores das AAL e que esses motivos não diferiram entre os períodos analisados. A observância desses fatores deve ser levada em conta no momento da implementação de AAL, pois são considerados importantes pela maioria dos frequentadores.

**PALAVRAS-CHAVE:** Academias de Ginástica, Motivação, Utilização.

# MONITORAMENTO DE 14 ANOS DO PERFIL LIPÍDICO DOS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA EM UNIDADES BÁSICA DE SAÚDE

Priscila Missaki Nakamura  
Inaian Pignatti Teixeira  
Leonardo de Campos  
Camila Bosquero Papini  
Angélica Bonolo  
Eduardo Kokubun

If Sul, Universidade Estadual Paulista

[pri\\_nakamura@yahoo.com.br](mailto:pri_nakamura@yahoo.com.br)

**Objetivo:** monitoramento do perfil lipídico dos participantes do Programa de Exercício Físico em Unidades de Saúde (PEFUS) durante 14 anos. **Método:** Mil cento e vinte e oito participantes e ex participantes do PEFUS de ambos os sexos (58,9±12,08 anos de idade) que realizaram pelo menos 1 avaliação sanguínea em 14 anos foram incluídos no estudo. As avaliações foram realizadas no período de 2001 a 2014, totalizando 24 momentos de avaliações. Foram coletados 10 ml de sangue e analisados o colesterol, triglicerídeo, HDL e LDL no laboratório de Biodinâmica da UNESP-Rio Claro através de kits específicos para cada variável. As variáveis foram categorizadas em: TG ≤150 (ótimo); 151-200 (limítrofe); ≥201(alto); Colesterol ≤200 (ótimo); 201-239 (limítrofe); ≥ 240 (alto); LDL ≤129 (ótimo); 130-159 (limítrofe); ≥160 (alto) e HDL ≤40 (baixo); ≥41 (ótimo) mg/dL. **Resultados:** No momento 1 (primeira avaliação do participante) foram avaliados 401 pessoas para o HDL, 316 para o LDL, 404 para o colesterol e 408 para o TG. No momento 24 foram avaliados apenas quatro participantes. Menor e maior prevalência da classificação ótima de acordo com as variáveis do perfil lipídico (momento da avaliação): TG: 46,1% (21) e 87,5% (22); HDL: 56,0% (2) e 87,5% (22); LDL: 6,0% (12) e 75,0% (21) e Colesterol: 8% (9) e 75,0% (24). **Conclusão:** Apesar do presente estudo não ter controlado a alimentação e nem o Índice de Massa Corporal, o resultado indica que, proporcionalmente, o grupo do PEFUS vem apresentando um melhor perfil lipídico com o passar dos anos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Monitoramento, Atividade Física, Lipídio.

**FOMENTO:** CAPES

# PERCEPÇÕES DE PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA QUE ATUAM EM NÚCLEOS DE APOIO À SAÚDE DA FAMÍLIA SOBRE O PRINCÍPIO DA INTEGRALIDADE

Daniela Schwabe Minelli  
Cassiano Ricardo Rech  
Mathias Roberto Loch

Universidade do Estado de Santa Catarina,  
Universidade Federal de Santa Catarina,  
Universidade Estadual de Londrina

[daniminelli20@gmail.com](mailto:daniminelli20@gmail.com)

Este estudo objetivou analisar as percepções de profissionais de Educação Física (PEF) atuantes no NASF sobre o princípio da integralidade no cotidiano da intervenção profissional no SUS. Para coleta de dados, foi realizada uma entrevista semiestruturada com 11 PEF de Florianópolis, com idade entre 27 e 41 anos, e tempo médio de atuação na Saúde Pública de três anos. A pesquisa foi de natureza qualitativa e a análise de dados foi pautada na análise de conteúdo. Os PEF apontaram que a integralidade estava atrelada à continuidade do cuidado, nos três níveis de atenção, mas ressaltaram que a forma de organização dos serviços ofertados apresentavam características de fragmentação, repercutindo nas ações e formas de cuidado dos usuários. Além disso, alguns PEF destacaram que a falta de diálogo interprofissional implicava em encaminhamentos isolados, e não na discussão dos casos de forma multidisciplinar e intersetorial. Com relação à aplicabilidade do princípio da integralidade na intervenção cotidiana, os PEF apontaram que os encaminhamentos isolados aconteciam com frequência, porém os grupos de atividade física oferecidos nas unidades de saúde eram espaços que favoreciam o levantamento de informações sobre a realidade social dos usuários, qualificando as discussões de caso com as Equipes de Saúde da Família e outros profissionais do NASF. Tal fato, segundo os entrevistados, deve-se à característica sócio-afetiva que a atividade física em grupo proporcionava, favorecendo a permanência dos usuários nas atividades e pelo vínculo estabelecido entre profissionais e usuários e entre os próprios usuários, assegurando o cuidado a curto e médio prazo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Gestão Em Saúde, Atenção Básica, Integralidade Em Saúde.

# PROJETO “EDUCAÇÃO FÍSICA+: PRATICANDO SAÚDE NA ESCOLA”: O IMPACTO DE OITO MESES DE INTERVENÇÃO SOBRE A PRÁTICA DOCENTE

Airton José Rombaldi  
Nicole Gomes Gonzales  
Natan Feter  
Mario Renato de Azevedo Júnior  
Matheus Pintanel Silva de Freitas

*Universidade Federal de Pelotas*

[rombaldi@ufpel.tche.br](mailto:rombaldi@ufpel.tche.br)

Objetivou-se verificar o impacto do projeto “Educação Física+: Praticando Saúde na Escola” sobre as práticas docentes. Quinze escolas da cidade de Canguçu/RS participaram do estudo. As estratégias de intervenção envolveram a capacitação dos professores a respeito da temática, entrega de material didático (apostilas e cartazes) e evento científico de troca de experiências entre docentes. O estudo teve duração de oito meses e contou com a participação de 12 professores, de ambos os sexos. Foram realizadas entrevistas por telefone para coletar dados sobre formação acadêmica, aplicação e número de planos de aula desenvolvidos, pontos positivos e dificuldades encontradas. Os professores apresentaram média de idade de 32,6(±5,7) anos, tinham pelo menos sete anos de formados, sendo que sete possuíam pós-graduação. Quase a totalidade dos professores entrevistados (n=10) relataram ter desenvolvido pelo menos três planos de aula das apostilas entregues, variando até 10. Todos os professores identificaram pontos positivos, onde os principais foram o maior suporte teórico e prático que a proposta forneceu para o trabalho do professor, maior interesse e motivação dos alunos para as aulas e os conhecimentos adquiridos pelos mesmos. Somente quatro professores relataram dificuldades, as quais estavam relacionadas principalmente a falta de estrutura da escola para desenvolver as atividades. Conclui-se que a intervenção teve boa receptividade do corpo docente e discente, porém, a estrutura escolar foi fator limitante de sua aplicação. Futuros estudos devem buscar analisar qualitativamente os conteúdos mais relevantes para a prática docente, avaliando questões estruturais.

**PALAVRAS-CHAVE:** Docentes, Estudos de Intervenção, Promoção da Saúde.

**FOMENTO:** CNPq



# PROJETOS DE INTERVENÇÃO ESCOLAR PARA MUDANÇA DO ESTILO DE VIDA RELACIONADO À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS EM ESCOLAS DAS REDES PÚBLICA E PRIVADA EM CAMPINA GRANDE-PB

Mirian Werba Saldanha  
Rafaella Santos Leite

Universidade Estadual da Paraíba

mirian\_werba@hotmail.com

O objetivo do estudo foi identificar e analisar projetos curriculares para a adoção de estilos de vida saudáveis, acerca do incentivo à prática de atividades físicas, em escolas de ensino fundamental, das redes pública e privada de ensino, em Campina Grande-PB. Caracteriza-se como do tipo descritivo e exploratório, com análise qualitativa. A amostra foi constituída por 10 escolas públicas estaduais e 10 escolas privadas, de diferentes regiões da cidade, que oferecem o ensino fundamental no segundo ciclo. O instrumento utilizado foi uma entrevista, realizada com membros da gestão da escola e professor de Educação Física. Os dados foram tratados mediante análise de conteúdo dos dados. Foram identificadas 7 escolas que desenvolvem projetos no âmbito da saúde com a temática atividade física, realizados em 5 escolas privadas e 2 escolas públicas. Nas escolas da rede privada os projetos identificados contemplam a oferta de escolinhas esportivas, como incentivo às atividades físicas dos estudantes, no entanto são atividades extracurriculares, com custo financeiro adicional à mensalidade e, nas escolas públicas o incentivo às atividades físicas estão inseridos em projeto de qualidade de vida e ações de universidades. Os gestores e professores demonstraram pouco conhecimento e envolvimento nos projetos. Apesar de algumas escolas possuírem projetos no âmbito da atividade física, estes não são considerados ações educativas curriculares, envolvendo gestão, professores e alunos. É preciso que haja uma reestruturação dos projetos nas escolas para que seja alcançada uma efetividade na mudança de comportamento na prática de atividades físicas, com oportunidade e abrangência de todos os estudantes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Saúde Escolar, Atividade Motora, Currículo.

# PERFIL DOS IDOSOS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE PROMOÇÃO À SAÚDE

Simone Maria Castellano  
Aline Gonçalves Dutra de Souza  
Luciano Borges Santiago  
Carla Cristina de Sordi  
Patrícia Valim Presotto  
Regina Simões

Unimed Uberaba

simonec@unimeduberaba.com.br

As doenças crônicas degenerativa não transmissíveis impactam de forma significativa o viver e a autonomia funcional dos idosos. Estudos apontam que as mudanças no estilo de vida oportunizam resultados positivos na prevenção do surgimento assim como nos agravos dessas morbidades. O objetivo dessa pesquisa foi apresentar o perfil e a percepção de qualidade de vida dos clientes idosos da Unimed Uberaba, participantes de um programa de intervenção com atividade física e monitoramento de saúde. O estudo é do tipo descritivo transversal, de natureza quantitativa com a participação de 45 sujeitos. Para a avaliação, utilizou-se questionário estruturado, com informações sociodemográficas, IPAQ para comportamento físico, instrumento WHOQOL-BREF para avaliação da Qualidade de vida e pesquisa de satisfação dos clientes. A média de idade dos idosos foi de 69,1 anos ( $\pm 6,2$ ) sendo que, 91% (n= 41) são do gênero feminino e 9% (n= 4) são do gênero masculino. Em relação ao comportamento físico, 31,11% (n=14) são muito ativos, 55,6% (n=25) são ativos e 13,33% (n=6) são pouco ativos. Em relação à qualidade de vida, os resultados do WHOQOL-BREF revelaram escores nos domínios: social 69,3%; físico 67,8%; 66,2% psicológico e ambiental 65,4%. Em relação à pesquisa de satisfação 95% estão muito satisfeitos com o programa e 5% satisfeitos, sendo que dentre as sugestões estão ampliação do espaço físico e aumento da frequência semanal. Conclui-se então que os grupos de promoção à saúde são uma excelente estratégia de melhorar a percepção de seu viver, bem como aumentar o tempo destinado aos cuidados e o tempo destinado aos exercícios físicos. Além disso a socialização entre os pares e atuação interdisciplinar fortalecem a permanência dos mesmos nas atividades e assim garantem a efetividade do programa.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Qualidade de Vida, Idoso.

# ASSOCIAÇÃO ENTRE NÍVEL DE CONHECIMENTO DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE E FORMAÇÃO CONTINUADA

Danyelle de Cássia Ribeiro de Oliveira  
Leticia Lemos Ayres da Gama Bastos  
Caroline Ramos de Moura Silva  
Rafael Miranda Tassitano

Programa Academia da Cidade, Universidade de Pernambuco

cassiaom77@yahoo.com.br

**Objetivo:** verificar a associação entre o nível de conhecimento sobre promoção da atividade física (AF) na rede básica de saúde e na comunidade com a formação continuada dos profissionais de Educação Física (PEF) que atuam em programas de atividade física da Atenção Básica de Saúde (ABS). **Metodologia:** Estudo transversal, de caráter descritivo, com abrangência nos municípios das Gerências Regionais de Saúde I e II do Estado de Pernambuco. Foram entrevistados 172 PEF que atuam nos programas de AF na ABS. Para análise de associação utilizou-se o nível de conhecimento sobre promoção da atividade física no Sistema Único de Saúde, especificamente na rede básica de saúde e na comunidade e a formação continuada, avaliada em relação à participação do profissional em atividades de pós-graduação. Para análise dos dados, foram empregados procedimentos descritivos e inferenciais (qui-quadrado), sendo considerado um  $p < 0,05$  para o nível de significância. **Resultado:** Do total de profissionais, 55,1% eram do sexo masculino, com idades entre 20 e 63 anos. 63,6% são formados em licenciatura plena e 75,9% possuem ou estão cursando especialização. Em relação às ações em AF que acontecem na rede básica de saúde e na comunidade, 47,5% dos profissionais apresentaram nível de conhecimento regular. Não houve associação entre o nível de conhecimento com a formação continuada. **Conclusão:** Alguns estudos afirmam que a qualificação dos profissionais de educação física para atuar na ABS fundamentada na saúde coletiva, redireciona as intervenções de acordo com os princípios do SUS.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atenção Básica de Saúde, Atividade Física, Formação Continuada.

# ACADEMIA AO AR LIVRE, CURITIBA-PR: ORIENTAÇÃO E IMPORTÂNCIA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Thamires Gabrielly dos Santo Coco  
Edina Maria de Camargo  
Rodrigo Siqueira Reis

Pontifícia Universidade Católica do Paraná

thamires-gabrielly@hotmail.com

**Objetivo:** Verificar se os usuários das AAL de Curitiba-PR utilizam alguma orientação e se consideram importante a presença de um profissional de Educação Física. **Métodos:** Estudo com delineamento transversal, realizado no ano de 2015. Foram entrevistados 83 usuários (50,6% feminino) em 10 AAL da cidade de Curitiba. Foi verificado as seguintes questões através de questionário: “ Você teve alguma orientação sobre como utilizar os equipamentos das AAL?”, “ Você acha importante a presença de um profissional da Educação Física nas AAL?” e “ Qual é o principal motivo que te leva a frequentar a AAL?” **Resultados:** Em relação à orientação sobre como utilizar os aparelhos dentro das AAL, 48,2% dos usuários obtiveram informações mediante a placa fixada na academia, 27,7% não tiveram nenhum tipo de orientação, 10,8% tiveram instruções de um profissional de Educação física, 8,4% através de outros meios, 3,6% através de um amigo e 1,2% obtiveram instruções de um profissional da Prefeitura. Dos 83 entrevistados 79,5% consideram importante a presença de um profissional da Educação Física nas AAL e 75,9% frequentam a academia em busca de saúde. **Conclusão:** A placa fixada na academia é a informação mais utilizada como orientação das AAL, uma vez que não existe a presença do profissional de educação física nas academias. Dessa maneira, a informação deve ser clara e efetiva, cabe aos profissionais da prefeitura, estarem atentos em relação a importância desse material aos usuários. Uma parcela grande dos entrevistados considera importante a presença do profissional de educação física nas AAL.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Adultos, Academia de Ginástica .

# REVISTA BRASILEIRA DE ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE: ANÁLISE DAS SUBMISSÕES NO BIÊNIO 2013-2014

Cassiano Ricardo Rech  
Matheus Pintanel Silva de Freitas  
José Cazuza de Farias Júnior  
Airton José Rombaldi

Universidade Federal de Santa Catarina,  
Universidade Federal de Pelotas,  
Universidade Federal da Paraíba

[crrech@hotmail.com](mailto:crrech@hotmail.com)

Desde 2007 a Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde (RBAFS) é o veículo científico oficial da Sociedade Brasileira de Atividade Física & Saúde (SBAFS), contribuindo para disseminação da produção científica dos pesquisadores da área. A RBAFS recebia em média 60 artigos/biênio antes de 2007; já, entre os anos de 2011 e 2012 o número de submissões aumentou para 425 artigos. Neste sentido, objetivou-se descrever o perfil das submissões da RBAFS no período de 2013-2014. Neste período, a RBAFS recebeu a submissão de 452 artigos, desses, 161 foram aceitos, caracterizando uma taxa de recusa de 64,4%. Dos artigos aprovados nesse biênio, 80,7% dos estudos aceitos eram artigos originais e 12,4% eram de revisão; 13,2% foram publicados em inglês, pesquisadores de universidades gaúchas são os que mais aprovaram trabalhos (44 artigos, 27,3%), seguidos das universidades paulistas (24 artigos, 14,9%) e pernambucanas (22 artigos, 13,7%). Quanto ao intervalo de tempo entre a data de submissão e aceitação dos artigos, foi encontrada mediana de 88 dias (intervalo interquartilico de 41 a 156,5 dias). Pode-se concluir que o crescimento do periódico após ter sido assumido pela SBAFS foi expressivo e vem sendo crescente. No entanto, apesar da RBAFS ser o único periódico brasileiro a ter esse escopo específico, há necessidade de maior suporte para grupos de pesquisa de outros estados do Brasil que não do RS, SP e PE, para que essa área cresça em pesquisa e qualidade, bem como é desejável que o número de artigos de qualidade escritos na língua inglesa aumente.

**PALAVRAS-CHAVE:** Promoção da Saúde, Editoração, Artigo de Revista.

# TEMPO DE TELEVISÃO, COMPUTADOR E VIDEOGAME EM ADOLESCENTES DE FLORIANÓPOLIS – COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO NA PESQUISA ‘MEXA-SE’

Jéssika Aparecida Jesus Vieira  
Luiz Rodrigo Augustemak de Lima  
Giseli Minatto  
Cilene Rebolho Martins  
Juliane Berria  
Edio Luiz Petroski

Universidade Federal de Santa Catarina

[jessikavieira6@hotmail.com](mailto:jessikavieira6@hotmail.com)

**Objetivo:** Identificar a prevalência de comportamento sedentário em frente à tela de televisão, computador e/ou videogame em adolescentes de Florianópolis, SC. **Método:** Análise descritiva dos grupos experimental e controle da pesquisa ‘MEXA-SE’ no momento pré-intervenção. Participaram do estudo 565 estudantes (264 meninas idade de 12,8 anos  $\delta p = 3,3$  anos) do 6º ao 9º ano de duas escolas municipais. O comportamento sedentário, em horas de exposição, foi investigado a partir de um questionário estruturado e dirigido. Foi definido como excesso de tempo de tela duas horas ou mais por dia. Análise descritiva por meio de frequências relativas e qui-quadrado ( $p < 0,05$ ) foram realizadas. **Resultados:** Em dias de semana, 76,3% das meninas e 69,2% ( $p = 0,06$ ) dos meninos apresentaram excesso de tempo de televisão, enquanto que no final de semana foram observados os valores de 63,4% e 60,3% ( $p = 0,46$ ), respectivamente. No uso de computador e/ou videogame durante a semana, 46,0% e 71,4% ( $p < 0,001$ ) das meninas e meninos, respectivamente, apresentaram excesso; assim como no final de semana, onde foram 45,3% das meninas e 66,7% dos meninos ( $p < 0,001$ ). Não houve diferença no comportamento sedentário entre os anos (6º e 7º vs 8º e 9º;  $p > 0,05$ ). Análises estratificadas por grupo experimental e controle revelaram resultados semelhantes. **Conclusão:** A maioria dos estudantes apresentou tempo excessivo em comportamentos sedentários, existindo diferenças entre os sexos. Intervenções que reduzam o comportamento sedentário em adolescentes são desejáveis.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estilo de Vida Sedentário, Adolescente, Comportamento do Adolescente.

# EDUCAÇÃO PERMANENTE NO PROGRAMA ACADEMIA DA CIDADE DO RECIFE: PERCEPÇÃO DOS PROFISSIONAIS

Emmanuelly Correia de Lemos  
Raquel Bezerra Pajeú  
Vandepaula Moraes Campos de Melo  
Luis José Lagos Aros

Universidade de Pernambuco, Prefeitura  
do Recife

[emmanuellylemos@gmail.com](mailto:emmanuellylemos@gmail.com)

**Objetivo:** analisar a estratégia de educação permanente desenvolvida no Programa Academia da Cidade (PAC) do Recife. **Método:** estudo transversal, descritivo e de abordagem quantitativa, produto de um projeto de pesquisa maior, desenvolvido nos polos do PAC, em Recife, com todos os profissionais do Programa. Foi utilizado um questionário autoaplicado, no período de julho a agosto de 2015. Para análise dos dados aplicou-se a estatística descritiva e para a associação foi utilizado o teste do qui-quadrado, considerando um  $p < 0,05$ . **Resultados:** participaram do estudo 104 profissionais, 64% do sexo feminino, 76,9% tinham de 30 a 39 anos. Sobre os encontros de formação (EF) promovidos pelo PAC, 66,3% participam “sempre”, quanto à periodicidade dos EF 68,3% estão satisfeitos e sobre o objetivo do EF 38,5% “sempre” conseguem defini-lo. Com relação aos conteúdos dos EF, 46,2% afirmaram que “quase sempre” estão relacionados com sua prática no Programa e sobre a satisfação de uma maneira geral com os EF, 56,7% estão “satisfeitos”. Dos que afirmaram estar mais satisfeito com o EF, a maior proporção encontrada foi entre os profissionais que consideraram que o conteúdo está relacionado com a sua prática (87,5%,  $p < 0,001$ ). **Conclusão:** mais da metade dos estudados sempre participam e estão satisfeitos com o EF, considerando o perfil da população estudada e do PAC, esse formato de educação permanente é fundamental para qualificação das intervenções desenvolvidas pelos profissionais. Destaca-se, que é preciso uma atenção aos últimos resultados para que seja possível potencializar a estratégia de educação permanente do PAC.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Permanente, Promoção da Saúde, Atividade Física.

**FOMENTO:** Não se aplica

# REFERÊNCIA E CONTRA REFERÊNCIA ENTRE AS UNIDADES DE SAÚDE DA FAMÍLIA E O PROGRAMA ACADEMIA DA CIDADE DO RECIFE

Raquel Bezerra Pajeú  
Emmanuelly Correia de Lemos  
Vandepaula Moraes Campos de Melo  
Luis José Lagos Aros

*Prefeitura do Recife, Universidade de Pernambuco*

[quelpajeu@gmail.com](mailto:quelpajeu@gmail.com)

**Objetivo:** Identificar as práticas de referência e contra referência entre os profissionais das unidades de saúde da família (USF) e o Programa Academia da Cidade (PAC) do Recife.

**Método:** Estudo transversal, descritivo e de abordagem quantitativa, produto de um projeto de pesquisa maior, desenvolvido nas USF que ficam a uma distância de 2 km dos polos do PAC, em Recife, com os profissionais das USF, pelo menos um de cada categoria. Para coleta de dados foi utilizado um questionário autoaplicado, no período de julho a agosto de 2015. Para análise dos dados aplicou-se a estatística descritiva. **Resultados:** Participaram do estudo 203 profissionais que atuam nas USF (de todas as categorias profissionais), sendo 89,2% do sexo feminino, 36,5% na faixa etária de 30 a 39 anos. 94,1% afirmaram conhecer o PAC. Sobre as vivências de referência e contra referência entre a USF e o PAC, 72,9% responderam que não encaminhou usuários aos polos do PAC de maneira formal, já, de maneira informal 58,1% relataram que sim. Sobre ter recebido usuários do PAC referenciados para USF, de maneira formal ou informal a resposta de maior percentual foi “não” 80,3% e 67,5% respectivamente. **Conclusão:** Apesar de a maioria dos profissionais das USF conhecerem o PAC, ainda é um desafio as práticas de referência e contra referência entre serviços de uma mesma rede de atenção à saúde. Fica o incitamento para a qualificação da atuação verdadeiramente em rede, que o cuidado seja promovido por vários atores que singularmente atuam, no entanto, se responsabilizam conjuntamente.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atenção à Saúde, Promoção da Saúde, Atividade Física.

**FOMENTO:** Não se aplica



# EFEITO DE SEIS MESES DE TREINAMENTO FÍSICO NOS GASTOS PÚBLICOS DE SAÚDE, DE PACIENTES DA ATENÇÃO PRIMÁRIA.

Jamile Sanches Codogno  
Monique Yndawe Castanho Araujo  
Ana Paula Rodrigues Rocha  
Dayane Cristina Queiroz  
Romulo Araujo Fernandes

Universidade Estadual Paulista, Universidade Estadual Paulista Unesp

jamile@fct.unesp.br

**Objetivo:** Analisar o efeito de seis meses de intervenção nos gastos de pacientes hipertensos e/ou diabéticos. **Métodos:** 38 pacientes com hipertensão e /ou diabetes. O programa de treinamento foi realizado 3 vezes na semana, com duração de 60 minutos por sessão e intensidade moderada. O percentual de gordura corporal foi avaliado pelo método de bioimpedância e os gastos com saúde (exames, consultas e uso de medicamentos) foram avaliados através do prontuário médico, sendo analisados os custos dos seis meses anteriores e dos seis meses da prática de exercício. Foi utilizado Teste t de Student dependente e o nível de significância adotado em 5%. **Resultados:** Não houve diminuições significativas para os gastos totais (de R\$ 22,70  $\pm$  12,17 para 19,91  $\pm$  12,04;  $p=0,146$ ), e para o percentual de gordura (de 42,8  $\pm$  8,6 para 42,5  $\pm$  8,7). O grupo de pacientes ( $n=20$ ) que aumentou ou manteve o mesmo percentual de gordura ao longo do seguimento não modificou os gastos ( $p=0,807$ ). Por outro lado, o grupo de pacientes que apresentou diminuição do percentual de gordura corporal ao longo do seguimento ( $n=18$ ) diminuiu os custos com saúde em 26% após o período de treinamento (de 25,37  $\pm$  20,16 para 18,78  $\pm$  14,5;  $p=0,022$ ). **Conclusão:** Seis meses de exercício físico regular é capaz de impactar na diminuição dos gastos com saúde, contanto que o mesmo seja associado à diminuição do percentual de gordura corporal.

**PALAVRAS-CHAVE:** Custos e Análise de Custo, Exercício, Hipertensão .

**FOMENTO:** Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPq

# PROJETO DE EXERCÍCIOS FÍSICOS E ESPORTES “NO PIQUE DA PUC-CAMPINAS”

José Francisco Daniel  
Lilian Guarnieri Almeida  
Renata Cristina Figueiredo  
Rafael Santana  
Sérgio Vinícius de Azevedo Dias  
Bruna Amanda da Silva

Pontifícia Universidade Católica de Campinas

[josefdaniel@hotmail.com](mailto:josefdaniel@hotmail.com)

O objetivo deste estudo é apresentar o histórico do projeto de extensão “No Pique da PUC-Campinas”. O projeto teve início no ano de 2004, fruto de uma parceria entre a Faculdade de Educação Física (FAEFI) e a Coordenadoria de Atenção à Comunidade Interna da PUC-Campinas. A intenção do projeto é proporcionar uma prática consciente e sistematizada de exercícios físicos e esportes aos funcionários e professores da instituição. A coordenação é feita por professor e o desenvolvimento por alunos bolsistas e voluntários da FAEFI. As atividades acontecem em três dias na semana, das 11h40 às 13h00 e das 16h00 às 19h00 e são oferecidas de acordo com os interesses do público alvo, sendo as mais estáveis durante o período, musculação, voleibol de areia, natação e atividades de academia (step, spinning, dança, alongamento e circuito). Para o início da prática são realizadas avaliações da aptidão física relacionada à saúde; durante as atividades os participantes recebem orientação e estímulo à adoção de estilo de vida saudável; ao final de cada semestre é aplicado questionário de avaliação do projeto e, na medida do possível, feita a reavaliação física. A adesão média, no início do projeto foi de  $\pm 50$  participantes mês. Em 2009  $110,75 \pm 30,84$  e no ano de 2015 (até agosto)  $159,25 \pm 32,02$ . Os participantes são dos diversos setores, como, administrativo, acadêmico, serviços gerais, limpeza, manutenção, inclusive com deficiência. O projeto tem se mostrado eficaz no estímulo à prática de exercícios e atividades físicas, adoção ao estilo de vida saudável, socialização e inclusão.

**PALAVRAS-CHAVE:** Aptidão Física, Exercícios Físicos, Esportes.

# O PROJETO DE EXTENSÃO PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS COMO UM CELEIRO DE EXPERIÊNCIAS GÍMNICAS.

Salomão Cleomenes Lima Costa  
Tharik Batatinha Rocha dos Santos

Uneb (Universidade do Estado da Bahia)

cleomenesunebf@yahoo.com.br

**Objetivo:** Relatar minuciosamente as metas alcançadas no projeto “Práticas corporais Alternativas” no âmbito das relações e vivências estabelecidas com a comunidade e com os alunos monitores da Graduação em Educação Física do Campus IV – UNEB. **Métodos:** A metodologia se baseia na pesquisa ação, com utilização dos seguintes procedimentos: intervenções dirigidas à comunidade em três sessões semanais, num total de 40 mulheres divididas em duas turmas faixas etárias diversas, sendo abordados os conteúdos diversificados de ginástica e expressão corporal. **Resultados:** Diante dos dados coletados junto à clientela participante, assim como o seu envolvimento nas vivências conduzidas pedagogicamente sob uma perspectiva menos passiva e enfadonha, podemos considerar que os resultados observados têm sido bastante favoráveis em relação ao alcance das metas estabelecidas no projeto, no tocante à política da extensão na Universidade, ao atendimento das expectativas da comunidade envolvida, relacionadas aos aspectos estéticos, motores e sociais; assim como um fator de contribuição na formação das competências na área e na relação teoria e prática no processo da formação dos alunos monitores. **Conclusão:** Com base nas experiências sinalizadas e na referência do citado projeto junto à comunidade Jacobinense, consideramos o componente Ginástica um campo riquíssimo de experiências no universo da cultura corporal, digna de uma maior apropriação por parte do conjunto das intervenções em Educação Física, até pelo fato da sua prática estar associada historicamente a padrões estereotipados de corpo e à aptidão física exclusivamente. As práticas aqui mencionadas têm representado uma contribuição

**PALAVRAS-CHAVE:** Ginástica, Extensão, Intervenção.

# PADRÃO DE USO DA BICICLETA ANTES E APÓS A IMPLANTAÇÃO DE CICLOFAIXAS EM CURITIBA-PR: UM EXPERIMENTO NATURAL

Marilson Kienteka  
Rodrigo Siqueira Reis

Gpaq (Grupo de Pesquisa Em Atividade Física e Qualidade de Vida), Pontifícia Universidade Católica do Paraná

[marilson\\_kienteka@hotmail.com](mailto:marilson_kienteka@hotmail.com)

A disponibilidade de lugares públicos para a atividade física é uma forma promissora de intervenção na comunidade. A instalação de ciclofaixas em Curitiba surge como uma oportunidade para realizar um experimento natural para o entendimento da influencia desta infraestrutura no padrão do uso da bicicleta em centros urbanos. Avaliar a eficácia e o padrão de uso da bicicleta antes e após a implantação de ciclofaixas em uma via urbana de Curitiba-PR, Brasil. O padrão de uso de bicicleta foi avaliado usando a gravação de vídeo em dois locais distintos da cidade, um experimento e o outro controle. As análises das imagens incluíram um período de 12 horas consecutivas em sete dias da semana. Para as análises foi utilizado o SPSS 22.0 mantendo nível de confiança em 5%. Ao total, 6.472 (55,5%) ciclistas foram avaliados na fase baseline (FB) e 5.182 (44,5%) na fase pós-implantação (FPI). Observou-se diferenças entre local de controle (LC) e local experimento (LE) no lugar de preferência para pedalar em ambas as fases. Na FB: corredor de ônibus (84,6 vs 47,8%;  $p < 0,001$ ), seguidos de calçada (8,5 vs 34,2%;  $p < 0,001$ ) e rua (6,9 vs 17,9%;  $p < 0,001$ ) respectivamente LC e LE. Na FPI: corredor de ônibus (83,2 vs 9,8%;  $p < 0,001$ ), seguidos de calçada (7,9 vs 15,5%;  $p < 0,001$ ) e rua (9,0 vs 2,1%;  $p < 0,001$ ) respectivamente LC e LE. A migração de 72,7% de ciclista para ciclofaixa no LE na FPI modificou consideravelmente a preferência dos lugares para pedalar, evidenciando a eficácia desta intervenção na promoção do ciclismo ativo

**PALAVRAS-CHAVE:** Ambiente, Padrão de Uso de Bicicleta, Experimento Natural.

**FOMENTO:** CAPES

# PROGRAMAS DE PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NOS MUNICÍPIOS DE SANTA CATARINA

Paula Sandreschi  
Daniel Rogério Petreça  
Felipe Fank  
Giovana Zarpellon Mazo

Universidade do Estado de Santa Catarina,  
Secretaria Municipal da Saúde de Mafra,  
Universidade do Estado de Santa Catarina

paula.sandreski@gmail.com

**Objetivo:** Caracterizar os municípios de Santa Catarina (SC) que foram contemplados com o benefício para a construção do programa de promoção de atividade física Academia da Saúde (AS). **Método:** Esse estudo caracteriza-se como de levantamento com base em fontes secundárias disponibilizadas pela Secretaria de Estado da Saúde de SC, pelo censo de 2010 realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) e pelo Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD), 2010. Com base nesses documentos foram extraídos os seguintes dados referentes aos 295 municípios de SC: se recebeu benefício para implantação da AS; tamanho populacional, categorizado por porte do município em “pequeno 1” ( $\leq 20.000$ ), “pequeno 2” (20.001-50.000), “médio” (50.001-100.000) ou “grande” (100.001-900.000); Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) categorizado de acordo com os níveis “baixo” ( $\leq 0,550$ ), “médio” (0,551-0,700), “alto” (0,701 -0,800) e “muito alto” ( $> 0,800$ ); esperança de vida ao nascer (em anos). A análise dos dados foi realizada por meio de estatística descritiva. **Resultados:** Foi verificado que dos 295 municípios existentes em SC, 122 (41,5%) foram contemplados pelo Ministério da Saúde com pelo menos uma AS. Esses municípios caracterizam-se por possuir até 20.000 habitantes (73%), possuir classificação alta do IDH (71%) e sua população apresentar esperança de vida ao nascer de  $75,6 \pm 1,7$  anos de idade. **Conclusão:** os municípios do estado de SC contemplados com o programa AS demonstraram ser de pequeno porte, possuir alto desenvolvimento humano e alta longevidade. Espera-se que a partir desse perfil, novas estratégias sejam criadas para promover a atividade física na saúde pública de SC.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Administração de Serviços de Saúde, Saúde Pública.

# IMPLEMENTAÇÃO DE MUDANÇAS NO AMBIENTE ESCOLAR PARA FAVORECER A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLAS DE ENSINO DE TEMPO INTEGRAL: PROGRAMA FORTALEÇA SUA SAÚDE

Jéssica Sousa de Freitas  
Iraneide Etelvina Lopes  
Soraya Anita Mendes de Sá  
Dayane Oliveira Falcão  
Deuziane Teles Frota de Brito  
Nicolino Trompieri Filho

Universidade Federal do Ceará, Universidade de Brasília

[jessicaef.sousa@gmail.com](mailto:jessicaef.sousa@gmail.com)

**Objetivo:** Avaliar a implementação de mudanças no ambiente escolar para favorecer à prática de atividade física em escolas de ensino de tempo integral. **Método:** Estudo descritivo de avaliação da implementação de um programa de intervenção voltado à promoção de estilo de vida ativo em escolas da rede municipal de ensino de tempo integral de Fortaleza, Ceará – programa “Fortaleça sua Saúde”. As ações relacionadas às mudanças no ambiente escolar foram distribuição de material, disponibilização de jogos e atividades físicas, avaliadas mediante o relato de alunos (n=30), professores (n=15), gestores (n=3) e pais (n=15), bem como observação direta por avaliador externo à escola. A implementação e visibilidade (conhecimento) dessas ações foram avaliadas com abordagem quanti-qualitativa. **Resultados:** Metade dos alunos reportaram terem participado de pelo menos uma aula de ginástica e utilizado os jogos no tempo livre durante o semestre de atuação do programa na escola. Embora dificuldades como, por exemplo, a localização do material e falta de organização do espaço foram apontando como possíveis barreiras. Os banners/faixas/cartazes relacionados às ações estiveram visíveis na escola, o que pode ter contribuído para que parcela considerável dos alunos (53%), professores (100%) e gestores (100%) conhecessem o programa. Em contrapartida, uma quantidade pouco representativa dos pais (13%) dos alunos demonstraram conhecimento sobre o programa. **Conclusão:** Mudanças no ambiente escolar para estimular a prática de atividade física foram satisfatoriamente implementadas e tiveram aceitação pela comunidade escolar, embora as dificuldades de utilização e organização na escola possam ser barreiras para sua continuidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Saúde Escolar, Ambiente.

**FOMENTO:** Cnpq

# EFETIVIDADE DE UMA INTERVENÇÃO NA PERCEPÇÃO DE ESTUDANTES SOBRE AMBIENTE ESCOLAR RELACIONADO À ATIVIDADE FÍSICA: PROGRAMA FORTALEÇA SUA SAÚDE

Sarah Caroline Vieira Paulino  
Alexsandra da Silva Bandeira  
Dayane Oliveira Falcão  
Deuziane Teles Frota de Brito  
Jéssica Sousa de Freitas  
Nicolino Trompieri Filho

Universidade Federal do Ceará

karoline.sara@gmail.com

**Objetivo:** Verificar a efetividade de um programa de intervenção na percepção do ambiente escolar relacionado à prática de atividade física (AF) em estudantes. **Método:** Estudo de intervenção randomizado e controlado por conglomerado (escola), envolvendo 548 (intervenção) e 537 (controle), das turmas de 7º ao 9º ano do ensino fundamental das seis escolas de tempo integral de Fortaleza, Ceará. Um questionário padronizado de auto-preenchimento foi aplicado pré e pós-intervenção (julho e dezembro de 2014), incluindo seis questões sobre a percepção do ambiente escolar relacionado à AF, com itens em escala Likert de quatro pontos (de “discordo muito” a “concordo muito”). O teste de McNemar foi utilizado, considerando  $p < 0,05$ . **Resultados:** A proporção de estudantes que concordavam com a disponibilidade de material para prática de AF no intervalo e tinham locais interessantes para praticar AF se manteve no grupo intervenção (+2,5% e +1,7%,  $p > 0,05$ ), mas reduziu significativamente no grupo controle (-7,8% e -18,8%,  $p < 0,05$ ). A proporção de estudantes que concordavam que seus professores estimulavam (+5,5%,  $p = 0,04$ ) e conversavam (+5,9%,  $p = 0,02$ ) sobre AF aumentou significativamente no grupo intervenção, sem alterações significativas no grupo controle (-2,1% e -4,1%,  $p > 0,05$ ). A proporção de estudantes que concordavam que a aula de Educação Física estimulava a prática de AF reduziu no grupo intervenção (-7,1%,  $p < 0,01$ ) e controle (-5,7%,  $p < 0,01$ ). **Conclusão:** O programa “Fortaleça sua Saúde” foi efetivo para ocasionar uma percepção positiva dos estudantes sobre alguns aspectos do ambiente escolar relacionados à prática de AF, podendo contribuir na promoção do estilo de vida ativo na população escolar.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Saúde Escolar, Estudos de Intervenção.

# ANÁLISE DA ÇAMINHADA COMO EXERCÍCIO ACELERADOR DO PARTO EM GESTANTES PARTICIPANTES DO PROJETO GRÁVIDAS ATIVAS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS

Maria Carolina Oliveira de Sá  
Marcelo da Silva Marques  
Thamires Souza de França  
Karine de Oliveira Lima  
Maria Suely de Souza Pereira  
Chang Yen Yin

Universidade Federal do Amazonas

[mariacarolinasa@live.com](mailto:mariacarolinasa@live.com)

A fase gestacional do trabalho de parto (TP) dura em média 16 horas sendo caracterizada principalmente por contrações regulares e dilatação do colo do útero. O objetivo desse estudo foi analisar os efeitos da caminhada enquanto agente acelerador do TP em parturientes a partir de 3 centímetros de dilatação do colo do útero. No âmbito do Projeto de extensão Grávidas Ativas, desenvolvido na Maternidade Estadual Ana Braga – Manaus/AM, foram realizadas caminhadas orientadas conforme consentimento da parturiente e anuência do médico obstetra. Trinta participantes foram estimuladas a caminhada durante o TP ativo até a fase de expulsão. Frequência e intensidade foram determinados pelo limiar volitivo de cada indivíduo. Dentre as participantes, 15 indivíduos tiveram a duração do TP diminuída em 50% ( $\pm 8$  hs), em 9 indivíduos além da caminhada, houve administração da ocitocina para aumentar as contrações uterinas, diminuindo a duração em 37,5% ( $\pm 6$  hs) e 6 indivíduos não se disponibilizaram a nenhum tipo de intervenção, onde tempo de espera foi de 14 horas, em média. Diante do exposto, a caminhada parece ser uma atividade física indicada enquanto agente acelerador do TP apresentando-se também como uma opção não farmacológica, podendo constituir o conceito atual de parto humanizado. Sugere-se ainda investigações mais aprofundadas a respeito de métodos aceleradores do TP buscando humanizar e diminuir as intervenções cirúrgicas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Caminhada, Parturiente, Trabalho de Parto.



# ATIVIDADES FÍSICAS PARA GESTANTES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DO PROJETO DE GRÁVIDAS ATIVAS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS

Thamires Souza de França  
Maria Carolina Oliveira de Sá  
Karine de Oliveira Lima  
Maria Suely de Souza Pereira  
Chang Yen Yin  
Marcelo da Silva Marques

Universidade Federal do Amazonas

thami\_sf@hotmail.com

A prática do Exercício Físico (EF) tem reconhecida importância durante a gestação. Além de exercer influência sobre o ganho ponderal materno e o crescimento fetal, a sua prática está associada à prevenção de algumas doenças gestacionais. Desta forma, o objetivo deste estudo foi descrever a experiência como professora de hidroginástica no Projeto de Extensão Grávidas Ativas, realizado na Faculdade de Educação Física da Universidade Federal do Amazonas. O projeto atendeu 20 gestantes, a partir do 2º trimestre de gestação, incluídas e distribuídas em um período de 2 anos. Duas vezes por semana eram desenvolvidas aulas de hidroginástica com metodologia focada principalmente no fortalecimento da musculatura do assoalho pélvico além de alongamentos e exercícios aeróbicos. O principal desafio encontrado foi a captação de gestantes para participarem das atividades. A falta de informação sobre os benefícios do EF na gestação ainda é uma barreira presente, principalmente na comunidade carente impactada pelo projeto. Contudo, verificou-se que as gestantes envolvidas apresentaram uma melhoria nas suas atividades cotidianas além de relatos de partos sem complicações e rápida recuperação pós-parto. Por fim, pode-se sugerir que a prática de EF tem efeitos positivos na gestação. Entretanto, o apoio familiar e a conscientização por parte da equipe de pré-natal da unidade de saúde é de extrema importância para uma maior adesão a projetos desse porte.

**PALAVRAS-CHAVE:** Gestante, Exercício Físico, Hidroginástica.

# FORÇA MUSCULAR DE ADULTOS COM DEFICIÊNCIA VISUAL APÓS UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS

Rafaella Righes Machado  
Cati Reckelberg Azambuja  
Kelly Christine Maccarini Pandolfo  
Tatiane Minuzzi  
Daniela Lopes dos Santos

Universidade Federal de Santa Maria

[rafaellarighes@hotmail.com](mailto:rafaellarighes@hotmail.com)

O objetivo foi analisar o efeito de um programa de exercícios físicos combinados na força muscular de pessoas com deficiência visual (DV). Participaram 9 adultos com DV, residentes na cidade de Santa Maria/RS, com média de idade de  $44,9 \pm 11,3$  anos. Foi aplicado um programa de treinamento com exercícios resistidos funcionais e aeróbicos, duas vezes na semana, durante 12 semanas. Foram realizadas duas avaliações, uma antes do início dos treinamentos (pré) e outra ao término dos mesmos (pós). A força muscular foi medida pelo Teste de Abdominal em 1 minuto (TA) e pelo Teste de Flexão/Extensão dos cotovelos (TFE). Para análise estatística verificou-se a normalidade dos resultados pelo teste Shapiro-Wilk e o teste Wilcoxon foi utilizado para avaliar a diferença entre as médias, adotando-se nível de significância de  $p < 0,05$ . Houve melhora estatisticamente significativa nos níveis de força dos participantes. No TA foi verificado valor mínimo igual a zero, máximo igual a 30 e média de  $15,5 \pm 12,1$  repetições no pré e no pós, valor mínimo igual a 5, máximo igual a 38 e média de  $20,1 \pm 10,8$  repetições ( $p = 0,027$ ). No TFE foi verificado valor mínimo igual a zero, máximo igual a 21 e média de  $7,7 \pm 8,2$  repetições no pré e no pós, valor mínimo igual a 5, máximo igual a 31 e média de  $20,3 \pm 8,0$  ( $p = 0,007$ ). Ressalta-se a importância de programas de exercícios físicos combinados destinados às pessoas com DV, visto que é uma maneira de proporcionar benefícios à saúde e maior independência para a realização de atividades da vida diária.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adultos Com Deficiência Visual, Exercício Físico, Força Muscular.

# EFEITOS DE SEIS SEMANAS DE TREINAMENTO COM O METODO PILATES SOLO NA FLEXIBILIDADE EM MULHERES IDOSAS

Josefina Bertoli  
Grazieli Maria Biduski  
Sueyla Ferreira da Silva dos Santos  
Cíntia de La Rocha Freitas

Universidade Federal de Santa Catarina,  
Universidade Federal do Amazonas

[josefinabv85@gmail.com](mailto:josefinabv85@gmail.com)

**Objetivo:** avaliar a flexibilidade de ombro e quadril antes e após seis semanas de Treinamento com Pilates Solo (TPS) em mulheres idosas. **Métodos:** participaram do estudo seis mulheres com idade de  $62,17 \pm 1,60$ , massa corporal  $71,78 \pm 6,33$  kg e estatura  $1,58 \pm 0,337$ m. Utilizaram-se os testes de capacidade funcional (CF) relacionados à realização das atividades da vida diária (AVDs) na população de idosos. Foram selecionados os testes que mensuram a flexibilidade dos membros superiores e inferiores; alcançar atrás das costas e flexibilidade de quadril respectivamente. Utilizou-se o teste t de Student para amostras pareadas, com 5% de significância. **Resultados:** observou-se que antes do TPS, o teste de CF de alcançar atrás das costas teve uma média de  $-3,25 \pm 6,03$  e após seis semanas reduziu para  $-2,33 \pm 8,16$ , sem diferença significativa ( $p=0,46$ ). No caso do teste de CF da flexibilidade de quadril, obteve-se  $1,75 \pm 6,75$  cm e após seis semanas apresentou incremento significativo de  $7,73 \pm 8,92$  cm ( $p=0,002$ ). **Conclusão:** apenas os testes de flexibilidade de quadril apresentaram melhoras significativas nas mulheres idosas. Isto pode dever-se ao fato de que embora seja trabalhada a flexibilidade e mobilidade dos membros superiores no TPS, a flexibilidade dos membros inferiores está presente na maioria dos exercícios durante a aula desta modalidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Pilates Solo, Idosas, Flexibilidade.

**FOMENTO:** CAPES

# EFETIVIDADE DE DOIS PROGRAMAS DE PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA SOBRE VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS EM IDOSOS

Lúcia Midori Damaceno Tonosaki  
Simone Teresinha Meurer  
Aline Mendes Gerage  
Mônica Costa Silva  
Carla Elane Silva dos Santos  
Tânia Rosane Bertoldo Benedetti

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia,

midoritonosaki@hotmail.com

**Objetivo:** verificar a efetividade de dois programas de promoção da atividade física sobre variáveis antropométricas em idosos. **Método:** participaram 74 idosos ( $69 \pm 6,5$  anos), sendo 60 mulheres, cadastrados em Centros de Saúde de Florianópolis-SC. Aleatoriamente, foram formados três grupos: mudança de comportamento (GMC,  $n=17$ ), exercício físico tradicional (GET,  $n=31$ ) e controle (GC,  $n=26$ ). O GMC participou do programa de mudança de comportamento (Vida Ativa Melhorando a Saúde – VAMOS), voltado para a promoção da atividade física, durante três meses, sendo realizado um encontro semanal, de aproximadamente duas horas. O GET foi submetido a três sessões semanais de exercício físico (ginástica), com duração de 60 min/sessão, durante três meses. Foi avaliada a estatura, massa corporal, para cálculo do índice de massa corporal (IMC) e circunferência da cintura (CC), antes (M1) e após (M2). Utilizou-se ANOVA two-way para medidas repetidas ( $P < 0,05$ ). Resultado: foi observada interação grupo vs. tempo para CC ( $F=6,78$ ;  $p=0,02$ ), sendo que somente idosos participantes do GET tiveram redução significativa dessa variável de M1 ( $98,7 \pm 13,3$ ) para M2 ( $92,4 \pm 12,7$ ). Em relação ao IMC, não foram identificadas diferenças intra ou intergrupos ao longo do estudo ( $M1= 26,67 \pm 2,9$ ;  $29,33 \pm 5,9$ ;  $28,41 \pm 4,6$  -  $M2= 26,60 \pm 2,7$ ;  $29,63 \pm 5,8$ ;  $27,7 \pm 6,4$ , respectivamente para GMC, GET e GC). **Conclusão:** Somente o programa de exercício físico tradicional foi capaz de remover alterações importantes em variáveis antropométricas em idosos. Sugerem-se adaptações no VAMOS, como a inclusão do tema alimentação saudável para os benefícios esperados.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora, Composição Corporal, Idoso.

**FOMENTO:** CAPS

# MOTIVOS PARA DESISTÊNCIA DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE.

Claudia Pedroso Ferreria  
Priscila Missaki Nakamura  
Bruno de Paula Caraça Smirmaul  
Eduardo Kokubun

Universidade Estadual Paulista - Unesp  
Campus Rio Claro, If Sul

claudinha08@gmail.com

O objetivo desse estudo foi determinar os motivos de desistência de um programa de exercícios físicos em Unidades Básicas de Saúde da cidade de Rio Claro – SP. Para isso, foram entrevistados 36 participantes ( $64 \pm 9$  anos de idade), desistentes de um programa de exercícios físicos no período de 2013 a 2014, por meio de um questionário semi-estruturado aplicado via telefone, sendo as ligações gravadas através do recurso VOIP. O questionário apresentava questões divididas em domínios relacionadas à saúde (adoeceu; fez cirurgia; dores musculares), característica das aulas (material; horário; intensidade das aulas; dificuldade de realizar as aulas) e problemas pessoais (problema na família; falecimento; mudança de bairro; problemas de relacionamento), sendo que as respostas poderiam ser sim ou não. As análises envolveram comparações das proporções baseada no intervalo de confiança de 95%, através do software STATA versão 12.0. O tempo médio de permanência dos participantes no programa foi de  $15 \pm 10$  meses. Os resultados mostraram que entre os itens investigados, nenhum apresentou diferença de prevalência entre as respostas (sim e não). O item que apresentou maior ocorrência foi adoeceu e/ou fez alguma cirurgia (36%), seguido do horário que ocorreram as aulas (19%) e algum problema na família (11%), mudou-se de bairro (11%) e dores musculares (11%). Nos demais itens a ocorrência foi de 0 a 5%. Conclui-se, que dentre os motivos para desistência, os mais frequentes estão no domínio saúde (adoeceu e/ou fez cirurgia e dores musculares), sendo um aspecto a ser considerado na programação de novas intervenções.

**PALAVRAS-CHAVE:** Desistência, Atividade Física, Unidades Básicas de Saúde.

**FOMENTO:** Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPq

# ASSIDUIDADE À UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM PESSOAS COM HIV/AIDS E CONTINUIDADE DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA APOS SEIS MESES AO TÉRMINO DO PROGRAMA

Juliana Hegeto de Souza  
João Batista de Oliveira Junior  
Débora Alves Guariglia  
Mathias Roberto Loch

Universidade Estadual de Londrina

julianahegeto@hotmail.com

**Objetivo:** Verificar a assiduidade à um programa de exercícios físicos (EF) em pessoas com HIV/aids e a continuidade da prática após seis meses ao término do programa. **Métodos:** Fizeram parte do estudo 19 pessoas (14 mulheres) com HIV/aids (idade média= 45,7; DP = 7,7 anos). A maioria era casada (52,6%), não tinha ensino médio completo (61,2%), usava ônibus para chegar até o programa (89,5%) e levava no mínimo 50 minutos para chegar (55,8%). O programa aconteceu durante três meses (40 sessões) e consistia em três sessões semanais de exercícios combinados (aeróbico e treinamento de força). A assiduidade foi controlada por ficha de presença, preenchida em cada sessão. Após seis meses ao término do programa as pessoas foram contatadas por telefone e feita a seguinte pergunta: “Após o término do projeto o(a) sr(a) continuou ou continua fazendo algum tipo de EF?”. Para os que referiram não ter continuado foi ainda realizada a pergunta: “Qual(is) o(s) motivo(s) de ter interrompido a prática”. **Resultados:** Em média, a assiduidade foi de 59,5% (DP=47,7). Apenas 36,8% das pessoas apresentaram mais de 75% de frequência às sessões. Em relação à continuidade, seis meses após o término do programa, apenas 21% dos sujeitos referiu continuar praticando. Os motivos mencionados mais prevalentes para o abandono foram: falta de tempo (46,6%), cansaço/preguiça/falta de animo (26,6%), falta de incentivo (20%), falta de companhia (20%) e por estar doente ou lesionado (20%). **Conclusão:** O programa apresentou assiduidade razoável e poucas pessoas continuaram a prática de EF após o término do programa.

**PALAVRAS-CHAVE:** Aids, Exercício Físico, Atividade Física.

# BARREIRAS PERCEBIDAS PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM PESSOAS COM HIV/AIDS ANTES E APÓS UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS

João Batista de Oliveira Junior  
Juliana Hegeto de Souza  
Débora Alves Guariglia  
Mathias Roberto Loch

Universidade Estadual de Londrina

[jj.educauel@gmail.com](mailto:jj.educauel@gmail.com)

Programas de intervenção  
em atividade física

**Objetivo:** Verificar as barreiras percebidas para a prática de atividade física (AF) em pessoas com HIV/AIDS antes e após um programa de exercícios físicos. **Métodos:** 19 pessoas (14 mulheres) com HIV/aids (idade média= 45,7; DP = 7,7 anos) participaram do estudo. A maioria era casada (52,6%), não tinha ensino médio completo (61,2%), usava ônibus para chegar até o programa (89,5%) e levava no mínimo 50 minutos para chegar (55,8%). O programa aconteceu durante três meses e consistia em três sessões semanais de exercícios combinados (aeróbico e treinamento de força). As barreiras percebidas para a prática de AF foram mensuradas em entrevistas a partir do questionário proposto por Reichert (2011) acrescidas de uma pergunta que tratava de preconceito. Na análise utilizou-se estatística descritiva e o teste de Wilcoxon. **Resultados:** Antes do programa as barreiras mais prevalentes foram: falta de dinheiro (57,9%), falta de companhia (31,6%) e medo de se machucar (26,3%), enquanto após o programa foram falta de dinheiro (42,1%), possuir alguma doença ou lesão que atrapalhe a prática (26,3%) e falta de tempo (26,3%). Comparando-se o número de barreiras percebidas antes e após, observou-se que antes a média era de 2,11 barreiras por pessoa (DP= 1,24) e após foi de 1,53 barreiras por pessoa (DP= 1,31). Quanto ao número de barreiras antes e após o programa em cada pessoa, observou-se que 21,1% aumentaram o número de barreiras percebidas, 36,8% permaneceram com o mesmo número, e 42,1% diminuíram ( $p=0,088$ ). **Conclusão:** Houve mudanças importantes nas barreiras percebidas após o término do programa.

**PALAVRAS-CHAVE:** Aids, Atividade Física, Exercício Físico.

# ESTÁGIOS DE MUDANÇA PARA COMPORTAMENTOS SÉDENTÁRIOS EM ADOLESCENTES: CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA NO BASELINE DO ESTUDO DE INTERVENÇÃO MULTICOMPONENTE DÉNOMINADO MEXA-SE

Cilene Rebolho Martins  
Giseli Minatto  
Juliane Berria  
Luiz Rodrigo Augustemak de Lima  
Jéssika Aparecida Jesus Vieira  
Edio Luiz Petroski

Universidade Federal de Santa Catarina

[cilenerebolho@gmail.com](mailto:cilenerebolho@gmail.com)

**Objetivo:** Identificar os estágios de mudança de comportamento para comportamentos sedentários em escolares da cidade de Florianópolis/SC. **Método:** Foram analisados os dados do baseline dos grupos intervenção e controle da pesquisa MEXA-SE. Participaram do estudo 542 adolescentes (254 meninos e 288 meninas) de 10 a 17 anos, estudantes do 6º ao 9º ano de duas escolas municipais de Florianópolis/SC. Foi adotado o modelo transteórico dos estágios de mudança para os comportamentos sedentários tempo de TV e tempo de computador por dia da semana. Utilizou-se o ponto de corte de duas horas por dia para a definição do comportamento sedentário. Os dados foram obtidos por meio de questionário dirigido e analisados utilizando-se a distribuição de frequências relativas. **Resultados:** Para o tempo de TV e de computador, nos meninos, identificou-se uma maior proporção no estágio de Pré-contemplação (45,7% e 45,0%), seguido dos estágios de Manutenção (16,9% e 17,7%) e Contemplação (16,5% e 14,1%). Nas meninas, verificou-se uma maior proporção nos estágios de Pré-contemplação (44,1%) e Contemplação (18,8%) para o tempo de TV e Pré-contemplação (32,1%), Manutenção (25,4%) e Ação (17,4%) para o tempo de computador. **Conclusão:** Em ambos os sexos e para ambos os comportamentos, houve uma maior proporção de alunos no estágio de Pré-contemplação, no qual o indivíduo não tem a intenção de reduzir o tempo em comportamento sedentário nos próximos seis meses. O comportamento sedentário deve ser foco de intervenções nas escolas, uma vez que representa um importante comportamento de risco à saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estilo de Vida Sedentário, Comportamento do Adolescente, Saúde do Adolescente.

**FOMENTO:** CNPq (processo n°. 474184/2013-7)



# PERFIL DO ESTILO DE VIDA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO DE MULHERES IDOSAS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA ORIENTADA

Rafaela Gomes dos Santos  
Queila Bispo Andrade  
Jessica Santos Silva  
Josiene dos Santos Faria

Faculdade Ages, Faculdade de Ciências  
Humanas e Sociais - Ages

rafaellagomes\_rgds@hotmail.com

**Objetivo:** analisar variáveis do perfil do estilo de vida das idosas, bem como a aplicabilidade pedagógica dos estagiários participantes do projeto da Faculdade Integrada a Terceira Idade (FINATI) da Faculdade de Ciências Humanas e Sociais – Ages. **Método:** estudo de corte transversal, com abordagem qualitativa. A amostra do estudo é composta por 24 idosas do sexo feminino acima de 60 anos, participantes do programa de atividades físicas da FINATI. Os instrumentos utilizados foram um questionário, com variáveis sociodemográfica e de saúde, o Pentáculo do Bem-Estar proposto por Nahas; Barros; Francalacci (2000), bem como o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ). A análise dos dados foi feita por meio de estatística descritiva. **Resultados:** Foi traçado o perfil do estilo de vida das idosas quanto aos índices: Nutrição, Atividade Física, Estresse, Relacionamento Social, Comportamento Preventivo. O perfil aponta que as idosas da FINATI possuem um estilo de vida regular, acumulando 816,5 minutos de atividades físicas por semana, atingindo o mínimo recomendado pela Organização Mundial de Saúde, porém, quanto às atividades sedentárias verifica-se que as idosas passam 9 horas/dias em comportamentos sedentários. **Conclusão:** é possível concluir que o perfil do estilo de vida das idosas encontra-se regular e com elevada horas em atividades sedentárias. Sugere-se que as idosas busquem um estilo de vida ativo, atingindo índices positivos na escala e que busquem estratégias de redução das atividades sedentárias. Dessa maneira, ressaltamos a intervenção do profissional de Educação Física como meio de obtenção e incentivo a um estilo de vida ativo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Estilo de Vida, Idoso.

# NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM MULHERES COM NEOPLASIAS DA MAMA SUBMETIDAS A TREINAMENTO COMBINADO

Andrea Dias Reis  
Paula Tâmara Vieira Teixeira Pereira  
Renata Rodrigues Diniz  
Adriana Maria de Araújo Lacerda Paz  
Bianca Trovello Ramallo  
João Batista Santos Garcia

Faculdade Pitágoras, Instituto de Pós-Graduação e Graduação-Ipog, Faculdade Pitágoras, Universidade Federal do Maranhão

[adr.dea@hotmail.com](mailto:adr.dea@hotmail.com)

**Objetivo:** Analisar o nível de atividade física em mulheres com neoplasias na mama submetidas ao treinamento combinado (TC). **Métodos:** Ensaio clínico controlado utilizando 28 mulheres divididas 1:1 em Grupo Experimental (GE) e Grupo Controle (GC), com idade  $46,71 \pm 7,78$  anos, massa corporal  $65,03 \pm 21,99$ kg, estatura  $154,64 \pm 5,71$ m, em tratamento ou acompanhamento de carcinoma mamário no Hospital do Câncer Aldenora Bello em São Luís – MA. O GE foi submetido à TC (Aeróbio, resistido e flexibilidade) no período de 12 semanas, com supervisão profissional em 3 sessões por semana e 2 sessões sem supervisão. A avaliação do nível de atividade física foi por meio do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão curta. Este questionário é composto por 4 blocos referentes a atividades (Moderada e vigorosa), além de caminhada e tempo sentado em dia na semana e um dia no final de semana. A análise dos dados foi realizada por meio de estatística descritiva (média e desvio-padrão) no programa Stata 10.0. A pesquisa foi aprovada no CEP- UFMA com o protocolo 20665713.2.0000.5087. **Resultados:** Observou-se aumento no nível de atividade física do GE (Antes do treinamento apenas 1 (7,14%) paciente muito ativa, após 4 (28,57%) pacientes na mesma classificação) ao contrário do GC que apresentou redução do nível de atividade física (Antes do treinamento nenhuma paciente irregularmente ativa B, porém após 2 (14,29%) na mesma categoria). **Conclusão:** O TC pode ser uma alternativa eficaz para o aumento de atividade física em pacientes com neoplasias da mama.

**PALAVRAS-CHAVE:** Exercício, Neoplasias da Mama, Saúde.

**FOMENTO:** CAPES

# INTERVENÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: MUDANÇAS DE ATITUDES SOCIAIS DOS ALUNOS SEM DEFICIÊNCIA EM RELAÇÃO À INCLUSÃO ESCOLAR DE SEUS PARES COM DEFICIÊNCIA FÍSICA

Conceição de Maria Ribeiro Pacheco  
Silvana Maria Moura da Silva  
Fabrícia da Hora Marques  
Maria da Piedade Resende da Costa  
Thelma Helena Costa Chahini

Universidade Federal do Maranhão

marromenf@hotmail.com

**Objetivo:** Análise das mudanças de atitudes sociais de 14 alunos entre 9 a 15 anos, sem deficiência física em relação à inclusão escolar em classe regular, de seus pares com deficiência física, (5 com paralisia espástica e 2 com mobilidade reduzida e má formação congênita, totalizando 7 alunos, entre 10 a 16 anos de idade). **Método:** Foram realizadas 33 intervenções que consistiram em planos de aula incluindo o aluno com deficiência nas aulas de Educação Física realizadas em quatro escolas da rede estadual em São Luís-MA. Aplicou-se o Questionário de Atitudes dos alunos sobre Educação Física Integrada Revisado (ACE-FI-R) com aqueles sem deficiência no momento pré para registrar suas atitudes sociais positivas e negativas e no pós para identificar as mudanças ocorridas. Prova de Wilcoxon, comparando-se o pré e pós-teste do grupo experimental (grupo1) e grupo controle (grupo 2), para verificar se houve mudança de atitude após as sessões de intervenção realizadas tanto com os participantes com e sem deficiência. **Resultados:** No grupo 1, a diferença entre o pré e pós-teste é estatisticamente significativa ( $p = 0,0207$ ). No grupo 2, diferença entre pré e pós-teste é também significativa ( $p = 0,0018$ ). **Conclusão:** As sessões de intervenção nas aulas de Educação Física, através de atividades lúdicas de sensibilização, foram uma ferramenta eficaz para as mudanças de atitudes sociais. Entretanto, faz-se necessário que o trabalho interventivo seja permanente nas escolas para que outras mudanças de atitudes sociais sejam verificadas, incluindo-se o respeito à diversidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física Adaptada, Inclusão Escolar, Atitudes Sociais.

**FOMENTO:** Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC/ CNPq/ UFMA)

# MOTIVAÇÃO PARA AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM ESTUDO DE INTERVENÇÃO

Moisés Salvador de Alcântara  
Maria Cecília Marinho Tenório  
Rafael Miranda Tassitano

Instituto de Desenvolvimento Educacional,  
Universidade Federal Rural de Pernambuco

[msalvador.alcantara@gmail.com](mailto:msalvador.alcantara@gmail.com)

**Introdução:** A Educação Física pode proporcionar benefícios biológicos, psicológicos e acadêmicos. Além disso, as aulas podem desenvolver nos alunos o gosto pela prática de atividade física. Porém verifica-se que a participação nas aulas é baixa e uma das razões pode estar associada à falta de motivação. **Objetivo:** Avaliar a motivação dos estudantes e professores para as aulas de educação física antes e após uma intervenção em estilos de ensino. **Método:** Quase experimental, do tipo antes e depois, com professores de educação física do ensino médio de quatro escolas públicas estaduais do Recife-PE e seus 611 estudantes. Avaliou-se a motivação autodeterminada dos professores e estudantes para as aulas de educação física antes e após a intervenção através do Work Motivation Inventory e do Perceived Locus of Causality Questionnaire, respectivamente. Foi utilizado o teste t pareado para comparação das médias das escalas de motivação antes e após a intervenção. **Resultados:** Observou-se aumento da média do escore de motivação dos professores (de  $8,16 \pm 0,8$  para  $10,25 \pm 0,4$ ) e dos estudantes das quatro escolas (escola 1: de  $8,3 \pm 5,1$  para  $8,7 \pm 4,6$ ; escola 2: manutenção de  $6,2 \pm 4,9$ ; escola 3: de  $1,1 \pm 4,9$  para  $5,9 \pm 4,6$  e escola 4: de  $2,0 \pm 5,7$  para  $5,5 \pm 5,4$ ), especialmente dos estudantes que apresentaram escores totais mais baixos antes da intervenção. Os resultados demonstraram que a participação na capacitação pode auxiliar no aumento da motivação dos professores tendo como consequência o aumento da motivação dos estudantes em participar das aulas de educação física.

**PALAVRAS-CHAVE:** Motivação, Educação Física, Estudos de Intervenção.

# EDUCAÇÃO FÍSICA: SUA INSERÇÃO PROFISSIONAL NO CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL (NASF)

Juan Carlos Freire  
José Luiz Silva de Moura  
Daiane Henrique Alves da Cunha  
Raissa Andrea Moura Wanderley  
Daniel Santos Nogueira  
Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho

Universidade Federal de Pernambuco

deus\_ejuan@hotmail.com

**Objetivo:** Identificar se os estudantes de Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco reconhecem o CAPS como área de atuação profissional. **Método:** A amostra foi constituída por 360 alunos matriculados no 3º ao 8º período do curso de Licenciatura Plena em Educação Física da UFPE. A metodologia utilizada foi um questionário elaborado com perguntas fechadas onde os alunos entrevistados foram selecionados aleatoriamente, a presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal de Pernambuco. **Resultados:** Constatou-se que cerca de 31,7% nunca ouviu falar em CAPS e que 77,4% nem se quer sabem o papel do profissional de educação física no SUS, ao serem perguntados se a educação física poderia contribuir na construção de um modelo de atendimento à saúde pública e gratuita 96,8% responderam que sim e 3,2% falam que a educação física não contribui nada para a saúde pública no entanto ao serem indagados se contribuiria no NASF 80,4% não souberam responder. **Conclusão:** Concluímos que os alunos do curso de Licenciatura plena em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco, desconhecem o que é o NASF e não reconhecem como a área de educação física pode atuar na saúde pública.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física, Atuação Profissional, Caps.

# NÍVEL DE TEMPO SENTADO EM UM DIA DA SEMANA E UM DIA NO FINAL DE SEMANA DE MULHERES COM NEOPLASIAS DA MAMA SUBMETIDAS A TREINAMENTO COMBINADO

Renata Rodrigues Diniz  
Andrea Dias Reis  
Paula Tâmara Vieira Teixeira Pereira  
Adriana Maria de Araújo Lacerda Paz  
Bianca Trovello Ramallo  
João Batista Santos Garcia

Faculdade Pitágoras, Instituto de Pós-Graduação e Graduação-Ipog, Universidade Federal do Maranhão

[renatarodriguesdiniz@hotmail.com](mailto:renatarodriguesdiniz@hotmail.com)

**Objetivo:** Analisar o tempo sentado em um dia da semana e um dia no final de semana de mulheres com neoplasias na mama submetidas ao treinamento combinado (TC). **Métodos:** Ensaio clínico controlado utilizando 28 mulheres divididas 1:1 em Grupo Experimental (GE) e Grupo Controle (GC), com idade  $46,71 \pm 7,78$  anos, massa corporal  $65,03 \pm 21,99$ kg, estatura  $154,64 \pm 5,71$ m, em tratamento ou acompanhamento de carcinoma mamário no Hospital do Câncer Aldenora Bello em São Luís – MA. O GE foi submetido à TC (Aeróbico, resistido e flexibilidade) no período de 12 semanas, com supervisão profissional em 3 sessões por semana e 2 sessões sem supervisão. A avaliação do nível de atividade física foi por meio do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão curta. Este questionário é composto por 4 blocos referentes a atividades (Moderada e vigorosa), além de caminhada e tempo sentado em dia na semana e um dia no final de semana. A pesquisa foi aprovada no CEP com o protocolo 20665713.2.0000.5087. **Resultados:** Observou-se diminuição do tempo que ficavam sentadas num dia da semana do GE em 6 (42,9%), mas ocorreu aumento no mesmo grupo em 8 (57,1%) e do final da semana houve diminuição em 9 (64,3%), 2 (14,3%) não modificaram e 3 (21,4%) aumentaram. Do GC, 8 (57,2%) diminuíram, 1 (7,1%) não modificou e 5 (35,7%) aumentaram e final de semana 8 (57,1%) diminuíram, 4 (28,6%) não modificaram e 2 (14,3%) aumentaram. **Conclusão:** O TC pode ser uma alternativa a diminuir a ociosidade em pacientes com neoplasias da mama.

**PALAVRAS-CHAVE:** Exercício, Neoplasias da Mama, Saúde.

# EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE E A ATIVIDADE FÍSICA NA PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS QUE VIVEM COM HIV/AIDS

Pedro Pinheiro Paes  
Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho  
Jacira de Morais Coutinho Neta

Universidade Federal de Pernambuco,  
Universidade Federal do Maranhão,

ppaes@ufpe.br

O uso das terapias antirretrovirais de alta potência (HAART) permitiu que a aids se tornasse uma doença crônica, aumentando a longevidade e a qualidade de vida das pessoas que vivem com HIV/aids, porém, efeitos colaterais do uso prolongado da HAART, incluem a síndrome da lipodistrofia (SL), a depressão, a ansiedade e o preconceito. **Objetivo:** pesquisar pessoas que vivem com HIV/aids, que sofrem os efeitos colaterais do uso da HAART, desenvolvendo um programa socioeducativo e terapêutico de treinamento físico específico para este grupo de pessoas. **Metodologia:** pesquisa de natureza qualitativa, mediatizada pela pesquisa-ação. Trabalhamos com sete pessoas que vivem com HIV/aids, com uso de HAART e com SL, de ambos os gêneros, com idade entre 37 e 56 anos, responderam questionários referentes às diferentes variáveis sobre qualidade de vida e foram submetidas a 36 sessões de um programa socioeducativo e terapêutico de treinamento resistido (musculação). **Resultados:** os participantes deste estudo apresentaram melhoras em vários indicadores de qualidade de vida, quando comparados ao período anterior da descoberta da contaminação pelo HIV, principalmente nos aspectos físicos e psicológicos, destacando o preconceito como principal problema enfrentado por eles. Observamos que o treinamento resistido (musculação) é perfeitamente compatível com as limitações decorrentes da aids e do uso da HAART, como a SL, estimulando a diminuição da gordura corporal, o aumento da massa muscular, a socialização, o combate à depressão e ansiedade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Hiv/aids, Lipodistrofia, Exercício Físico.

# PARTICIPAÇÃO DOS USUÁRIOS NAS PRÁTICAS DE GESTÃO NAS INTERVENÇÕES PARA PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE DE PERNAMBUCO

Caroline Ramos de Moura Silva  
Mallu Dias Soares  
Leticia Lemos Ayres da Gama Bastos  
Danyelle de Cássia Ribeiro de Oliveira  
Mauro Virgílio Gomes de Barros

Universidade de Pernambuco, Prefeitura Municipal de Limoeiro, Programa Academia da Cidade

carolinerms@gmail.com

**Objetivo:** Descrever a participação dos usuários no planejamento e no monitoramento das intervenções de promoção de atividade física na Atenção Básica à Saúde (ABS) em Pernambuco. **Métodos:** Estudo transversal de abrangência estadual, parte integrante do projeto de pesquisa intitulado “Projeto SUS+Ativo”. Por meio de instrumento previamente testado e administrado na forma de entrevista individual foram coletadas informações demográficas (sexo, idade, cor da pele, escolaridade e local de residência), tempo de atendimento nas intervenções (< 1 ano; ≥ 1 ano), participação nas ações de planejamento (nunca, às vezes e quase sempre/sempre) e participação nas ações de monitoramento (nunca, às vezes e quase sempre/sempre). A tabulação dos dados foi realizada por meio de leitura ótica e as análises efetuadas utilizando o SPSS. **Resultados:** Foram avaliados 942 usuários (89,5% do sexo feminino), com média de idade de 47,2 anos ( $\pm 17,4$ ). Destes, 27,4% apresentam cor da pele branca, 59% completaram o ensino médio, 89,3% residiam em área urbana e 54,1% eram atendidos a mais de um ano nas intervenções. Em relação à participação nas práticas de gestão, os usuários relataram nunca terem participado tanto das ações de planejamento (57,3%), quanto das ações de monitoramento (44%). Não foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre tempo de atendimento e escolaridade do usuário com a sua participação nas ações de planejamento e monitoramento das intervenções. **Conclusão:** Foi identificado que a maior proporção dos usuários relatou nunca participar das ações de planejamento e monitoramento das intervenções para promoção da atividade física ofertadas na ABS do estado de Pernambuco.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física., Avaliação de Programas e Projetos de Saúde, Promoção da Saúde.



# EFEITOS BENÉFICOS ADQUIRIDOS EM IDOSOS HIPERTENSOS AO TERMINO DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA NA UFPE

José Luiz Silva de Moura  
Daiane Henrique Alves da Cunha  
Daniel Santos Nogueira  
José Deivison de Souza  
Juan Carlos Freire  
Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho

Universidade Federal de Pernambuco

jose.luiz.moura23@gmail.com

**Objetivos:** Mostrar os aspectos positivos adquirido por idosos após um programa de treinamento aeróbio e resistido. **Metodologia:** Foi efetuado um questionário próprio com perguntas fechadas, através de uma amostragem intencional de delineamento quantitativo, no intuito de identificar benefícios nas qualidades físicas básicas, capacidade cardiorrespiratória e possíveis dores crônicas em idosos hipertensos. Constituída por 36 idosos de ambos os sexos, participantes de um projeto de pesquisa realizada no departamento de Educação Física da UFPE. Para a tabulação dos dados foi utilizado o software Statistical Package for the Social Sciences – SPSS versão 17.0. **Resultados:** 100% dos idosos se auto avaliam com uma boa qualidade de vida após sua participação no projeto de pesquisa, em relação à capacidade cardiorrespiratória 91,66% afirmam que melhoraram e 8,34% que não obtiveram evolução, 72,2% asseguraram ter conseguido um progresso quanto as dores que sentiam no corpo, 19,4% mais ou menos e 8,34% não houve recuperação, 91,66% atestaram ter conseguido um aumento de performance nos exercícios propostos, 5,56% mais ou menos e 2,78% que não conseguiram. **Conclusão:** Concluímos que se obteve unanimidade quanto a auto avaliação de uma boa qualidade de vida pelos idosos após o início da participação no projeto, sendo notável também uma melhora por maior parte dos indivíduos em sua capacidade cardiorrespiratória, perceptível na maioria a recuperação de dores crônicas e como forma de evitar futuras lesões o fortalecimento de toda musculatura e correlacionados, advindo da sua melhora de performance constante nos exercícios.

**PALAVRAS-CHAVE:** Idosos, Benefícios, Hipertensos.

# ACÇÕES DESENVOLVIDAS PELO SISTEMA DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE CRICIÚMA, SC – UMA VISÃO DOS ESCOLARES E DAS GERENTES DAS UNIDADES DE SAÚDE

Joni Marcio de Farias  
Gustavo de Oliveira  
Ana Maria Jesuino Volpato  
Cleber de Medeiros  
Francine Costa de Bom

*Universidade do Extremo Sul Catarinense,  
Universidade Federal de Santa Catarina*

[jmf@unesc.net](mailto:jmf@unesc.net)

O objetivo do trabalho é investigar as ações e estratégia desenvolvidas no município de Criciúma para verificar o conhecimento em saúde dos adolescentes. Metodologicamente trata-se de pesquisa transversal com abordagem descritiva. A população foi constituída pelos escolares do 1º ao 3º ano do Ensino Médio, das redes privada e pública; e pelos profissionais de saúde das Unidades Básicas de Saúde do município, sendo 34 cadastradas como Estratégias de Saúde da Família (ESF), totalizando 36 equipes. A amostra ficou constituída por 163 adolescentes, de 14 a 19 anos, sendo 68 (41,7%) do sexo masculino e 95 (58,3%) do feminino, e por 25 gerentes das ESF. A pesquisa utilizou-se de questionários, revelando que a média do IMC dos adolescentes classifica-os como eutróficos. Do total, nenhum adolescente relatou corretamente as ações e serviços disponibilizados pelas unidades, e apenas 2,5% responderam saber as atividades direcionadas aos adolescentes. 33,1% dos jovens opinaram a favor de oferecer mais Ações de Prevenção. Apenas 1,8% já ouviram falar sobre a Caderneta de Saúde do Adolescente e, dos conteúdos que consideraram importante aprender, apenas 52,8% estão presentes na Caderneta. Do total de 25 ESF, 13 relataram conhecer a Caderneta, e destes, apenas 1 profissional soube relatar os conteúdos presentes nesse material. As estratégias utilizadas se mostram positivas, porém limitadas, pois o município ainda não recebeu suporte suficiente para utilização dos programas informativos que são preconizados, para assim atingir a população jovem de forma efetiva, conhecendo a realidade dos jovens e adaptando o conteúdo das informações à sua vida.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescente, Saúde, Saúde Pública.

# A UTILIZAÇÃO DO ESPAÇO ESCOLAR COMO LOCAL DE INTERVENÇÃO DE TEMÁTICAS SOBRE ESTÍLO DE VIDA

Vanise dos Santos Ferreira Viero

Cleber de Medeiros

Francine Costa de Bom

Ana Maria Jesuino Volpato

Joni Marcio de Farias

Universidade do Extremo Sul Catarinense

vanisedossantos@hotmail.com

O estudo teve como objetivo analisar a efetividade de ações de educação em saúde sobre os parâmetros de alimentação saudável, atividade física e educação postural na sensibilização de um estilo de vida mais saudável de adolescentes matriculados em duas escolas públicas do município de Criciúma, Santa Catarina. O estudo foi temporal, prospectivo, e analítico, realizado em duas escolas estaduais da rede pública, divididas em dois grupos: (E1) Ensino Fundamental e (E2) Ensino Médio. A amostra foi composta por 109 adolescentes, de ambos os sexos, com idade entre 11 a 17 anos. Foram aplicados questionários (pré e pós ação). Os dados foram exportados para o SPSS versão 20.0. O nível de significância  $\alpha$  estabelecido para os testes estatísticos foi de  $\leq 0,05$  e um intervalo de confiança de 95%. Verificou-se aumento significativo de conhecimento nas temáticas sobre alimentação saudável ( $3,86 \pm 1,395 / 4,64 \pm 1,67$ ), atividade física ( $4,52 \pm 1,696 / 5,10 \pm 1,46$ ) e educação postural ( $4,03 \pm 1,50 / 5,02 \pm 1,49$ ). Em relação ao sexo, ambos apresentaram ganho de conhecimento. As ações realizadas no âmbito escolar demonstraram ser efetivas no ganho de conhecimento pelos escolares, não foi avaliado a mudança de comportamento após o ganho de conhecimento.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adolescente, Educação Em Saúde, Estilo de Vida.

# SENSIBILIZANDO POR MEIO DO BRINÇAR NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: LUDICIDADE E PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE CRIANÇAS DEFICIENTES FÍSICAS INSERIDAS EM CLASSE COMUM

Paulo da Trindade Nerys Silva  
Conceicao de Maria Ribeiro Pacheco  
Fabrícia da Hora Marques  
Maria da Piedade Resende da Costa  
Silvana Maria Moura da Silva  
Thelma Helena Costa Chahini

Universidade Federal do Maranhão,  
Universidade Federal de São Carlos,  
ptnerys@uol.com.br

**Objetivo:** Analisar mudanças de concepções e sentimentos de crianças sem deficiência (9 a 15 anos) em relação à inclusão de alunos com deficiência física - DF nas aulas de Educação Física, após as atividades de sensibilização (pular com uma só perna, por meio da brincadeira do saci-pererê, entre outras brincadeiras), em média 33. **Método:** Pesquisa-ação em quatro escolas públicas da rede municipal de São Luís-MA. Com 14 crianças e adolescentes sem deficiência e 07 com DF (lesão medular, amputação, distrofia muscular ou paralisia cerebral) ou mobilidade reduzida. **Resultados:** Os sentimentos dos participantes sem deficiência para com seus pares com deficiência física no pré-teste foram comiseração (64,29%), carinho, amor e alegria (28,57%), já no pós-teste houve aumento do percentual do sentimento de comiseração (71,43%) e manutenção do percentual relativo aos sentimentos de carinho, amor e alegria. Em relação aos conceitos de deficiência física emitidos pelos participantes sem deficiência no pré-teste, treze (92,86%) responderam ter entendimentos relacionados a essa deficiência e um (7,14%) não soube responder. No pós-teste, onze (78,58%) mencionaram a mesma resposta, acrescidos de um (7,14%) que indicou entendimentos relacionados às atividades de habilidades variadas; outro (7,14%) ressaltou aspectos relativos à doença e um (7,14%) apresentou concepção bem positiva para a necessidade de amor, carinho e cuidado por parte de seu par com deficiência física. **Conclusão:** Aumento de sentimentos de comiseração pelos participantes sem deficiência para com seus pares com deficiência física, enquanto que suas concepções foram mais positivas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física Adaptada, Sentimentos, Inclusão Escolar .

# EFEITO DO TREINAMENTO E DESTREINAMENTO SOBRE O BALANÇO AUTÔNOMICA EM PACIENTES COM CÂNCER DE MAMA

Carlos José Moraes Dias

Andrea Dias Reis

Antonio Carlos Pereira Silva Filho

Cristiano Teixeira Mostarda

Faculdade Fasenes, Faculdade Pitágoras,  
Universidade Federal do Maranhão

carlosdias.ef@gmail.com

**Objetivo:** Este estudo teve como objetivo avaliar o efeito do treinamento e destreino físico na modulação autonômica em pacientes com câncer de mama. **Materiais e Métodos:** 20 pacientes com câncer de mama, divididos em grupo controle e experimental, do sexo feminino participaram do estudo, com idades entre 30-60 anos. Os pacientes admitidos no estudo deveriam estar nos estágios de 1 a 3 do câncer e não praticarem nenhum tipo de programa de exercício nos últimos meses. A variabilidade da frequência cardíaca no domínio do tempo e domínio da frequência foram realizadas utilizando um eletrocardiograma antes, depois do treino e após 6 semanas de destreino. Para a análise estatística, os teste de normalidade de Shapiro-Wilk e ANOVA não paramétrico foram feitos para testar as hipóteses. **Resultados:** A análise da variabilidade da frequência cardíaca no domínio do tempo mostrou aumento no índice SDNN, após 12 semanas, diminuindo após 6 semanas de destreino. No domínio da frequência, 12 semanas de treinamento físico promoveram a diminuição do LF (%) e aumento no HF (%), mas o destreino causou o retorno de todas as variáveis aos valores basais. Não houve mudanças no grupo controle em todos os momentos. Consequentes 12 semanas de treinamento físico promoveram a diminuição da LF/HF. **Conclusão:** Estes dados mostram que o treinamento físico pode ser usado para prevenir a disfunção autonômica no câncer de mama, mas o destreino promove a perda de todos os benefícios autonômicos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Câncer, Exercício Físico, Destreino.