



6º Congresso Brasileiro de **Atividade Física & Saúde**

Interdisciplinaridade na Promoção de Estilos de Vida Saudáveis

FLORIANÓPOLIS, SC – 15 A 17 DE NOVEMBRO DE 2007

Promoção e Realização

Núcleo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde - NUPAF
PPGEF/CDS/UFSC
GRÊMIO DO CDS

Organização

Açoriana Congressos & Eventos

Local

Centro de Cultura e Eventos da UFSC
Campus Universitário, Trindade, Florianópolis/SC

Conselho Editorial

- | | |
|--|---|
| 1. Airton José Rombaldi (UFPEl) | 18. Maria Beatriz Rocha Ferreira (UNICAMP) |
| 2. Alberto Carlos Amadio (USP) | 19. Maria de Fátima Silva Duarte (UFSC) |
| 3. Antonia Dalla Pria BAnkoff (UNICAMP) | 20. Maria Tereza Silveira Böhme (USP) |
| 4. Antônio Carlos Gomes (CAP) | 21. Markus Vinicius Nahas (UFSC) |
| 5. Benedito Sérgio Denadai (UNESP) | 22. Oscar Amauri Ericksen (CAP) |
| 6. Cândido Simões Pires Neto (UTP) | 23. Renan Maximiliano Fernandes Sampedro (UFMS) |
| 7. Cláudio Gil Soares de Araújo (UFRJ) | 24. Roberto Carlos Burini (UNESP) |
| 8. Danilo Moretti Ferreira (UNESP) | 25. Rosângela M. Busto (UEL) |
| 9. Édio Luiz Petroski (UFSC) | 26. Sandra Mahecha Matsudo (CELAFISCS) |
| 10. Eliete Luciano (UNESP) | 27. Sebastião Gobbi (UNESP) |
| 11. Emerson Silami Garcia (UFMG) | 28. Sérgio Gregório da Silva (UFPR) |
| 12. Flávia Meyer (UFRGS) | 29. Tales de Carvalho (UDESC) |
| 13. Go Tani (USP) | 30. Valdir José Barbanti (USP) |
| 14. Ivan da Cruz Piçarro (UNIFESP) | 31. Victor Keihan Rodrigues Matsudo (CELAFISCS) |
| 15. Lilian Teresa B. Gobbi (UNESP) | 32. Vilmar Baldissera (UFSCAR) |
| 16. Luiz Fernando Kruel (UFRGS) | 33. Wagner Campos (UFPR) |
| 17. Maria Augusta Peduti Dal'Mollin Kiss (USP) | |

Expediente

Diretora Geral

Khadige Achour

Capa

André Henrique Santos

Ramon Rodrigues Silva

Normatização documental

Neide M. J. Zaninelli

Editora

Atividade Física & Saúde

achour@onda.com.br

Projeto Gráfico e editoração

Breno Morozowski

Publicação: Semestral

Impressão: Midiograf

Indexação

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

Sumário

Apresentação.....	5
Comissão Organizadora	6
Palestrantes Convidados.....	7
Programa Oficial.....	8
Programa Detalhado dos Temas Livres e Pôsteres.....	11
15 de Novembro – Tarde	11
Temas Livres	11
Pôsteres 1 (13:30-18:00)	13
16 de Novembro – Manhã	19
Temas Livres	19
Pôsteres 2 (08:30-12:30)	20
16 de Novembro – Tarde	27
Temas Livres	27
Pôsteres 3 (13:30-18:00)	28
17 de Novembro – Manhã	34
Temas Livres	34
Pôsteres 4 (08:30-12:30)	35
17 de Novembro – Tarde	42
Temas Livres	42
Pôsteres 5 (13:30-16:40)	43
Relatos de Experiência	49
Resumos dos Temas Livres e Pôsteres.....	51
15 de Novembro – Tarde – Temas Livres	51
15 de Novembro – Tarde – Pôsteres 1	56
16 de Novembro – Manhã – Temas Livres.....	81
16 de Novembro – Manhã – Pôsteres 2	86
16 de Novembro – Tarde – Temas Livres	112
16 de Novembro – Tarde – Pôsteres 3	117
17 de Novembro – Manhã – Temas Livres.....	139
17 de Novembro – Manhã – Pôsteres 4	144
17 de Novembro – Tarde – Temas Livres	170
17 de Novembro – Tarde – Pôsteres 5	175
17 de Novembro – Tarde – Relatos de Experiência.....	199
Índice de Autores.....	203

Apresentação

Em nome da Comissão Organizadora e de toda a comunidade universitária da UFSC, é com grande satisfação que dou as boas-vindas a todos os participantes do 6º Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde. Mais uma vez Florianópolis sedia este evento que já é um marco e um ponto de encontro, a cada dois anos, para pesquisadores, profissionais e estudantes interessados no tema *atividade física e saúde*.

Nesta sexta edição do Congresso contamos com as ilustres presenças internacionais dos Doutores I-Min Lee (da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de Harvard), Bill Kohl (recentemente vinculado à Universidade do Texas, Austin), e Jorge Mota (da Universidade do Porto). Além desses, uma plêiade de cientistas brasileiros, de diversas formações, abrihantarão nossas atividades. Antecipadamente agradeço a presença de todos os palestrantes que aceitaram graciosamente participar do evento.

Mais de 600 trabalhos científicos foram aprovados e serão apresentados de 15 a 17 de novembro no Centro de Cultura e Eventos da UFSC. É o reconhecimento da comunidade acadêmica e a consolidação dessa iniciativa que completa agora uma década de existência. Obrigado a todos os colegas, ex-alunos e demais participantes que tiveram seus trabalhos inscritos e aprovados pra apresentação.

Também quero destacar a colaboração entre o Núcleo de pesquisa em Atividade Física e Saúde com o Programa de Pós-graduação em Educação Física da UFSC (agora conceito 5!) e com o Grêmio dos Professores e Funcionários do Centro de Desportos, o que permitiu a realização de mais esta edição do Congresso. Acrescento um especial agradecimento aos alunos, professores e funcionários desse Centro que sempre contribuíram para o sucesso dessa iniciativa.

Aos parceiros contumazes – com especial destaque ao SESI, na figura do Professor Eloir Simm e de muitos outros colaboradores, obrigado pelo apoio e pela confiança depositada. Vamos fazer, novamente, um grande evento, contemplando o tema *interdisciplinaridade na promoção de estilos de vida saudáveis*. Neste ano, teremos sessões especiais co-patrocinadas por entidades como a ABQV – Associação Brasileira de Qualidade de Vida, o Ministério da Saúde, o ILSI-Brasil, além do SESI.

Há que se destacar o movimento pela criação da *Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde*, que deverá assumir a responsabilidade de realizar as futuras edições desse Congresso, passando a ser, também a entidade responsável pela Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde – parceria que só foi possível pelo altruísmo do Editor atual da Revista, nosso Colega Abdallah Achour Júnior. Não deixem de participar do lançamento da SBAFS e de se filiarem, como membros fundadores, dessa entidade necessária para nossa representação acadêmica, e que já nasce com jeito de adolescente – uma sociedade científica, com um congresso consolidado e um periódico científico com mais de uma década de existência. Temos tudo para crescer de forma sólida e rápida no cenário nacional e internacional.

Reitero as boas vindas à Florianópolis. Que esta viagem possa congregiar ciência e lazer; ensino e aprendizagem; contemplação e convivência, tornando-nos mais conhecedores dos temas aqui discutidos e mais humanos pelo relacionamento fraterno que certamente vai imperar nesses três dias do 6º Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde!

Markus Vinicius Nahas

Presidente da Comissão Organizadora

Comissão Organizadora

PRESIDENTE DO CONGRESSO

Markus Vinicius Nahas

COMISSÃO DE HONRA

Lúcio José Botelho (Reitor da UFSC)

Osni Jacó da Silva (Diretor do CDS/UFSC)

Eloir Simm (Gerente-Executivo da Unidade de Cultura, Esporte e Lazer/SESI/DN)

COMISSÃO DE SECRETARIA, INFORMÁTICA E AVALIAÇÃO

Elusa Santana A. de Oliveira

Fabiana Maluf Rabacow

Fabiola da Silva Aguiar

Joaquim Felipe de Jesus

José Cazuza Farias Júnior

Lisandra Maria Konrad

Mariana Gonçalves de Azevedo

Ricardo Amboni

Valbério Candido Araújo

COMISSÃO DE TRANSPORTE, HOSPEDAGEM E ALIMENTAÇÃO

Adair da Silva Lopes

José Cazuza de Farias Júnior

Juarez Vieira do Nascimento

Gelcemar Oliveira Farias

Alexandra Folle

COMISSÃO CIENTÍFICA

Adair da Silva Lopes

Aline Rodrigues Barbosa

Édio Luiz Petroski

Elusa Santana Antunes de Oliveira

Gelcemar Oliveira Farias

Herton Xavier Corseuil

Joris Pazin

José Cazuza de Farias Júnior

Juarez Vieira do Nascimento

Lisiane Schilling Poeta

Luiz Guilherme Antonacci Guglielmo

Marcelo Romanzini

Márcia Silveira Kroeff

Maria Alice Altenburg Assis

Maria Fermínia Lutchemberg De Bem

Maria de Fátima da Silva Duarte

Rosane Carla Rosendo da Silva

Ricardo Rezer

Saray Giovana dos Santos

Sidney Ferreira Farias

Tânia Rosane Bertoldo Benedetti

Palestrantes Convidados

Alberto Ogata - ABQV

Alex Florindo - USP

Aline Rodrigues Barbosa - UFSC

Cláudia Stela de Araújo Medeiros - Conselho Federal de Nutrição

Dartagnan Pinto Guedes – UEL

Deborah Carvalho Malta - Ministério da Saúde

Eloir Simm – SESI

Fernando Siqueira – UFPel / RS

Francisco Gondin Pitanga – UFBA

Geórgia Antony - SESI/DN

Harold W. Kohl, III – University of Texas School of Public Health/EUA

I-Min Lee - Harvard School of Public Health/EUA

Jorge Mota – FADE / Portugal

Jorge Steinhilber - Conselho Federal de Educação Física

Luiz Guilherme A. Guglielmo - UFSC

Marcus de Almeida Gomes - UNEB

Marco Aurélio Peres – UFSC

Markus V. Nahas – UFSC

Mauro Fisberg – UNIFESP

Mauro V. G. Barros – UPE

Mirian Vasquez – UNEB

Osni Jacó da Silva - UFSC

Pedro Curi Hallal - UFPEL

Ricardo De Marchi - CPH

Rodrigo Siqueira Reis – PUC / PR

Rosane Carla Rosendo da Silva – UFSC

Rosely Sichieri - UERJ

Teresa Maria Passarella – DEGES / Ministério da Saúde

Timóteo Leandro de Araújo - CELAFISCS

Programa Oficial

DIA 15/11/2007 – QUINTA-FEIRA

08h00	Entrega de credenciais e material
09h00 – 12h00	Cursos Pré-evento (Vagas: 75 em cada curso) a) Título: Análise de Dados em Atividade Física e Saúde Ministrantes: Mauro Virgílio Gomes de Barros – UPE Alex Florindo - USP Coordenador: José Cazuzu de Farias Júnior - UFPB b) Título: Avaliação e Prescrição de Exercícios para Grupos Especiais Ministrantes: Francisco Gondin Pitanga – UFBA Osni Jacó da Silva - UFSC Coordenadora: Lisandra Konrad - UFSC c) Título: Como Planejar e Avaliar Programas de Promoção de Estilos de Vida Saudáveis Ministrantes: Timóteo Leandro de Araújo - CELAFISCS Fernando Siqueira – UFPel / RS Coordenador: Mathias Roberto Loch d) Título: Fisiologia do Exercício & Saúde Ministrantes: Rosane Carla Rosendo da Silva – UFSC Luiz Guilherme A. Guglielmo - UFSC Coordenador: Marcius de Almeida Gomes - UNEB e) Título: Nutrição e Estilo de Vida Saudável Ministrantes: Mirian Vasquez – UNEB Aline Rodrigues Barbosa - UFSC Coordenadora: Taís Gaudêncio - UFSC
12h30 – 13h30	Intervalo para almoço
13h30 – 14h30	Sessão (1) de Temas Livres e Pôsteres 1
14h30 – 15h00	Intervalo (visitação aos stands e pôsteres)
15h00 – 17h30	Simpósio Satélite (A) – Promotor: SESI (Serviço Social da Indústria) TEMA: Programas de Promoção da Saúde na Empresa Palestrante 1: Mauro Virgílio Gomes de Barros - UPE Palestrante 2: Eloir Simm – SESI Palestrante 3: Ricardo De Marchi - CPH Simpósio Satélite (B) – Promotor: ILSI (International Life Sciences Institute) TEMA: Estilos de Vida Saudáveis para a Prevenção da Obesidade Palestrante 1: Mauro Fisberg – UNIFESP Palestrante 2: Markus V. Nahas – Projeto <i>Saúde na Boa</i> Palestrantes 3 e 4: Trabalhos premiados ILSI – Brasil 2007
19h30 – 20h00	Solenidade de Abertura
20h00 – 21h00	Conferência de Abertura (1) – Auditório Garapuvu Tema: Interdisciplinaridade na Promoção de Estilos de Vida Saudáveis Palestrante: I-Min Lee - Harvard School of Public Health Coordenador: Markus V. Nahas - UFSC
21h00 – 22h30	Coquetel de boas-vindas

DIA 16/11/2007 – SEXTA FEIRA

08h30 - 09h30	Sessão (2) de Temas Livres e Pôsteres 2
09h30 - 10h00	Intervalo (visitação aos stands e pôsteres)
10h00 - 10h50	Conferência (2) – Auditório Garapuvu Tema: Desenvolvimento de recomendações para a prática de atividades físicas nos EUA Palestrante: Harold W. Kohl, III – University of Texas School of Public Health/EUA Coordenadora: Maria de Fátima da Silva Duarte - UFSC
11h00 - 12h30	Mesa Redonda (1) – Salas Goiabeira/Laranjeira Tema: Interdisciplinaridade em saúde: questões conceituais e estratégias de ação efetivas Palestrante: Rosely Sichieri - UERJ Moderador: Adair da Silva Lopes - UFSC Mesa Redonda (2) – Auditório Garapuvu Tema: Formação em Saúde para atuação em equipes multi-profissionais Palestrantes: Teresa Maria Passarella – DEGES / Ministério da Saúde Alex Florindo - USP Moderador: Juarez Vieira do Nascimento – UFSC
12h30 - 13h30	Intervalo para almoço
13h30 - 14h30	Sessão (3) de Temas Livres e Pôsteres 3
14h30 - 15h00	Intervalo (visitação aos stands e pôsteres)
15h00 - 17h30	Simpósio Satélite (C) – Promotor: Ministério da Saúde – Auditório Garapuvu TEMA: Intervenções em atividade física: as experiências norte-americana e brasileira Palestrante 1: Harold W. Kohl, III – University of Texas School of Public Health/EUA <i>Community Guide</i> americano e projeto GUIA Palestrante 2: Deborah Carvalho Malta - Ministério da Saúde Iniciativas do ministério da saúde Palestrante 3: Pedro Curi Hallal - UFPEL Avaliação dos programas Academia da Cidade (Recife, PE) e CuritibaAtiva (Curitiba, PR) Simpósio Satélite (D) – Promotor: ABQV (Associação Brasileira de QV) – Salas Goiabeira/ Laranjeira TEMA: Interdisciplinaridade na promoção da qualidade de vida: Cenário atual e desafios Palestrante 1: Alberto Ogata - ABQV Palestrante 2: Jorge Steinhilber - Conselho Federal de Educação Física Palestrante 3: Cláudia Stela de Araújo Medeiros - Conselho Federal de Nutrição Palestrante 4: Geórgia Antony - SESI/DN
17h45 – 18h30	Colóquio com Especialista Internacional (Auditório Garapuvu): I-Min Lee - Harvard School of Public Health/EUA Coordenador: Markus V. Nahas - UFSC
20h00	Jantar por adesão Lançamento da Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde

DIA 17/11/2005 – SÁBADO

08h30 - 09h30	Sessão (4) de Temas Livres e Pôsteres 4
09h30 - 10h00	Intervalo (visitação aos stands e pôsteres)
10h00 - 10h50	Conferência (3) – Auditório Garapuvu Tema: Educação e Saúde – O Contributo da Educação Física Palestrante: Jorge Mota – FADE / Portugal Coordenador: Sidney Ferreira Farias - UFSC
11h00 - 12h30	Mesa Redonda (3) – Salas Goiabeira/Laranjeira Tema: Atividade física e promoção da saúde: diversas abordagens Palestrantes: Dartagnan Pinto Guedes – UEL Rodrigo Siqueira Reis – PUC / PR Moderador: Francisco Pitanga - UFBA Mesa Redonda (4) – Auditório Garapuvu Tema: Epidemiologia da atividade física e saúde pública Palestrantes: Marco Aurélio Peres – UFSC Pedro C. Hallal - UFPEL Moderador: Mauro Virgílio Gomes de Barros
12h30 - 13h30	Intervalo para almoço
13h30 - 14h30	Sessão (5) de Temas Livres e Pôsteres 5
14h30 - 15h00	Intervalo (visitação aos stands e pôsteres)
15h00 - 16h40	Relatos de Experiências Grupo 1 – Empresa – Coordenador: Elusa S. de Oliveira - UFSC – Sala Goiabeira Grupo 2 – Escola – Coordenador: José Cazuza de Farias Júnior - UFPB – Sala Laranjeira Grupo 3 – Comunidade – Coordenador: Sílvio Aparecido Fonseca – Sala Pitangueira Grupo 4 – Grupos Especiais – Coordenador: Alexandre Carriconde Marques - UFPEL – Sala Aroeira
16h50 – 17h30	Fala do Presidente eleito da Sociedade Brasileira de AF e Saúde Solenidade de Encerramento

Programa Detalhado dos Temas Livres e Pôsteres

15 DE NOVEMBRO – TARDE

TEMAS LIVRES

Sala Goiabeira – Área Temática Temática 3: Estilo de Vida e Qualidade de Vida

Coordenadores: Mathias Roberto Loch e Elusa Santana Antunes de Oliveira

- 13:30 – 13:45 INCENTIVO DOS PAIS PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE CRIANÇAS E ADOLESCENTES: ESTUDO DE BASE POPULACIONAL
INÁCIO CROCHEMORE MOHNSAM DA SILVA, Pedro Curi Hallal, Mario Renato Azevedo
- 13:45 – 14:00 AUTOPERCEÇÃO DE SAÚDE E SUA RELAÇÃO COM O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADULTOS: ESTUDO DE BASE POPULACIONAL
MICHELI OTT PIRES, Micheli Ott Pires, Mario Renato Azevedo, Pedro Curi Hallal
- 14:00 – 14:15 INATIVIDADE FÍSICA NO LAZER NA POPULAÇÃO ADULTA DE FLORIANÓPOLIS ENTREVISTADA POR TELEFONE: PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS
TAÍS GAUDENCIO MARTINS, Maria Alice Altenburg Assis, Markus Nahas
- 14:15 – 14:30 MOTIVOS PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS NO LAZER EM ADULTOS: UM ESTUDO DE BASE POPULACIONAL
ALAN GOULARTE KNUTH, Suelle Silva, Mario Renato Azevedo, Pedro Curi Hallal

Sala Laranjeira – Área Temática 8: Atividade Física e Envelhecimento

Coordenadores: Sheila Tribess e Joris Pazin

- 13:30 – 13:45 RELAÇÃO DO NÍVEL HABITUAL DE ATIVIDADE FÍSICA NAS AVDS EM IDOSOS
MARINEI LOPES PEDRALLI, Walter Nisa-Castro-Neto, Zélia Natalia Coletti Ohlweile
- 13:45 – 14:00 TEMPO DESPENDIDO ENTRE OS DOMÍNIOS DA ATIVIDADE FÍSICA EM MULHERES IDOSAS DE JEQUIÉ/BA
SHELLA TRIBESS, Jair Sindra Virtuoso Júnior, Edio Luiz Petroski
- 14:00 – 14:15 CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS HIPERTENSOS E NORMOTENSOS: ANÁLISE DAS ATIVIDADES DE VIDA DIÁRIA – AVD'S
ANDRÉ LUIS MÜLLER DA SILVA, Andréa Krüger Gonçalves, Osvaldo Donizete Siqueira
- 14:15 – 14:30 NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA, CAPACIDADE FUNCIONAL E QUALIDADE DE SONO DE IDOSAS
GRASIELY FACCIN BORGES, Sidney Ferreira Farias

Sala Pitangueira – Área Temática 1: Medidas da Atividade Física e da Aptidão Física

Coordenadores: Marcelo Romanzini e Saray Giovanna dos Santos

- 13:30 – 13:45 SOLUCIONANDO PROBLEMAS DE CARGA NO CICLISMO INDOOR: VALIDAÇÃO DE UM NOVO CICLOERGÔMETRO
RENATO ANDRÉ SOUSA DA SILVA, Maria Fátima Glaner

- 13:45 – 14:00 **MÉTODO ELETROQUÍMICO PARA DETERMINAÇÃO DA CAPACIDADE ANTIOXIDANTE E AVALIAÇÃO DO EXERCÍCIO FÍSICO**
MADLA ADAMI DOS PASSOS, Armindo Antônio Alves, Lázaro Alessandro Nunes, Lauro Tatsuo Kubota, Denise Vaz de Macedo
- 14:00 – 14:15 **CORRELAÇÃO ENTRE A FORÇA MUSCULAR VENTILATÓRIA E A FORÇA EM MEMBROS SUPERIORES EM PRATICANTES DE BASQUETEBOL SOBRE RODAS**
MARCELO LUIZ OLIVEIRA WEBER, Carolina Bahia, Marcelo Zager, Bryanne Figueiredo, Mariana Oliveira Wiest
- 14:15 – 14:30 **O EFEITO DO TREINAMENTO FÍSICO SOBRE OS NÍVEIS DE HEMOGLOBINA EM ATLETAS DE FUTEBOL PROFISIONAL**
CLEBER DE MEDEIROS, André Scotti Ossemer, Joni Marcio de Farias, Victor Julierme Santos da Conceição.

Sala Aroeira – Área Temática 11: Estudos de Produção Científica em Atividade Física e Saúde

Coordenadores: Márcia Silveira Kroeff e Carmem Cristina Beck

- 13:30 – 13:45 **ATIVIDADE FÍSICA DE LAZER NA GESTAÇÃO E PREMATURIDADE**
MARLOS RODRIGUES DOMINGUES, Aluísio JD Barros, Alicia Matijasevich - Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia – Universidade Federal de Pelotas (UFPe) – Pelotas/RS
- 13:45 – 14:00 **ASSOCIAÇÃO ENTRE ASSISTIR À TELEVISÃO, CONSUMO ALIMENTAR E OBESIDADE EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES**
CAMILA ELIZANDRA ROSSI, Denise Ovenhausen Albernaz, Francisco de Assis Guedes de Vasconcelos, Patrícia Faria Di Pietro, Maria Alice Altenburg de Assis
- 14:00 – 14:15 **GRUPOS QUE PESQUISAM A ATIVIDADE FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE NO BRASIL: QUANTOS SÃO E ONDE ESTÃO?**
SILVIO APARECIDO FONSECA, Lisandra Maria Konrad, Markus Vinicius Nahas
- 14:15 – 14:30 **EVOLUÇÃO DA PESQUISA EPIDEMIOLÓGICA EM ATIVIDADE FÍSICA NO BRASIL**
CLÁUDIA DOS PASSOS HARTWIG, Pedro Curi Hallal, Mario Renato Azevedo

Sala Petúnia – Área Temática 10: Cineantropometria, Desempenho Humano e Fisiologia do Exercício

Coordenadores: Adair da Silva Lopes e Herton Xavier Corseuil

- 13:30 – 13:45 **CRESCIMENTO FÍSICO E COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ESCOLARES DE DIFERENTES GRUPOS ÉTNICOS NO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL**
ILCA MARIA SALDANHA DINIZ, Adair da Silva Lopes, Adriano Ferreti Borgatto, Tiago Cippolat Antonini
- 13:45 – 14:00 **AVALIAÇÃO DAS CLASSIFICAÇÕES DE COLE ET AL E DE CONDE E MONTEIRO PARA EXCESSO DE PESO EM CRIANÇAS BRASILEIRAS**
TERESA MARIA BIANCHINI DE QUADROS, Rosane Carla Rosendo da Silva, Cândido Simões Pires Neto, Alex Pinheiro Gordia, Wagner de Campos
- 14:00 – 14:15 **ASSOCIAÇÃO ENTRE PESO AO NASCER E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM ADOLESCENTES**
CARMEM CRISTINA BECK, Maria Angélica Binotto, Adair da Silva Lopes
- 14:15 – 14:30 **VALIDADE DE DIFERENTES CRITÉRIOS DE CLASSIFICAÇÃO DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM ADOLESCENTES**
JOSÉ CAZUZA DE FARIAS JÚNIOR, Lisandra Maria Konrad, Fabiana Maluf Rabacow, Susane Graup, Valbério Candido de Araújo

PÔSTERES 1 (13:30-18:00)**Área Temática 1: Medidas da Atividade Física e da Aptidão Física**

Coordenadores: Valério Cândido de Araújo e Patrícia Bernardino Guimarães

1. **METODOLOGIA SIMPLIFICADA DA DETERMINAÇÃO DO CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO DAS MULHERES IDOSAS**
EDUARDO KALININE, Ângela Cristina Marschall, Galina Kalinina, Iouri Kalinine
2. **INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DO JUDÔ NA FLEXIBILIDADE DE CRIANÇAS, ADOLESCENTES E ADULTOS**
VANESSA ROCHA MATHIAS, Luiz Henrique da Silva
3. **AVALIAÇÃO DO VO2MÁX ATRAVÉS DA TÉCNICA GRÁFICA**
KELSER DE SOUZA KOCK, Gláucia Silvano Rocha, André Nunes, Luana de Souza Isidoro, Tassiane Salvan Marques
4. **ERRO TÉCNICO DE MEDIÇÃO ANTROPOMÉTRICA INTER-AVALIADORES EM ESTUDO EPIDEMIOLÓGICO REALIZADO NA CIDADE DE LAURO DE FREITAS- BAHIA**
MARCELA MOTA FREITAS, Luiz Alberto Bastos Almeida, Francisco José Gondim Pitanga
5. **A RELAÇÃO ENTRE OS NÍVEIS DE AMPLITUDE DE MOVIMENTO E GÊNERO EM CAPOEIRISTAS DE RIO BRANCO, ACRE**
FRANCISCO GOMES QUEIROZ, Albená Nunes da Silva, Leandro Ribeiro Palhares
6. **RELAÇÃO ENTRE DESEMPENHO MOTOR E CLASSIFICAÇÃO DE TITULARES E RESERVAS DE JOVENS HANDEBOLISTAS**
DALMO ROBERTO LOPES MACHADO, Ana Cristina Pereira de Oliveira, Leonardo Trevizan Costa, Robson Chacon Castoldi
7. **PERCENTUAL DE GORDURA CORPORAL OBTIDO POR MEIO DE DOBRAS CUTÂNEAS REALIZADAS EM DIFERENTES LADOS DO CORPO**
RAPHAEL MAFRA, Gustavo Fernandes, Claudia Dias, Ricardo Mayolino
8. **COMPOSIÇÃO E IMAGEM CORPORAL DE MENINAS MATURADAS ATLETAS E NÃO-ATLETAS**
ALEXANDRA FOLLE, Dayane Zambenedetti Tedesco, Juliana de Oliveira, Maria Elizete Pozzobon, Denison Sartori
9. **CRESCIMENTO FÍSICO DE ESCOLARES DE 7 A 10 ANOS**
MARIA ELIZETE POZZOBON, Denison Sartori, Dayane Zambenedetti Tedesco, Alexandra Folle
10. **INCIDÊNCIA DO ATAQUE NO VOLEIBOL INFANTO-JUVENIL FEMININO**
FABIO LUIZ GOUVEA, Marcelo Belem Silveira Lopes
11. **HÁBITOS RELACIONADOS À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS REGULARES DE INDIVÍDUOS FREQUENTADORES DE PARQUES PÚBLICOS DO MUNICÍPIO DE LONDRINA**
TÚLIO RANGEL DE CAMARGO PACHECO, Mário Carlos Welin Balvedi, Liane Sardi, Roberta Lidiane de Oliveira Esteves, Abdallah Achour Júnior
12. **PREVALÊNCIA DE PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE ESTUDANTES DE CURSOS NA ÁREA DA SAÚDE**
BIANCA GUIDINI SANTAGUITA, Carolina Ventura Rodrigues Fernandes, Mateus Baptista do Nascimento, Márcia Greguol Gorgatti
13. **INDICADORES DE PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS REGULARES POR ESTUDANTES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA CIDADE DE SÃO PAULO**
MATEUS BAPTISTA DO NASCIMENTO, Carolina Ventura Rodrigues Fernandes, Bianca Guidini Santaguita, Márcia Greguol Gorgatti
14. **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NO TRABALHO, LAZER, DESLOCAMENTO E SERVIÇOS DOMÉSTICOS EM ADULTOS DE PELOTAS, RS**
THIAGO TERRA BORGES, Airton José Rombaldi, Pedro Curi Hallal
15. **EFEITO DE DOIS PROGRAMAS DE EXERCÍCIO FÍSICO SOBRE A COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ADULTOS DO SEXO MASCULINO**
FABRICIO CESAR DE PAULA RAVAGNANI, Christianne F Coelho, Cassio VA Correa, Maria C Sassioto, Ídico L. Pellegrinotti
16. **SEDENTARISMO NO LAZER E FATORES ASSOCIADOS EM ADULTOS: ESTUDO TRANSVERSAL DE BASE POPULACIONAL**
LUIS FERNANDO GUERREIRO, Pedro Curi Hallal, Mario Renato Azevedo, Anderson Leandro Peres Campos, Ludmila Correa Muniz

17. NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS

ADRIANA COUTINHO DE AZEVEDO GUIMARÃES, Sabrina Fernandes, Joseani Paulini Neves Simas, Zenite Machado, Amanda Soares

18. EFEITOS DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO DE FORÇA E GINÁSTICA RECREATIVA NOS ÍNDICES DE FLEXIBILIDADE E FORÇA DE MEMBROS EM IDOSOS

ANDERSON LEANDRO PERES CAMPOS, Rita da Silva Branco, Marcelo Cozzensa da Silva, Airton Jose Rombaldi, Luís Fernando Guerreiro

19. COMPOSIÇÃO CORPORAL E DESEMPENHO MOTOR DE ESCOLARES DE 9 E 10 ANOS DE IDADE DO MUNICÍPIO DE ARROIO DO MEIO – RS – BRASIL

GUILHERME MARDER, Clairton Wachholz, Luis Antônio Crescente, Rodrigo Baptista, Osvaldo Donizete Siqueira

20. NÍVEL DE FLEXIBILIDADE EM MENINOS PRATICANTES DE FUTSAL COM IDADES ENTRE 7 E 14 ANOS

EVERTON PILESKI PEREIRA, Jaisson Ricardo Bona, Edson Luis Machado de Arruda, Francisco José Fornari Souza, Gean Coelho Telles

21. VALIDADE DE EQUAÇÕES PREDITIVAS PARA A ESTIMATIVA DE 1RM NO EXERCÍCIO ROSCA DIRETA

MATHEUS AMARANTE DO NASCIMENTO, Renata Selvatici Borges Januário, Aline Mendes Gerage, Edilson Serpeloni Cyrino, Arli Ramos de Oliveira

22. APTIDÃO FÍSICA RELACIONADO À SAÚDE EM CRIANÇAS DE 7 A 10 ANOS DE UMA ESCOLA PÚBLICA DE CAMPO GRANDE-MS

RAFAEL DE WERK, Alberto Zeola Vieira, Dandara Boiarenco Amorim, Paulo Ricardo Martins Nuñez, Junior Vagner Pereira da Silva

23. APTIDÃO AERÓBIA DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC, BRASIL

CLAUDIA LEAL FREITAS, Maíra Carline Schu, Karoliny Debiasi Ghedin, João Marcos Ferreira de Lima Silva, Edio Luiz Petroski

24. COMPARAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA E ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES DE ENSINO FUNDAMENTAL DE PELOTAS, RS

LEANDRO QUADRO CORRÊA, Rafaela Espírito Santo Rodrigues, Airton José Rombaldi, Pedro Curi Hallal

25. NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE FORMANDOS DA UFSM

DANIELA DRESSLER DAMBROS, Daniela Lopes dos Santos

26. INDICADORES DA APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE (AFRS) DE MULHERES ENTRE 30 E 39 ANOS DE IDADE

KAIMI PEREIRA COSTA, Cândido S. Pires-Neto

27. ASSOCIAÇÃO DO SEXO E DO NÍVEL DE APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE EM ADULTOS

CÉSAR DE ARAGÃO SILVA, Lisiane Schilling Poeta, Mayara Horner Brucznitski, Fernando Henrique Busnardo, Evelyn Hinds

28. APTIDÃO NEUROMUSCULAR DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC, BRASIL

MAÍRA CARLINE SCHU, Claudia Leal Freitas, Karoliny Debiasi Ghedin, João Marcos Ferreira de Lima Silva, Edio Luiz Petroski

29. CARACTERÍSTICAS DE DESEMPENHO MOTOR DE ESCOLARES

JULIANA DA SILVA, Cristiani de França, Fernando Richardi da Fonseca, Thais Silva Beltrame

30. COMPARAÇÃO DA CIRCUNFERÊNCIA DE BRAÇO RELAXADO ENTRE MENINOS E MENINAS PRÉ-PÚBERES

EDUARDO VIGNOTO FERNANDES, Marcos Corrêa Júnior, Danilo Polizel Castilho, Márcia Greguol Gorgatti, Arli Ramos de Oliveira

31. VALIDADE CONCORRENTE DE UM NOVO BANCO PARA MEDIR A FLEXIBILIDADE ATRAVÉS DO TESTE DE “SENTAR E ALCANÇAR”

GUSTAVO LOPES FERNANDES, Renato André Silva, Milena de Almeida Lopes, Cláudio José de Arruda, Maria Fátima Glaner

32. PERFIL DA FLEXIBILIDADE E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE ESCOLARES SURDOS PARTICIPANTES DO PROJETO BRILHANTE NO MUNICÍPIO DE PELOTAS-RS

LEONARDO NEGRI MUELLER, Katia Fonseca da Silva, Camila Fagundes Machado, Marcelo Zanusso Costa, Dione Moreira Nunes

33. NÍVEL DE GORDURA CORPORAL EM ALUNOS MASCULINOS DE ESCOLINHA DE FUTSAL

JAISSON RICARDO BONA, Everton Pileski Pereira, Edson Luis Machado de Arruda, Francisco José Fornari Souza, Gean Coelho Telles

34. FORÇA DE MEMBROS INFERIORES EM ACADÊMICOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM ESTUDO COMPARATIVO

LUCIMARA DA SILVA ROSA POSSA MANZOLI, Bruno Bitencourt da Silva, Clóvis Bernardoni Junior

35. **PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM MULHERES ATENDIDAS EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE, CAMPO MOURÃO – PR**
RUI GONÇALVES MARQUES ELIAS, Joel Oliveira de Souza, Yuliana Krisanoveski, Johnne Oliveira Coleraus, Vanessa Rocha Justino
36. **PERCENTUAL DE GORDURA E OUTROS INDICADORES DE RISCO A SAÚDE DO PÚBLICO ATENDIDO PELO COAFIS-NUPAF**
FERNANDO HENRIQUE BUSNARDO DA SILVA, Ricardo Amboni, Evelyn Hinds, César de Aragão Silva, Jóris Pazin
37. **OS EFEITOS DO TREINAMENTO DE CAPOEIRA, SOBRE A COMPOSIÇÃO CORPORAL E VARIÁVEIS DE APTIDÃO FÍSICA**
LUIZ ANGELO GRICIO JUNIOR, Naraiana Elis Custódio Serrano, Vanessa Gonçalves da Rocha, Aline Segatto, Ismael Forte Freitas Junior
38. **PERFIL DA FLEXIBILIDADE EM PRATICANTES DE NATAÇÃO DO CENTRO DE DESPORTOS DA UFSC**
RUBENS JOSÉ BABEL JUNIOR, Sabrina Silva da Rosa
39. **RELAÇÃO ENTRE ADIPOSIDADE CORPORAL E DESEMPENHO MOTOR EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES**
MARCELO VITOR DA COSTA, Regiane A. M. M. Zanatta, Luis Fernando L. Barboza, Rômulo Araújo Fernandes, Hélio Serassuelo Junior
40. **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS ACADÊMICOS DA FUNORTE**
IGOR RAINNEH DURAES CRUZ, Geraldo Magela Durães, Eduarda Coelho, Maria Dolores Monteiro, Amário Lessa Junior
41. **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS ACADÊMICOS DA FAVENORTE**
DEISIANY DA SILVA MIRANDA, Djalma Santos Souza, Eduarda Coelho, Amário Lessa Junior, Igor Rainneh Durães Cruz
42. **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO DE LAZER EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS**
MARCELO DE PAULA NAGEM, Igor Rainneh Duraes Cruz, Geraldo Magela Durães, Eduarda Coelho, Amário Lessa Junior
43. **VARIAÇÃO DE DESEMPENHO DE CORRIDA EM DIFERENTES FAIXAS DE VO2**
SIMONE APARECIDA PEREIRA MARQUES, Jorge Luiz dos Santos de Souza, Andréa Karla Breunig de Freitas, Sérgio Pereira Nunes, Luiz Osório Cruz Portela
44. **ANÁLISE DA APTIDÃO FÍSICA DOS ÁRBITROS DE FUTEBOL PROFISSIONAL DO ESTADO DO PIAUÍ**
AHÉCIO KLEBER ARAÚJO BRITO, Francisco Nilson dos Santos
45. **REPRODUTIBILIDADE DE UM INSTRUMENTO PARA AVALIAR A EFETIVIDADE DE UMA INTERVENÇÃO EDUCACIONAL DE CURTA DURAÇÃO SOBRE ATIVIDADE FÍSICA E HÁBITOS ALIMENTARES**
SUZIANE DE ALMEIDA PEREIRA MUNARO, Markus Vinicius Nahas, Hector Luiz Rodrigues Munaro
46. **COMPARAÇÃO DE DOIS MÉTODOS PARA A PREDIÇÃO DE GORDURA CORPORAL EM ADULTOS ATENDIDOS POR UM CENTRO DE ORIENTAÇÃO EM ATIVIDADE FÍSICA**
RICARDO AMBONI, Mayara Homer Brucznitski, Marcius de Almeida Gomes, Maria de Fátima da Silva Duarte
47. **APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE DE CRIANÇAS COM DESORDEM COORDENATIVA DESENVOLVIMENTAL (DCD)**
CRISTIANI DE FRANÇA, Thais Silva Beltrame
48. **AVALIAÇÃO DO TREINAMENTO NEURO MUSCULAR PROPRIOCEPTIVO EM ATLETAS DA SELEÇÃO DE FUTEBOL DO GRÊMIO FUTEBOL PORTO ALEGRENSE - CATEGORIA 1996**
MAGDA PATRÍCIA FURLANETTO, Rogério Pacheco de Sá
49. **PROBLEMATIZANDO A QUESTÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL E PERFIL MOTOR DE ESCOLARES DE 5 A 7 ANOS, DE UMA ESCOLA PÚBLICA DE MARECHAL CÂNDIDO RONDON/PR**
ALEXSSANDRO MORGENROTH, Eneida Maria Troller Conte, Elto Legnani, Ana Livia da Silva
50. **AVALIAÇÃO DO PERFIL ANTROPOMÉTRICO, DADOS DE SAÚDE, FLEXIBILIDADE E PREENSÃO MANUAL DE COLABORADORES DA EMPRESA MULTINACIONAL – WHIRLPOOL – PLANTA RIO CLARO – SP**
ANA CLÁUDIA GARCIA DE OLIVEIRA DUARTE, Antônio Eduardo Aquino junior, Marcela Sene-Florese, Ana Carolina Greco
51. **PERFIL DOS PARTICIPANTES DA ATIVIDADE DE CONDICIONAMENTO FÍSICO DURANTE INTERNAÇÃO PARA TRATAMENTO DA DEPENDÊNCIA QUÍMICA**
KATIA CRISTINE SCHMIDT, Maria Angélica Binotto, Sidney Ferreira Farias, Paulo Ricardo Rodrigues Bassi, Martina Kieling Sebold Barros Rolim
52. **PERCENTUAL DE GORDURA DE POLICIAIS MILITARES DO MUNICÍPIO DE PORTO VELHO – RO**
JULIANA NUNES DE OLIVEIRA, Juliana Nunes de Oliveira, Jônatas de França de Barros, Luis Gonzaga de Oliveira Gonçalves

53. ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL E O IMC DE PROFISSIONAIS DA ÁREA DO DIREITO

SARILA HALI KLOSTER, Sergio Roberto Adriano Prati

54. NÍVEL DE FLEXIBILIDADE EM MENINOS E MENINAS PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO COM IDADES ENTRE 10 E 15 ANOS

ANDERSON MELLO, Everton Pileski Pereira, Jaisson Ricardo Bona, Edson Luis Machado de Arruda, Francisco José Fomari Souza

55. RELAÇÃO ENTRE CIRCUNFERÊNCIA DE CINTURA E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM TRABALHADORES DE UMA INDÚSTRIA DO SETOR ALIMENTÍCIO

CARLOS RENATO DA SILVA, Raildo da Silva Coqueiro, Aline Rodrigues Barbosa

56. FLEXIBILIDADE DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC

KAROLINY DEBIASI GHEDIN, Maruí Weber Corseuil, João Marcos Ferreira de Lima Silva, Andreia Pelegrini, Edio Luiz Petroski

57. FORÇA DE PREENSÃO MANUAL DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC

JOÃO MARCOS FERREIRA DE LIMA SILVA, Andreia Pelegrini, André da Silva Nascimento, Maruí Weber Corseuil, Edio Luiz Petroski

58. CONDICIONAMENTO CARDIORRESPIRATÓRIO DE ESCOLARES DE ESCOLAS PÚBLICAS E PRIVADAS DE CASCAVEL-PR

KARINA ELAINE DE SOUZA SILVA, Andreia Pelegrini, Edilson Serpeloni Cyrino, Antonio de Azevedo Barros-Filho

59. APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE DE PRATICANTES DE TAI CHI CHUAN

CRISTIANE DE LIMA EIDAM, Maria Lisete Mazarakis Regis, Asela Schneider, Leticia de Miranda e Miranda

60. INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS E DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE SERVIDORES DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA-UFSC

ELUSA SANTINA ANTUNES DE OLIVEIRA, Fabiola da Silva Aguiar

61. REPRODUTIBILIDADE INTRA-AVALIADOR EM MEDIDAS DE TESTES MOTORES APLICADOS EM ESCOLARES

DÉBORA ALVES GUARIGLIA, Edilson Serpeloni Cyrino, Enio Ricardo Vaz Ronque

62. ANÁLISE DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESCOLARES EM FUNÇÃO DA SAZONALIDADE

LISANDRA MARIA KONRAD, Valbério Cândido Araújo, José Cazuza de Farias Júnior, Markus Vinicius Nahas

Área Temática 2: Ambiente e Promoção da Saúde

Coordenadores: Maria Angélica Binotto e Sidney Ferreira Farias

1. A ATIVIDADE FÍSICA COMO MÉTODO AUXILIAR NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO

MARIA CLARA MENEZES DE SANTANA

2. FATORES DE RISCO DE CORONARIOPATIA EM ADOLESCENTES

NALDIANE BORELLA, Naldiane Borella, Eneida Maria Troller Conte, Adair da Silva Lopes

3. A GINÁSTICA LABORAL E SEUS EFEITOS FÍSICO/MOTORES E EMOCIONAIS

SARA TERESINHA CORAZZA, Daniele Fernandes Cortes, Luana Callegaro Rossato

4. A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA CIDADE UNIVERSITÁRIA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO DO SUL

CAROLINE SILVA DE OLIVEIRA, Claudia Aparecida Stefane, Fernanda Karolline de Oliveira Guimarães, Jarina Gomes Gabilan, Leonardo Liziero

5. ANÁLISE DOS ÍNDICES DE DESISTÊNCIA EM PROGRAMAS DE GINÁSTICA LABORAL EM 14 REGIÕES DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL

THIAGO ROZALES RAMIS, Shana Ginar da Silva, Volmar Tosi Feijó, Marcelo Cozzensa da Silva, Airtton José Rombaldi

6. NATAÇÃO NA ESCOLA - SAÚDE E EDUCAÇÃO

PATRICIA ESTHER FENDRICH MAGRI, Amanda Cristina Generoso, Caroline Maria de oliveira, Vanessa Cristine Kohler

7. PREVALÊNCIA DE ATIVIDADE FÍSICA RECOMENDADA DE ACORDO COM A PARTICIPAÇÃO EM AMBIENTES COMUNITÁRIOS DE LAZER

CLEONIR CALDEIRA JÚNIOR, Adriano Akira Ferreira Hino, Rogério César Fermino, Ciro Romélio Rodriguez Añez, Rodrigo Siqueira Reis

8. **ÍNDICE DE DOR MUSCULAR EM PRATICANTES DE GINÁSTICA LABORAL**
ITANA LISANE SPINATO, Selma Regina.S.Barbosa, Andrea Costa, Frederico Lemos Araújo, Luciana Zaranza Monteiro
9. **ESTRESSE OCUPACIONAL EM FUNCIONÁRIOS PRATICANTES DE GINÁSTICA LABORAL**
SELMA REGINA S. BARBOSA, Andreia Costa, Frederico Lemos Araújo, Itana Lisane Spinato, Luciana Zaranza Monteiro
10. **INFLUÊNCIA DO NÍVEL SOCIOECONÔMICO NA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM PARQUES ENTRE ADOLESCENTES**
ANA CARINA NALDINO CASSOU, Adriano Akira Ferreira Hino, Mariana Silva Santos, Rodrigo Siqueira Reis, , Ciro Romélio Rodríguez Añez
11. **PREVALÊNCIA DA PERCEPÇÃO DE DOR EM FUNCIONÁRIOS DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE LONDRINA**
IGOR AUGUSTO BRAZ, José Claudio Jambassi Filho, Giorgio Cunha Meletti, Leandro de Mattos Coelho, Evanil Antonio Guarido
12. **GRUPO CICLOBRASIL/PEDALA FLORIPA: ESTUDOS, EVIDÊNCIAS E AÇÕES SOBRE MOBILIDADE SUSTENTÁVEL EM FLORIANÓPOLIS**
GISELLE NOCETI AMMON XAVIER, Jeferson Coutinho de Sousa, Roberta Raquel, Milton Carlos Della Giustina, André Geraldo Soares
13. **ANÁLISE DE EXCESSO DE PESO E OBESIDADE EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES FREQUENTADORES DE BARRA DO SUL-SC**
PRISCILLA BERTOLDO SANTOS, Carlos André Paes, Karini Borges dos Santos, Sabrina Ribeiro Jorge, Julimar Luiz Pereira
14. **OS CONHECIMENTOS ACERCA DE ATIVIDADE FÍSICA, SAÚDE E AMBIENTE DOS TRABALHADORES DAS EQUIPES DO PROGRAMA DE SAÚDE DA FAMÍLIA**
ELISABETE BONGALHARDO ACOSTA, Marta Regina Cézár Vaz
15. **MOTIVOS DE ADERÊNCIA A PRÁTICA DA NATAÇÃO**
CAROLINE MARIA DE OLIVEIRA, Patricia Esther Fendrich Magri, Fernanda Cruzetta
16. **VERIFICAÇÃO DA OCORRÊNCIA DE ACIDENTES E PREPARAÇÃO PARA O ATENDIMENTO DE URGÊNCIA DURANTE A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ORIENTADA POR ACADÊMICOS DO CENTRO DE DESPORTOS - UFSC**
MATHEUS EMMANUEL VAN TOL AMARAL GUERRA, Maria Fermínia Luchtemberg De Bem, Elusa Santana Antunes de Oliveira, Elio Carlos Petroski

Área Temática 11: Estudos de Produção Científica em Atividade Física e Saúde

Coordenadores: Lucélia Justino Borges e Alexandra Folle

1. **DISTRIBUIÇÃO DOS MOTIVOS DE SEDENTARISMO E ETILISMO ENTRE UNIVERSITÁRIOS PAULISTAS, SEGUNDO GÊNERO**
LUIZ CARLOS DE BARROS RAMALHO, Marcelo Conte, Aguinaldo Gonçalves
2. **INCIDÊNCIA DE LESÕES EM JOVENS VELEJADORES BRASILEIROS PARTICIPANTES DA COPA DA JUVENTUDE DE VELA**
FÁBIO SPRADA DE MENEZES, Gustavo Ricardo Schutz, Alessandro Haupenthal, Caroline Ruschel, Suzana Matheus Pereira
3. **TEORIA ECOLÓGICA: ANÁLISE DE PERIÓDICOS NA PSICOLOGIA DO DESENVOLVIMENTO**
MARISE BOTTI
4. **AVALIAÇÃO DA FLEXIBILIDADE EM INDIVÍDUOS NÃO PRATICANTES DE PILATES - ANTES E APÓS UMA SESSÃO DO MÉTODO**
TIAGO PAIVA MENANDRO GARCIA DE FREITAS, Micheline Henrique Araújo da Luz Koerich, Andreza Garrett da Silva
5. **PROGRAMA DE EDUCAÇÃO TUTORIAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA: INDISSOCIABILIDADE ENTRE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO DIRECIONADA PARA A ATIVIDADE FÍSICA**
JARINA GOMES GABILAN, Caroline Silva de Oliveira, Cláudia Aparecida Stefane, Leonardo Liziero, Fernanda Karolline de Oliveira Guimarães
6. **INCIDENCIA DE LESÕES NOS JOGOS DA UNIVERSIDADE DO ESTADO DE SANTA CATARINA – JIUDESC – 2006**
MARCOS PRADO BARBOSA, Bruno Seara Polidoro, Manuela Karloh, Paulo Roberto Cerutti, Fábio Sprada de Menezes
7. **UM OLHAR EPISTEMOLÓGICO SOBRE A PRODUÇÃO CIENTÍFICA DO MESTRADO DE EDUCAÇÃO FÍSICA/UFSC/2006**
JULIO CESAR SCHMITT ROCHA, Ricardo Lucas Pacheco, Angela Maria Benedet, Marli Teresinha da Silva, Antônio Pereira Fialho
8. **AFERIÇÃO DE ATIVIDADE FÍSICA EM CRIANÇAS DE 7 A 10 ANOS – AVALIAÇÃO DE QUESTIONÁRIOS**
FERNANDA CRUCIANI, Nathalia Antiqueira Assunção, Denise Pimentel Bergamaschi

9. **LESÕES OSTEOMIOARTICULARES E A ESCALA VISUAL ANALÓGICA DA DOR EM ATLETAS DAS DIFERENTES MODALIDADES DESPORTIVAS ATENDIDAS PELA CLÍNICA DE FISIOTERAPIA DA FACULDADE ESTÁCIO DE SÁ DE SANTA CATARINA**
EDUARDO ROBERTO VICTORINO DE MOURA, Giuliano Mannrich, Érica Mota de Oliveira, Fábio Sprada de Menezes
10. **LEVANTAMENTO BIBLIOGRÁFICO CRITERIOSO PARA REVISÃO SISTEMÁTICA DE QUESTIONÁRIOS DE AVALIAÇÃO DE ATIVIDADE FÍSICA**
NATHALIA ANTIQUEIRA ASSUNÇÃO, Fernanda Cruciani, Denise Pimentel Bergamaschi
11. **PROCESSO DE INTEGRALIZAÇÃO E FORMAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**
JORGE DIAS LUZ, Sidney F. Farias, Fabia Rosa, Maria A. Frigo
12. **CONCEPÇÃO DA SOCIEDADE ACERCA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA E SUA IMPORTÂNCIA NO CONTEXTO SOCIAL**
LUCIANA PEREIRA MIRANDA, Karine Barbosa Queiroz Lessa, Igor Rainneh Durães Cruz, Amário Lessa Junior, Geraldo Magela Durães
13. **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ACADÊMICOS DO PRIMEIRO SEMESTRE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**
BEATRIZ DOS SANTOS CAVALCANTE, Camila Façanha Freitas, Luiz Vieira da Silva Neto, Evanice Avelino de Souza, Valter Cordeiro Barbosa
14. **COMPARAÇÃO ENTRE A SUPLEMENTAÇÃO DE CARBOIDRATO COMERCIAL E XAROPE DE GUARANÁ NA GLICEMIA DE ATLETAS**
CAROLINA AMÂNCIO LOULY CAMPOS, Paulo Fernando Araújo Souza
15. **EFICIÊNCIA DE DIFERENTES EXTRATOS PROTÉICOS PARA GANHO DE PESO EM RATOS SUBMETIDOS A UM TREINAMENTO FÍSICO**
LOUISE FARAH SALIBA, Murilo Reffo Filho
16. **ANÁLISE DA POSTURA ORTOSTÁTICA NA PATINAÇÃO ARTÍSTICA SOBRE RODAS: UM ESTUDO DE CASO**
KARINE DA CRUZ COUTO, Anneliese Schonhorst Rocha, Osvaldo Donizete Siqueira
17. **PICO DE VELOCIDADE OBTIDO NO TESTE PROGRESSIVO INTERMITENTE COM PAUSAS EM JOGADORES DE FUTSAL**
TIAGO CETOLIN, Daniel Vist, Juliano Fernandes da Silva, Luiz Guilherme Antonacci Guglielmo, Valdecir Foza
18. **EFEITOS DA FACILITAÇÃO NEUROMUSCULAR PROPRIOCEPTIVA (FNP) NA INDEPENDÊNCIA FUNCIONAL DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS NA CASA DE REPOUSO RENASCER DE SÃO JOSÉ**
ÉRICA MOTA DE OLIVEIRA, Rita de Cassia Clark Teodoroski, Eduardo Roberto Victorino de Moura
19. **ANÁLISE CINEMÁTICA DE MEMBROS INFERIORES NO EXERCÍCIO DE AGACHAMENTO EM TRÊS DIFERENTES NÍVEIS: COMPARAÇÃO ENTRE GÊNEROS**
BRUNO AGUILERA TOPPINI, Maíthe Cardoso de Araújo, Gustavo Leporace, Jomilto Praxedes, Luiz Alberto Batista
20. **TEMPO DE SUSTENTAÇÃO NO PICO DE VELOCIDADE EM ATLETAS DE FUTSAL FEMININO**
JULIANO FERNANDES DA SILVA, Francimara Budal Arins, Paulo César Nascimento, Luiz Guilherme Antonacci Guglielmo, Rosane Carla Rosendo da Silva

16 DE NOVEMBRO – MANHÃ

TEMAS LIVRES

Sala Goiabeira – Área Temática 3: Estilo de Vida e Qualidade de Vida

Coordenadores: Alexandre Carriconde Marques e Joie de Figueiredo Nunes

- 08:30 – 08:45 **PERFIL DO ESTILO DE VIDA DE DIABÉTICOS DA CIDADE DE DOIS VIZINHOS – PARANÁ**
JOIE DE FIGUEIREDO NUNES, Franciele Dalmagro Carlotto
- 08:45 – 09:00 **PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS A INATIVIDADE FÍSICA EM CATADORES DE MATERIAIS RECICLÁVEIS DE UMA CIDADE DO SUL DO BRASIL**
MARCELO COZZENSA DA SILVA, Anaclaudia Gastal Fassa, David Kriebel
- 09:00 – 09:15 **PERCEPÇÃO DE SAÚDE E AIVIDADES DE VIDA DIÁRIA DE PESSOAS COM SÍNDROME DE DOWN**
ALEXANDRE CARRICONDE MARQUES, Daniel Garlipp, Gabriel Bergmann, Thiago Lorenzi, Adroaldo Cesar Araujo Gaya
- 09:15 – 09:30 **ESTILO DE VIDA EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO**
RAFAELA PILEGI DADA, Sérgio Roberto Adriano Prati

Sala Laranjeira – Área Temática 8: Atividade Física e Envelhecimento

Coordenadores: Jair Sindra Virtuoso Junior e Giovana Zarpellon Mazo

- 08:30 – 08:45 **SEDENTARISMO EM IDOSOS RESIDENTES EM PELOTAS, RS: UM ESTUDO DE BASE POPULACIONAL**
MARIANA AFONSO OST, Mario Renato Azevedo, Pedro Curi Hallal
- 08:45 – 09:00 **AVALIAÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE IDOSOS INICIANTE EM UM PROGRAMA DE GINÁSTICA**
LUCÉLIA JUSTINO BORGES, Tânia R. Bertoldo Benedetti, Giovana Zaperllon Mazo
- 09:00 – 09:15 **PRINCIPAIS FATORES DE RISCO DE QUEDAS DE INDIVÍDUOS IDOSOS DA ZONA LESTE DE SÃO PAULO**
JORGE LUIZ DA SILVA, Rodrigo da Silva Castelli, Jhonas Pereira dos Reis, Renato de Moraes, Luis Mochizuki
- 09:15 – 09:30 **PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS À INDICADORES DE DESNUTRIÇÃO EM MULHERES IDOSAS RESIDENTES NO NORDESTE DO BRASIL**
JAIR SINDRA VIRTUOSO JÚNIOR, Ricardo Oliveira Guerra

Sala Pitangueira – Área Temática 1: Medidas da Atividade Física e da Aptidão Física

Coordenadores: Felipe Fossati Reichert e Paola Neiza Camacho Rojas

- 08:30 – 08:45 **AVALIAÇÃO DO DESEMPENHO MOTOR DOS ESCOLARES DE SANTA CATARINA**
WILLIANN BRAVIANO MARIA, Guilherme Eugênio van Keulen, Marcelo Gonçalves Duarte, Rafel Kanitz Braga, Paulo Vítor Bona Negri
- 08:45 – 09:00 **RISCOS DE SAÚDE EM ESCOLARES DO MUNICÍPIO DE PORTO VELHO**
LUIS GONZAGA DE OLIVEIRA GONÇALVES, Juliana Nunes De Oliveira, Jônatas De França Barros
- 09:00 – 09:15 **NÍVEIS DE FORÇA DOS MEMBROS SUPERIORES EM ESCOLARES DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC, BRASIL**
VALBÉRIO CANDIDO DE ARAÚJO, Andreia Pelegrini, Ricardo Amboni, Adair da Silva Lopes
- 09:15 – 09:30 **APTIDÃO FÍSICA DOS ÁRBITROS DA FEDERAÇÃO DE FUTEBOL DE MATO GROSSO DO SUL: AVALIAÇÃO PILOTO DA NOVA BATERIA DE TESTES FIFA 2007**
ANTONIO CARLOS MUSSI DA SILVA, Gabriela Morales, Fabrício C.P. Ravagnani, Brunno Elias Ferreira, Érika Alves Morel

Sala Aroeira – Área Temática 5: Nutrição e Obesidade

Coordenadores: Aline Rodrigues Barbosa e Daniele Biazzi Leal

08:30 – 08:45 FATORES ASSOCIADOS AO EXCESSO DE PESO NA POPULAÇÃO ADULTA DE FLORIANÓPOLIS ENTREVISTADA POR TELEFONE

HEIDE GAUCHE, Vanessa Campos, Maria Alice Altenburg de Assis

08:45 – 09:00 PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS AO SOBREPESO E A OBESIDADE EM ADOLESCENTES ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO DE PERNAMBUCO

RAFAEL MIRANDA TASSITANO, Maria Cecília Marinho Tenório, Mauro Virgílio Gomes de Barros

09:00 – 09:15 PREVALÊNCIA DE ADIPOSIDADE ABDOMINAL DEFINIDA PELA RELAÇÃO CINTURA-ALTURA: UM ESTUDO DE BASE POPULACIONAL EM ESCOLARES DE FLORIANÓPOLIS

RAQUEL KERPEL, Jucemar Benedet, Marilene Agra, Maria Alice Altenburg de Assis, Francisco de Assis Guedes de Vasconcelos

09:15 – 09:30 EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO SOBRE A INGESTÃO E PREFERÊNCIA ALIMENTAR E SOBRE A GORDURA VISCERAL EM RATAS WISTAR SOB ESTRESSE SOCIAL

SANDRA APARECIDA BENITE RIBEIRO, Júlia Santos Matzenbacher, Vilmar Antonio Ragagnin, José Alberto Ramos Duarte

Sala Petúnia – Área Temática 10: Cineantropometria, Desempenho Humano e Fisiologia do Exercício

Coordenadores: Édio Luiz Petroski e Sérgio Roberto Adriano Prati

08:30 – 08:45 INFLUÊNCIA DA GORDURA CORPORAL SOBRE OS LIPÍDIOS SANGÜÍNEOS EM HOMENS ABAIXO E ACIMA DE 35 ANOS

WILLIAM ALVES LIMA, Maria Fátima Glaner

08:45 – 09:00 IMPACTO DO TREINAMENTO FÍSICO DE TÊNIS SOBRE A DENSIDADE MINERAL ÓSSEA DE ATLETAS ADOLESCENTES

CARLA CRISTIANE DA SILVA, Carla Cristiane da Silva, Tamara Beres Lederer Goldberg, Édio Luiz Petroski, José Carlos Dalmas

09:00 – 09:15 FATORES GENÉTICOS NA AGREGAÇÃO FAMILIAR DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE FAMÍLIAS NUCLEARES

ROGÉRIO CÉSAR FERMINO, André Seabra, Rui Garganta, José Antônio Ribeiro Maia

09:15 – 09:30 EXERCÍCIO FÍSICO CONTROLADO E ORIENTAÇÃO ALIMENTAR PARA EMAGRECIMENTO E CONTROLE DE TRIGLICERIDEMIA EM ADOLESCENTES OBESOS

CILIANE VALERIO, Sérgio R. A. Prati, Amauri A. B. Oliveira, Alessandra R. C. Prati

PÔSTERES 2 (08:30-12:30)

Área Temática 3: Estilo de Vida e Qualidade de Vida

Coordenadores: Érico Felden Pereira e Fabiana Maluf Rabacow

1. SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E INDICATIVOS DE MOTIVAÇÃO EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO

MAICON RAFAEL LINHARES, Adilson André Martins Monte, Luiz Guilherme Vieira Stadler, Diego Iltbere Cunha Vasconcellos, Roberta Pires Vasconcellos

2. TESTE DE SENTAR E ALCANÇAR COM TRABALHADORES DO PROGRAMA SESI GINÁSTICA NA EMPRESA SETOR DE MACHARIA DA WETZEL S.A – DIVISÃO FUNDAÇÃO FERRO

ELIZA MARIA NUNES DE OLIVEIRA

3. CONHECIMENTO DE GESTANTES ATIVAS E SEDENTÁRIAS SOBRE OS BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO

LUCIANA SEGATO, Martina Kieling Sebold Barros Rolim, Alexandro Andrade, Carla Maria de Liz

4. **ATIVIDADE FÍSICA, QUALIDADE DE VIDA E ASPECTOS PSICOLÓGICOS EM MULHERES IDOSAS**
ENEIDA MARIA TROLLER CONTE, Adair da Silva Lopes, Alexssandro Morgenroth, Beatriz Mayer Bueno Lorenzetti
5. **A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS ENTRE MULHERES FREQUENTADORAS DE ACADEMIAS DE CAMPINAS**
CARLOS A ZAMAI, Margareth Soares da Costa, Alan A Rodrigues, Marcelo Filocomo, Cláudio Zago Jr
6. **PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E FATORES DE RISCO À SAÚDE NA POPULAÇÃO ATENDIDA PELO CENTRO DE ORIENTAÇÃO EM ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE (COAFIS/CDS/UFSC)**
ANDRÉA FERREIRA CARDOSO, Marcius de Almeida Gomes, Maria de Fátima da Silva Duarte
7. **PERFIL DO ESTILO DE VIDA INDIVIDUAL: UM INDICADOR DA QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES PRATICANTES DE GINÁSTICA AERÓBICA**
MIRIAM CARLA SCHLICHTING, Marcelo Alexandre Marcon
8. **A INFLUÊNCIA DO CONHECIMENTO DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC) DOS TRABALHADORES DAS INDÚSTRIAS NO ESTILO DE VIDA**
DAIANE CRISTINA DE AMORIM
9. **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E FORMAS DE OCUPAÇÃO DO TEMPO LIVRE DOS FUNCIONÁRIOS TÉCNICO-ADMINISTRATIVOS DA UNOESC CAMPUS DE JOAÇABA**
ELISABETH BARETTA, Crislaine Junior, Marly Baretta, Edmar de Oliveira Pinto, Rudy José Nodari Junior
10. **ATIVIDADE FÍSICA EXTRA-ESCOLAR E INDICADORES DE SOBREPESO DE INDIVÍDUOS ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO DO MUNICÍPIO DE SÃO JOSÉ DO OURO/RS**
MARLY BARETTA, Jacilde Burtuli, Elisabeth Baretta, Edmar de Oliveira Pinto, Rudy José Nodari Junior
11. **AUTOPERCEÇÃO CORPORAL E ESTILO DE VIDA DE ADOLESCENTES**
LUDEMYLLA LUANNA BARRETO SILVA, Ana Angélica Santana Souza, Diego Augusto Santos Silva, José Jean de Oliveira Toscano, Antônio César Cabral de Oliveira
12. **QUALIDADE DE VIDA SEXUAL E FREQUÊNCIA SEXUAL DURANTE A GESTAÇÃO**
CINARA SACOMORI, Fernando Luiz Cardoso, Daniele Peres, Rozana Aparecida Silveira, Gustavo Levandosky
13. **QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE DE PROFESSORES DO ENSINO MÉDIO: ASPECTOS DO DOMÍNIO FÍSICO E SUA RELAÇÃO COM A PRÁTICA PEDAGÓGICA**
OSMAR ANTONIO CONTE
14. **ALTERAÇÕES AGUDAS NA PRESSÃO ARTERIAL APÓS CORRIDA EM PISTA A 60-70% DA FREQUÊNCIA CARDÍACA MÁXIMA**
BRUNNO ELIAS FERREIRA, Erika Alves Morel, Antonio Carlos Mussi da Silva, Gabriela Morales, Fabricio Ravagnani
15. **COMPORTAMENTOS RELACIONADOS À SAÚDE DOS FORMANDOS EM EDUCAÇÃO FÍSICA DA UEL**
HERCULES JOSÉ PELEGRINA, Mathias Roberto Loch, Emília Miwa Nakano
16. **HÁBITOS DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE EX-USUÁRIOS DE EXERCÍCIO FÍSICO PERSONALIZADO**
RAYMUNDO PIRES JUNIOR, VERA Lucia Vargas, Eldo Antonio Padilha
17. **PERFIL DO ESTILO DE VIDA DE MULHERES COM SÍNDROME FIBROMIÁLGICA**
FERNANDA DA SILVA FERREIRA, Áurea Sakamoto Pais, Tatiana Rodrigues dos Santos, Maria Lúcia Alves Cavaliere, José Sílvio de Oliveira Barbosa
18. **FATORES MOTIVACIONAIS QUE LEVAM IDOSOS À PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA REGULAR**
ANNELIESE SCHONHORST ROCHA, Jerusa Maria Wildner Chaves, Luiz Antônio Barcelos Crescente, Débora Rios Garcia, Elisângela Torilla Zanette
19. **PERCEPÇÃO DO AMBIENTE ESCOLAR DE ADOLESCENTES ATIVOS E SEDENTÁRIOS**
MARTINA KIELING SEBOLD BARROS ROLIM, Thiago Sousa Matias, Alexandro Andrade
20. **A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA PARA A IMAGEM CORPORAL E A QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA FÍSICA**
SIMONE TERESINHA MEURER, Luciana Erina Palma, Silmara Elice Renner Matthes

21. **ANÁLISE ERGONÔMICA DE UM DOS POSTOS DE TRABALHO DA PRÓ REITORIA DE PESQUISA E PÓS GRADUAÇÃO DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE LONDRINA**
CARLOS ALBERTO VEIGA BRUNIERA, Neil Galamba, Evanil Antonio Guarido, Luis Alberto Garcia Freitas
22. **ANÁLISE DA QUALIDADE DE VIDA EM ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO MUNICÍPIO DE PONTA GROSSA (PR)**
FABRÍCIO CIESLAK, Suelen Meira Góes, Guanis de Barros Vilela Junior, Neiva Leite, Thiago Krzesinski
23. **HELP - PORTAL DE PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS FÍSICOS PARA PESSOAS VIVENDO COM HIV/AIDS**
CLÁUDIO LUIS MIRANDA, Alexandre Ramos Lazzarotto, Juliano Varella de Carvalho, Marta Rosecler Bez, Carla Zanelatto
24. **ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM MENINAS DE BAIXO NÍVEL SÓCIO-ECONÔMICO: UMA AVALIAÇÃO REFERENCIADA POR NORMA**
MARCOS CORRÊA JUNIOR, Marcos Corrêa Junior, Arli Ramos de Oliveira, Márcia Greguol Gorgatti, Eduardo Vignoto Fernandes
25. **EXTENSÃO EM DANÇA DE SALÃO: BUSCANDO QUALIDADE DE VIDA**
JANAINA VASCONCELOS MARTINS, Marcelo Victor da Rosa
26. **PERFIL DO ESTILO DE VIDA DOS ORIENTADORES DE ATIVIDADES FÍSICAS DO SESI - GRANDE FLORIANÓPOLIS**
ALINE REICHERT COELHO, Gitana Vieira da Silva
27. **VIVENCIANDO O YOGA: UMA ABORDAGEM DAS PRINCIPAIS LINHAS E A EXPERIÊNCIA VIVIDA**
SÍLVIA DO NASCIMENTO AQUINI,
28. **TEMPO DE REAÇÃO DE ADOLESCENTES ASMÁTICOS E NÃO ASMÁTICOS**
RENATA GOMES DOS SANTOS, Danielle Ledur Antes, Andressa Ribeiro Contreira, Juliana Izabel Katzer, Sara Teresinha Corazza
29. **ANÁLISE DA COORDENAÇÃO MOTORA FINA DE ADOLESCENTES**
PRISCILLA SEVERO RODRIGUES, Andressa Ribeiro Contreira, Danielle Ledur Antes, Renata Gomes dos Santos, Sara Teresinha Corazza
30. **COMPOSIÇÃO CORPORAL (IMC) ASSOCIADOS AO RISCO CARDÍACO EM ESCOLARES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE CAMPINAS**
ELIANE R. DA ROCHA, Mariana C Moreira, Antonio Carlos Simões, Rivaldo de S. Oliveira, Carlos Durlin
31. **HÁBITOS DE LAZER EM TRABALHADORES DE UMA EMPRESA DE PRODUÇÃO DE ENERGIA**
FABIANA MALUF RABACOW, Markus V. Nahas
32. **PERFIL DO ESTILO DE VIDA DOS UNIVERSITÁRIOS DA ESCOLA DE ARTES, CIÊNCIAS E HUMANIDADES DA UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO (EACH-USP)**
FABIANA DE SANT'ANNA EVANGELISTA, Rodrigo da Silva Castelli, Jéssica Akie Kimura, Flávio Eiji Adati, Rafael Velôzo Furtado
33. **ACADEMIAS DE GINÁSTICA E PESSOAS COM DEFICIÊNCIA: O ACESSO À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS**
LUCIANE CONTERATO BERGUEMMAYER, Silmara Elice Renner Matthes, Luciana Erina Palma
34. **ESTILO DE VIDA DE ESTUDANTES TRABALHADORES DO CEFETSC-JARAGUÁ DO SUL**
LENITA ANA BIANCHETTI, Sidney Ferreira Farias
35. **PERFIL DO ESTILO DE VIDA DOS DOCENTES E FUNCIONÁRIOS DA ESCOLA DE ARTES, CIÊNCIAS E HUMANIDADES DA UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO (EACH-USP)**
LANA OLIVONE PESSOA, Livia Simonetti Amorim, Leandro Nascimento Lodo, Karol Adorno Silva, Fabiana de Sant'Anna Evangelista
36. **ESTILO DE VIDA DE ADULTOS COM DEFICIÊNCIA VISUAL PARTICIPANTES DO PROJETO BRILHANTE NO MUNICÍPIO DE PELOTAS-RS**
MARCELO ZANUSSO COSTA, Camila Fagundes Machado, Katia Fonseca da Silva, Leonardo Negri Mueller, Dione Moreira Nunes
37. **A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS COMO FERRAMENTA PARA O DESENVOLVIMENTO DA CORPOREIDADE DE MULHERES DO LAR**
DAIANA PRISCILA ANDRADE
38. **ESTUDO DE ESTRESSE RELACIONADO AO TRABALHO EM PROFESSORES DA E.E.M.A.S.A.-MG**
RODRIGO MENDES COSTA

39. **ÍNDICE DA PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS NA CIDADE DE MATELÂNDIA-PR**
VITOR CESAR MOREIRA, Rodrigo Portela
40. **DIAGNÓSTICO DA QUALIDADE DE VIDA EM ATLETAS JUVENIS DO MUNICÍPIO DE PONTA GROSSA (PR)**
THIAGO KRZESINSKI DOS SANTOS, Fabrício Cieslak, Francini Ecape, Guanis de Barros Vilela Junior, Neiva Leite
41. **SÍNDROME DE DOWN: ATIVIDADES AQUÁTICAS COM BEBÊS NA PROMOÇÃO DE UM ESTILO DE VIDA SAUDÁVEL**
CAROLINA BOHNS MATTEA, Maria Laura Resem Brizio, Laura Jung, Fabiane Oliveira Schellin, Micael Rosa do Amaral
42. **PROMOVENDO UM ESTILO DE VIDA ATIVO PARA PESSOAS COM SÍNDROME DE DOWN**
JANAINA DE MOURA NOTARI, Cristiane do Amaral Coelho, Simone Spotorno, Angélica Kalinoski, Caroline Rocha Aires
43. **ALTERAÇÕES POSTURAS E ALGIAS NA GESTAÇÃO: PREOCUPAÇÃO COM A QUALIDADE DE VIDA**
DAYSI JUNG DA SILVA RAMOS, Larissa Cláudia Perin, Mirella Dias
44. **IMAGEM CORPORAL EM ACADEMIAS DE CURITIBA**
FERNANDO MILCZEWSKI, Paola Neiza Camacho Rojas
45. **PERFIL SANGUÍNEO E ATIVIDADE FÍSICA DE TRABALHADORES DE ESCRITÓRIO DE CURITIBA**
PAOLA NEIZA CAMACHO ROJAS, Christina Cepeda
46. **INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC, BRASIL**
FERNANDA FAUTH, Juliana Telles de Castro, Andreia Pelegrini, João Marcos Ferreira Lima de Silva, Edio Luiz Petroski
47. **PERFIL DE ESTILO DE VIDA DE TRABALHADORES DE UMA INDÚSTRIA FARMACÊUTICA DA GRANDE SÃO PAULO**
FÁBIO DE OLIVEIRA SANTOS, Alexsandra Gagliardi, Mayra Bressanim, Rosicler Rodriguez, Rudney Uezu
48. **PERFIL DO ESTILO DE VIDA INDIVIDUAL EM ACADÊMICAS DE PEDAGOGIA DAS FACULDADES INTEGRADAS FACVEST**
FRANCISCO JOSÉ FORNARI SOUSA, Edson Luis Machado de Arruda
49. **QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA CONSIDERANDO AS CLASSES DO MAGISTÉRIO PÚBLICO ESTADUAL-RS**
CARLOS AUGUSTO FOGLIARINI LEMOS, Juarez Vieira do Nascimento, Jorge Both, Gelcemar O. Farias
50. **PERFIL DO ESTILO DE VIDA DOS FUNCIONÁRIOS DO CORREIO CENTRAL DA CIDADE DE FORTALEZA - CE**
ANATÁLIA BEZERRA DE ALBUQUERQUE, Cyro Saint Clair Cordeiro Tavares, Valter Cordeiro Basbosa Filho, Thiago Mota e Pinto, Evanice Avelino de Souza
51. **RELAÇÃO ENTRE ESTILO DE VIDA E GRAU DE ESCOLARIDADE EM TRABALHADORES DA ÁREA DA SAÚDE**
GRASIELA CARDOSO LUDVIG, Grasiela Cardoso Ludvig, Josiani Cunha Silva, Cícero Augusto de Souza, Artur Haddad Herdy
52. **INCIDÊNCIA DE LESÕES NA GINÁSTICA ARTÍSTICA: LOCAIS DO CORPO E APARELHOS DA MODALIDADE EM ATLETAS DO CAMPEONATO BRASILEIRO DE GINÁSTICA ARTÍSTICA EM CAMPO GRANDE-MS**
GABRIELA MORALES, Antonio Carlos Mussi da Silva, Brunno Elias, Érika Alves Morel, Heloyse Elaine Gimenes Nunes
53. **ANAMNESE E CLASSIFICAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA (IPAQ – CURTO) EM COLABORADORES DA EMPRESA MULTINACIONAL – WHIRLPOOL – PLANTA RIO CLARO/ SP**
MARCELA SENE-FIORESE, Antônio Eduardo Aquino Junior, Ana Carolina Greco, Ana Cláudia Garcia de Oliveira Duarte
54. **PERFIL DO ESTILO DE VIDA DAS VENDEDORAS DO SHOPPING BENFICA NA CIDADE DE FORTALEZA-CE**
VALTER CORDEIRO BARBOSA FILHO, Evanice Avelino de Souza, Beatriz dos Santos Cavalcante, Thiago Mota e Pinto, Anatólia Bezerra de Albuquerque
55. **APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA RELACIONADO COM CÉLULAS VERMELHAS DO SANGUE EM ADOLESCENTES DO SEXO FEMININO**
ANDERSON ZAMPIER ULBRICH, Rodrigo Bozza, Renata Labronici Bertin, Antônio Stabelini Neto, Wagner de Campos
56. **CONSUMO ALIMENTAR E ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO**
RENATA LABRONICI BERTIN, Anderson Zampier Ulbrich, Rodrigo Bozza, Daniel Sotto Major, Wagner de Campos

57. **QUALIDADE DO SONO E NÍVEIS DE ANSIEDADE ESTADO COMPETITIVA DE ATLETAS DE TRIATHLON**
WHYLLERTON MAYRON DA CRUZ, Gilmar Staviski, Sabrina de Oliveira Sanches, Ricardo Brandt, Alexandre Andrade
58. **QUALIDADE DE VIDA DE ATLETAS PROFISSIONAIS DE FUTEBOL**
EDUARDO SKALSKI BILEK, Paola Neiza Camacho Rojas
59. **A DIMINUIÇÃO DE ÍNDICES DE DORES MUSCULARES APÓS UM PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL**
ANTONIO JOSÉ GRANDE, Eduardo Vignoto Fernandes, Carlos Alberto Veiga Bruniera, Luiz Alberto Garcia Freitas, Evanil Antonio Guarido
60. **ANÁLISE DA QUALIDADE DE VIDA DOS PROFESSORES DE GINÁSTICA DAS PRAÇAS PÚBLICAS DA CIDADE DE FORTALEZA-CE**
CLEILTON HOLANDA PEREIRA, Valter Cordeiro Barbosa Filho, Evanice Avelino de Souza, Thiago Mota e Pinto, Anatólia Bezerra de Albuquerque
61. **ESTÁGIO DE PRONTIDÃO PARA MUDANÇA DE COMPORTAMENTO EM ADOLESCENTES OBESOS INGRESSANTES NO PROJETO AOM/JEM**
FABIANA ALONSO ROCHA, Glauco Barnez Pignata Cattai, Luzia Jaeger Hintze, Tatiane Aparecida da Silva Ribeiro, Nelson Nardo Junior
62. **CARACTERÍSTICAS ANTROPOMÉTRICAS E CONSUMO ALIMENTAR DE ATLETAS DE VOLEIBOL E DE FUTSAL DE UMA UNIVERSIDADE CATARINENSE**
MARIANA JORGE DE CARVALHO STACKE, Adriana Soares Lobo
63. **ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC**
VALERIA AUCAR DE TOLLA, Myla de Aguiar Bittencourt, Naiandra Dittrich, Andreia Pelegrini, Edio Luiz Petroski
64. **SESI GINÁSTICA NA EMPRESA – CONTRIBUIÇÃO PARA A QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE PARA AS EMPRESAS (SETOR ADMINISTRATIVO) QUE PARTICIPAM DO SESI GINÁSTICA EM BELO HORIZONTE GRANDE BH**
FABIANA CRISTINE DA SILVA BARBOSA CARNEIRO

Área Temática 6: Doenças e Agravos não Transmissíveis e Atividade Física

Coordenadores: George Vieira e Leticia Miranda de Miranda

1. **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL E DENSIDADE MINERAL ÓSSEA**
MARINA KANTHACK PACCINI, Maria Fátima Glaner
2. **O EXERCÍCIO FÍSICO AUMENTA A COORDENAÇÃO E O ESTRESSE OXIDATIVO NA SÍNDROME DE DOWN**
ADERBAL SILVA AGUIAR JR, Talita Tuon, Gláucia Silvano Rocha, Mirella Menezes Albuquerque, Ricardo Aurino de Pinho
3. **CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA E PRESSÃO ARTERIAL EM USUÁRIOS DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE (SUS) DA REGIÃO OESTE DO ESTADO DE SÃO PAULO**
LEANDRO CAMARGO, Vitor Nielsen de Oliveira, Eduardo Francisco Corrêa, Ubirajara Pitta Monteiro
4. **ATIVIDADE FÍSICA E ALGIAS NA COLUNA VERTEBRAL**
RANIELI GEHLEN ZAPELINI, Nara Isabel Gehlen
5. **OCORRÊNCIA E LOCALIZAÇÃO DE LESÕES MÚSCULO-ESQUELÉTICAS EM PRATICANTES DE GINÁSTICA RÍTMICA**
RAQUEL PETRY, Jonathan Ache Dias
6. **ATIVIDADE FÍSICA E CONSUMO DE LÍPÍDEOS ASSOCIADOS AOS FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR EM ADOLESCENTES**
ANTONIO STABELINI NETO, Rodrigo Bozza, Anderson Zampier Ulbrich, Ítalo Quenni Araújo de Vasconcelos, Wagner de Campos
7. **ANÁLISE DE RISCO PARA A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS DE INDIVÍDUOS FREQUENTADORES DE PARQUES PÚBLICOS DO MUNICÍPIO DE LONDRINA**
ROBERTA LIDIANE DE OLIVEIRA ESTEVES, Túlio Rangel de Camargo Pacheco, Mário Carlos Welin Balvedi, Liane Sardi, Márcia Greguol Gorgatti
8. **PREVALÊNCIA E COMPLICAÇÕES DO DIABETES MELLITUS NO MUNICÍPIO DE TUBARÃO-SC**
RODRIGO DA ROSA IOP, Jaqueline de Fátima Biazus, Luci Fabiane Scheffer Moraes, Franciele Cascaes da Silva, Inês Alessandra Xavier Lima

9. **ANÁLISE DO CONHECIMENTO DE FATORES DE RISCO PARA DOENÇA CORONARIANA DE UNIVERSITÁRIOS DA CIDADE DE SANTA MARIA - RS**
JOSI MARA SARAIVA DE OLIVEIRA, Estela Aita Monego, Maria Amélia Roth
10. **ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC) E TEMPO DE PRÁTICA EM CAPOEIRISTAS**
JOSÉ CARLOS OLIVEIRA CAVALCANTE, Jader Andrade Bezerra, Fernando Roberto Oliveira, Leandro Ribeiro Palhares
11. **PREVALÊNCIA DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER EM CATADORES DE MATERIAIS RECICLÁVEIS PORTADORES DE DOENÇAS CRÔNICAS**
GRÉGORE IVEN MIELKE, Marcelo Cozzensa da Silva, Anacláudia Gastal Fassa, David Kriebel
12. **INFLUÊNCIA DA DEAMBULAÇÃO SOBRE A NOCICEPÇÃO, EDEMA E MIGRAÇÃO CELULAR DA ARTRITE INDUZIDA POR CFA EM RATAS**
RAQUEL PINHEIRO GOMES, Elisângela Bressan, Susana Cristina Domenech, Carlos Rogério Tonussi
13. **PREVALÊNCIA DE SONO NÃO-REPARADOR EM PACIENTES COM SÍNDROME DA FIBROMIALGIA**
SUELEN MEIRA GÔES, Fabrício Cieslak, Deise Moser, Eduardo Paiva, Neiva Leite
14. **PERFIL DE PESSOAS ASMÁTICAS PRATICANTES DE NATAÇÃO DE FLORIANÓPOLIS-SC**
BEATRIZ CORDEIRO, Maria Angélica Binotto
15. **ATIVIDADE FÍSICA NA ADOLESCÊNCIA E RISCO DE OSTEOPOROSE NA IDADE ADULTA: UM ESTUDO DE BASE POPULACIONAL**
GIOVÂNI FIRPO DEL DUCA, Mario Renato Azevedo, Felipe Fossati Reichert, Pedro Curi Hallal, Fernando Vinholes Siqueira
16. **PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA E SUA RELAÇÃO COM O RISCO CORONARIANO ELEVADO (RCE)**
MAYARA HÖRNER BRUCZNITSKI, Marcius de Almeida Gomes, Ricardo Amboni, Fernando Henrique Busnardo, César de Aragão Silva
17. **TRANSPORTE ATIVO PARA O TRABALHO: UM ALIADO PARA ALCANÇAR BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA A SAÚDE?**
BRUNO C. MENDES FREIRE, Eder Rotondano, Mirian Werba Saldanha
18. **COMPORTEAMENTO DO IMC APÓS 3 MESES DE PARTICIPAÇÃO EM PROGRAMA DE REABILITAÇÃO CARDIOVASCULAR**
BERNARD'AUGUSTO FERRAZZA DIAS, José Henrique Ramos, Luiza Mecabô, Claudia Ariene de Moraes, Osni Jacó da Silva
19. **ATIVIDADE FÍSICA E DIABETES: A POPULAÇÃO CONHECE ESSA ASSOCIAÇÃO?**
MANOELA MACIEL OLIZ, Mario Renato Azevedo, Pedro Curi Hallal
20. **AGILIDADE DOS PARKINSONIANOS E O EXERCÍCIO FÍSICO REGULAR**
INGRID MONTARDO SERRI DE CASTRO, Amanda Pacheco Beck, Marize Amorim Lopes, Tania Bertoldo Benedetti
21. **A IMPORTÂNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO NO TRATAMENTO NÃO-FARMACOLÓGICO DE INDIVÍDUOS HIPERTENSOS: AVALIAÇÃO HEMODINÂMICA**
ANGÉLICA CRISTIANE OVANDO, Daciano Bastos Lamberty, Eliane Roseli Winkelmann, Paulo Ricardo Nazário Vecili
22. **ASSOCIAÇÃO ENTRE A CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA E HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM MULHERES**
RODOLFO ANDRÉ DELLAGRANA, Luiz Rodrigo Augustemak de Lima, Elton Bonfim Gomes, Haelen Paola de Oliveira, Eliane Denise da Silveira Araújo
23. **QUEIXAS DE INCONTINÊNCIA URINÁRIA EM ATLETAS DO HANDEBOL**
JULIE TATIANE ZIMMER, Mirella Dias, Daysi Jung da Silva Ramos, Luiz Augusto Oliveira Belmonte, Fernanda Alessandra Silva
24. **ESTUDO DA CORRELAÇÃO DO TESTE DE CAMINHADA DE SEIS MINUTOS COM A PRESSÃO INSPIRATÓRIA MÁXIMA DE INDIVÍDUOS PORTADORES DA DOENÇA PULMONAR OBSTRUTIVA CRÔNICA DE GRAU III**
MARCIO ADRIANO BIRCK, Eliane Roseli Winkelmann, Angélica Cristiane Ovando, Caroline Taís Ristow
25. **ATIVIDADE FÍSICA E COMPOSIÇÃO CORPORAL DOS 10 AOS 12 ANOS: ESTUDO LONGITUDINAL DA COORTE DE NASCIMENTOS DE 1993 EM PELotas**
FELIPE FOSSATI REICHERT, Ana Maria Baptista Menezes, Pedro Curi Hallal

- 26. ANÁLISE DAS ATIVIDADES DA VIDA DIÁRIA E ATIVIDADES INSTRUMENTAIS DA VIDA DIÁRIA DE PESSOAS COM TRANSTORNOS MENTAIS E DE COMPORTAMENTO**
ANGÉLICA NICKEL ADAMOLI, Mario Renato De Azevedo Jr
- 27. FATORES DE RISCO CARDIOVASCULARES EM TRABALHADORES DE UMA EMPRESA DE CURITIBA (PR)**
ANDRÉ MARTINES DE ALBUQUERQUE, Fabrício Cieslak, Isabel Cristina Martines, Guanis de Barros Vilela Junior, Neiva Leite
- 28. EFEITO DO EXERCÍCIO AERÓBIO E DA SINVASTATINA NO MÚSCULO GASTROCNÊMIO DE RATOS**
MARIANA ROTTA BONFIM, Susimary Ap. Trevisan Padulla, Marilita Accioly, José Carlos Silva Camargo
- 29. ANÁLISE DAS BARREIRAS PARA A ATIVIDADE FÍSICA EM OBESOS MÓRBIDOS SUBMETIDOS À CIRURGIA BARIÁTRICA: ESTUDO PILOTO**
ELAINE CAROLINE BOSCATTO, Marcius de Almeida Gomes, Ricardo Amboni, Maria de Fátima da Silva Duarte
- 30. EXERCÍCIOS PODEM REDUZIR HIPERTENSÃO ARTERIAL PULMONAR EM PACIENTE COM DISPLASIA BRONCOPULMONAR – UM ESTUDO DE CASO**
MARCELO ZAGER
- 31. AVALIAÇÃO DA PRESSÃO ARTERIAL EM ADOLESCENTES**
RICHARD FERREIRA SENE, Ana Paula Menegaz do Carmo, Diego Furlan de Medeiros, Maria Pereira Calegari
- 32. PREVALÊNCIA DE FATORES DE RISCO CARDIOVASCULARES AGRUPADOS EM ADOLESCENTES DE TRÊS DE MAIO/RS**
KENNY WILLIAN GELAIN, Carmem Cristina Beck, Adair da Silva Lopes
- 33. COMPORTAMENTO DA PRESSÃO ARTERIAL APÓS 3 MESES DE PARTICIPAÇÃO EM PROGRAMA DE REABILITAÇÃO CARDIOVASCULAR**
JOSÉ HENRIQUE RAMOS, Bernard'Augusto Ferrazza Dias, Claudia Ariene de Moraes, Luiza Mecabô, Manuel Rosa de Oliveira Lino
- 34. COMPOSIÇÃO CORPORAL EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC**
ANDRÉ DA SILVA NASCIMENTO, Maruí Weber Corseuil, João Marcos Ferreira Lima da Silva, Andreia Pelegrini, Edio Luiz Petroski
- 35. EFEITOS DOS PRINCÍPIOS DO MÉTODO PILATES® NO SOLO NA AMPLITUDE DE MOVIMENTO DE INDIVÍDUO COM LOMBALGIA CRÔNICA – ESTUDO DE CASO**
INÊS ALESSANDRA XAVIER LIMA, Luci Fabiane Scheffer Moraes, Jaqueline de Fátima Biazus, Rodrigo da Rosa Iop, Diego Alano Carvalho
- 36. OBESIDADE E FATORES DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS ENTRE FUNCIONÁRIOS**
FÁBIO MARTINS, Marcos Bergantin, Marco Antonio de Moraes, Carlos A Zamai
- 37. O TREINAMENTO FÍSICO E A RELAÇÃO COM LESÃO, DOR E DESVIO POSTURAL NA COLUNA LOMBAR DE ATLETAS DE HÓQUEI**
SUSANE GRAUP, Antônio Renato Pereira Moro

16 DE NOVEMBRO – TARDE

TEMAS LIVRES

Sala Goiabeira – Área Temática 3: Estilo de Vida e Qualidade de Vida

Coordenadores: Erinaldo Luis Andrade e Maria Cecília Marinho Tenório

- 13:30 – 13:45 **PREVALÊNCIA DE SEDENTARISMO E FATORES ASSOCIADOS EM ADOLESCENTES DE PELOTAS, RS**
MÁRCIO DE ALMEIDA MENDES, Pedro Curi Hallal, Mario Renato Azevedo, Andréa Dâmaso Bertoldi, Renata Moraes Bielemann
- 13:45 – 14:00 **HÁBITOS ALIMENTARES E SEDENTARISMO EM ADOLESCENTES DE DIFERENTES CLASSES SOCIAIS**
AUGUSTO CÉSAR FERREIRA DE MORAES, Anne Del Magro Mello, Edna Regina Netto de Oliveira, Camila Sanchez Fulaz, Felipe Fossati Reichert
- 14:00 – 14:15 **ATIVIDADES FÍSICAS E COMPORTAMENTOS SEDENTÁRIOS EM ADOLESCENTES DA REDE PÚBLICA DE PERNAMBUCO**
MARIA CECILIA MARINHO TENORIO, Rafael Miranda Tassitano, Juliana Marinho Tenório, Mauro Virgilio Gomes de Barros
- 14:15 – 14:30 **DESLOCAMENTO ATIVO PARA O TRABALHO: ESTUDO DE BASE POPULACIONAL EM ADULTOS**
MÁRCIO BOTELHO PEIXOTO, Tiago Wally Hartwig, Mario Renato Azevedo, Pedro Curi Hallal

Sala Laranjeira – Área Temática 8: Atividade Física e Envelhecimento

Coordenadores: Marize Amorim Lopes e Lisiane Schilling Poeta

- 13:30 – 13:45 **FORÇA E IDOSOS: EFEITO DA PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO**
PATRICIA DAURA DE SOUZA, Amanda Pacheco Beck, Tânia R. Bertoldo Benedetti, Marize Amorim Lopes
- 13:45 – 14:00 **RELAÇÃO DA FORÇA DE MEMBROS INFERIORES E EQUILÍBRIO ESTÁTICO DE IDOSOS PRATICANTES DE EXERCÍCIO FÍSICO**
AMANDA PACHECO BECK, Patrícia Daura de Souza, Tania Bertoldo Benedetti, Marize Amorim Lopes
- 14:00 – 14:15 **OS BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO DE FORÇA NA MELHORA DA AGILIDADE EM MULHERES IDOSAS**
MIGUEL SOARES CONCEIÇÃO, Fábio Bittencourt Leivas
- 14:15 – 14:30 **EFEITO DE 16 SEMANAS DE TREINAMENTO COM PESOS SOBRE O ÍNDICE RELATIVO DE MÚSCULO ESQUELÉTICO EM IDOSOS**
GUSTAVO LUCIO BISCUOLA, Claudinei Ferreira dos Santos, Thiago Gaudensi Costa, Celso Darío Ramos, Mara Patrícia Traina Chacon-Mikahil

Sala Pitangueira – Área Temática 1: Medidas da Atividade Física e da Aptidão Física

Coordenadores: Marcius de Almeida Gomes e Maria Fermínia L. De Bem

- 13:30 – 13:45 **BAIXO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL: PREVALÊNCIA E ASSOCIAÇÃO COM OUTROS INDICADORES DE SAÚDE EM GUANAMBI-BAHIA**
MARCIUS DE ALMEIDA GOMES, Jacemile da Silva Pereira, Ysnaya Rocha Fernandes, Maria de Fátima da Silva Duarte, Adriano Ferreli Borgatto
- 13:45 – 14:00 **FATORES ASSOCIADOS AO SEDENTARISMO NO LAZER EM UMA COORTE DE BASE POPULACIONAL**
MARIO RENATO DE AZEVEDO JÚNIOR, Bernardo Lessa Horta, Denise Petrucci Gigante, Cesar Gomes Victora, Fernando Celso Barros
- 14:00 – 14:15 **FREQÜÊNCIA CRÍTICA DE PASSADA: ALTERNATIVA PARA PRESCRIÇÃO INDIVIDUALIZADA DE CAMINHADA**
PAULA AVER BRETANHA RIBEIRO, Rafael Fernando Silveira, Leandro Corrêa, Eduardo Kokubun

14:15 – 14:30 **RAZÃO DE PREVALÊNCIA PARA O BAIXO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL: COMPARAÇÃO ENTRE DOIS MODELOS DE REGRESSÃO**

ADRIANO FERRETI BORGATTO, Marcius de Almeida Gomes, Lucélia Justina Borges

Sala Aroeira – Área Temática 6: Doenças e Agravos não Transmissíveis e Atividade Física

Coordenadores: Fernando Carlos Siqueira Vinholes e Caroline de Oliveira Martins

13:30 – 13:45 **MONITORAMENTO DE FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS CRÔNICAS NA POPULAÇÃO ADULTA DE FLORIANÓPOLIS ATRAVÉS DE ENTREVISTAS TELEFÔNICAS**

VANESSA CAROLINE CAMPOS, Heide Gauche, Maria Alice Altenburg de Assis

13:45 – 14:00 **A INFLUÊNCIA DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA SOBRE INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS DE RISCO CORONARIANO EM POLICIAIS MILITARES**

CRISTIANO OLIVEIRA RODRIGUES, Valter Abrantes, Francisco Pitanga

14:00 – 14:15 **FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR MODIFICÁVEIS EM TRABALHADORES DA ÁREA DA SAÚDE**

CICERO AUGUSTO DE SOUZA, Grasiela Cardoso Ludvig, Josiani Cunha Silva

14:15 – 14:30 **FATORES DE RISCO CORONARIANO E SUA ASSOCIAÇÃO COM A IDADE CRONOLÓGICA EM TAXISTAS**

LEANDRO SILVA ALVES, Leonésio Alves Moreira, Raildo da Silva Coqueiro

Sala Petúnia – Área Temática 10: Cineantropometria, Desempenho Humano e Fisiologia do Exercício

Coordenadores: Ciro Romélio Rodriguez Añez e Joni Márcio de Farias

13:30 – 13:45 **RELACIONAMENTO DAS CARACTERÍSTICAS DO ANDAR COM EQUILÍBRIO FUNCIONAL E QUEDAS EM IDOSOS SADIOS E COM DOENÇA DE PARKINSON**

MARIA JOANA DUARTE CAETANO, Ana Paula Marques Moreira, Mónica del Rosario Sánchez-Arias, Carolina Rodrigues Alves Silveira, Lilian Teresa Bucken Gobbi

13:45 – 14:00 **EFEITOS DO TREINAMENTO CONCORRENTE NOS NÍVEIS DE FORÇA RELATIVA EM MULHERES INICIANTE NA PRÁTICA DE MUSCULAÇÃO**

REINALDO DO NASCIMENTO DA SILVEIRA, Joni Marcio de Farias

14:00 – 14:15 **AUTOPERCEPÇÃO CORPORAL E ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES**

ANA ANGÉLICA SANTANA SOUZA, Ludemylla Luanna Barreto Silva, Diego Augusto Santos Silva, José Jean de Oliveira Toscano, Antônio César Cabral de Oliveira

14:15 – 14:30 **RELAÇÃO ENTRE SUPORTE SOCIAL E GRAU DE INSTRUÇÃO DOS PAIS**

ADRIANO AKIRA FERREIRA HINO, Mariana Silva Santos, Ana Carina Cassou, Rodrigo Siqueira Reis, Ciro Romélio Rodriguez Añez

PÔSTERES 3 (13:30-18:00)

Área Temática 7: Educação Física Escolar e Promoção da Saúde

Coordenadores: Raildo da Silva Coqueiro e Marize Botti

1. **A INCIDÊNCIA DE LESÕES NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

LUIZ HENRIQUE DA SILVA, Letícia Gabriela de Souza

2. **CONTROLE DE VARIÁVEIS AMBIENTAIS E AVALIAÇÃO DO PERFIL MOTOR EM CRIANÇAS DAS ESCOLAS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DO MUNICÍPIO DE SANTA MARIA DO HERVAL/RS**

GUSTAVO ROESE SANFELICE, Roseli Wolschick Rambo

3. **O SALTO COM VARA NA ESCOLA: ABORDANDO A PREVENÇÃO DOS PROBLEMAS DA COLUNA VERTEBRAL POR MEIO DO ENSINO DA PROVA**
FERNANDO PAULO ROSA DE FREITAS, Sara Quenzer Matthiesen, Vagner Matias do Prado, Guy Gincieni, Marcelo Garuffi Santos
4. **UM OLHAR SOBRE A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NAS ESCOLAS INDÍGENAS DAS ALDEIAS ÁGUA AZUL E CÓRREGO DO MEIO**
LUDE REGINALDO SOL, Aluisio Fernandes de Souza
5. **REFLEXÕES SOBRE O RENDIMENTO ESCOLAR EM VIRTUDE DO DESENVOLVIMENTO DO PROJETO DE EXTENSÃO: “BOLA NA CESTA”**
MARIO ROBERTO GUARIZI,
6. **RELAÇÃO ENTRE GASTO CALÓRICO E NIVEIS DE FLEXIBILIDADE LOMBAR EM ADOLESCENTES ESTUDANTES DE ESCOLA PÚBLICA E PRIVADA DA CIDADE DE CRICIUMA**
DANIEL PASINI MARAGNO, Joni Marci de Farias, Camila Machado Rodrigues, Victor Julierme Santos da Conceição, Cleber de Medeiros
7. **RELAÇÃO ENTRE GASTO CALÓRICO E FORÇA LOMBAR DE ADOLESCENTES ESTUDANTES DE ESCOLA PÚBLICA E PRIVADA DA CIDADE DE CRICIUMA**
CAMILA MACHADO RODRIGUES, Joni Marci de Farias, Daniel Pasini Maragno, Victor Julierme Santos da Conceição, Cleber de Medeiros
8. **PRESCRIÇÃO DE ATIVIDADES FÍSICAS PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES EM CONDIÇÕES ESPECIAIS DE SAÚDE**
LUIZ ERNANI SANTOS BRAGA, Carlos Zamaí, Alan A. Rodrigues, Maurício C. Delgado, Marcelo Filocomo
9. **AULAS DE EXPRESSÃO CORPORAL NA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA ALUNOS SURDOS**
HELEN LETICIA RAMON GATELLI, Diego Ortiz Mascarello
10. **OBESIDADE NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA: INTERESSE E MOTIVAÇÃO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM SOBREPESO EM RELAÇÃO À ATIVIDADE FÍSICA**
VÂNIA DE FÁTIMA MATIAS DE SOUZA, Antonio Augusto Aires, Schelyne Ribas da Silva, Vanildo Rodrigues Pereira
11. **PREVALÊNCIA DE EXCESSO DE ADIPOSIDADE CORPORAL EM CRIANÇAS DO OESTE DO PARANÁ**
ROSIMEIDE FRANCISCO SANTOS LEGNANI, Eneida Conte, Elto Legnani, Reickson C.Khun, Flavia F.C. Casamali
12. **A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO CARDIOVASCULAR NA ESCOLA**
GIULIANO TAVARES MARRAMARCO, Marcelo Faria Silva, Élio Carravetta, Adroaldo Cezar Araújo Gaya, Rafael Abeche Generosi
13. **ANÁLISE DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM ESCOLARES PERTENCENTES À ZONA RURAL**
CRISTIANO NEVES DA ROSA, Fabio Rosa dos Santos, Osvaldo Donizete Siqueira, Luiz Antonio Crescente, Jose Geraldo Damico
14. **ATIVIDADES FÍSICAS E ESCOLARES OBESOS E COM SOBREPESO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**
EVELYN SOUTO MARTINS MULLER, Mari Dione Ferreira, Doralice Orrigo da Cunha Pol
15. **EFEITOS DA IDADE CRONOLÓGICA E DA MATUREZA BIOLÓGICA NA POTÊNCIA AERÓBIA EM ESCOLARES DE CANOAS**
ROBSON GEIGER BRAGA, Claudio Roberto Escobar Paiva
16. **DESEMPENHO MOTOR DE ADOLESCENTES OBESOS E NÃO OBESOS: O EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO REGULAR**
JULIANA EWELIN DOS SANTOS, Sérgio Roberto Adriano Prati, Marina Santin
17. **FORMAÇÃO CONTINUADA DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE MUNICIPAL DE FLORIANÓPOLIS**
CHARLES SCHNORR, Fabio Pedro Serafin
18. **ALTERAÇÕES SEMESTRAIS NO COMPORTAMENTO DAS VARIÁVEIS DE CRESCIMENTO FÍSICO EM ESCOLARES RURAIS**
SIMONE KRABBE, Cândido Simões Pires Neto, Sandro Jozemar Dias
19. **ESPORTE ESCOLAR NA UNIVERSIDADE**
ALEXANDRO TRINDADE MASCARENHAS, Nestor Lechner, Cleber Garcia, Doralice Arrigo da Cunha Pol, Antonio Luis Carvalho
20. **O ALUNO PARALISADO CEREBRAL E A TECNOLOGIA ASSITIVA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**
FRANCIELE RAMOS FIGUEIRA, Denise Inazacki Rangel

Área Temática 8: Atividade Física e Envelhecimento

Coordenadores: Ana Paula Kuhnen e Priscilla Marques

1. **ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS**
FRANCINE RODRIGUES SILVA, Edna Maria de Oliveira Mendes, Daniela Branco Liposcki
2. **LIMITAÇÃO POR ASPECTOS FÍSICOS E INCIDÊNCIA DE QUEDAS EM IDOSOS**
MARCOS ANTONIO DELAVEDOVA, Daniela Branco Liposcki
3. **DOR E LIMITAÇÃO POR ASPECTOS FÍSICOS EM IDOSOS**
PRISCILLA DE LIMA ARAUJO, Valéria Rosa Alano, Daniela Branco Liposcki
4. **APTIDÃO MOTORA DE IDOSOS LONGEVOS**
DANIELA BRANCO LIPOSCKI, Fernanda da Costa Borges, Mauren Salin
5. **ATIVIDADE FÍSICA, CAPACIDADE FUNCIONAL E ESTADO GERAL DE SAÚDE DE IDOSOS ACIMA DE 80 ANOS**
ANA PAULA RODRIGUES, Ana Elisa Rodrigues, Daniela Branco Liposcki
6. **UM PROGRAMA DE RESISTÊNCIA MUSCULAR LOCALIZADA AUMENTA OS NÍVEIS DE FORÇA EM MULHERES PORTADORAS DE OSTEOPOROSE**
ADRIANA BARNI TRUCCOLO
7. **REPRODUTIBILIDADE DE UMA BATERIA DE TESTES DE ATIVIDADE DE VIDA DIÁRIA PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL**
CAROLINA ROBORTELLA NOGUEIRA, Sumaia Malheiros Rocha, William Ruivo Wildner, Márcia Greguol Gorgatti
8. **INFLUÊNCIA DA IDADE NO TRANSPORTE DE GLICOSE NO MÚSCULO ESQUELÉTICO DURANTE A CONTRAÇÃO IN VITRO**
JULIA MATZENBACHER DOS SANTOS, Anelise Reis Gaya, Sandra Aparecida Benite-Ribeiro, Glória Queiroz, José Alberto Duarte
9. **PERSONAL TRAINER E O IDOSO**
DANIELA LIMA DE AGUIAR, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães
10. **IDOSOS E UNIVERSIDADE ABERTA A TERCEIRA IDADE**
MARCOS ALFREDO NEIVA SOUZA, Sandra Regina farias
11. **APTIDÃO AERÓBIA DE MULHERES IDOSAS MEDIANTE PROGRAMA DE ATIVIDADES FÍSICAS GENERALIZADAS INCLUINDO CAMINHADAS REGULARES COM OU SEM SUPERVISÃO**
VALÉRIA CALEGARI DOS SANTOS, Marcelo Simões Mendes, Juliana Marin Orfei, Márcio Pereira da Silva
12. **PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO, CLÍNICO, FÍSICO E FUNCIONAL DE IDOSOS EM SEGUIMENTO AMBULATORIAL**
GRACE ANGÉLICA DE OLIVEIRA GOMES, Fernanda Aparecida Cintra
13. **RELAÇÃO ENTRE RESISTÊNCIA AERÓBICA GERAL E AGILIDADE DE IDOSAS**
ALINE HUBER DA SILVA, Fernanda Segala, Giovana Zarpellon Mazo
14. **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DA POPULAÇÃO URBANA ACIMA DE 60 ANOS DO MUNICÍPIO DE SALTO VELOSO, SC**
EDERLEI APARECIDA ZAGO, Adalberto Baill de Andrade Segundo, Jusimar Gonçalves, Candido S. Pires Neto
15. **INFLUÊNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO NA AUTO-ESTIMA, AUTO-IMAGEM E AUTO-EFICÁCIA DE IDOSOS DO MUNICÍPIO DE VIDEIRA, SC**
JUSIMAR GONÇALVES, Ederlei Zago, Camila Nodari, Candido S. Pires Neto
16. **ÍNDICE DE MASSA CORPORAL, AGILIDADE E RESITÊNCIA AERÓBIA EM IDOSOS**
ADILSON SANTANA CARDOSO, Giovana Zarpellon Mazo, Ana Paula Moratelli Prado, Adriana Tavares Japiassú
17. **NÍVEL DE ATIVIDADE INSTRUMENTAIS DE VIDA DIARIA PROPOSTO LAWTON EM IDOSOS DA CIDADE DE CRICIÚMA - SC**
ANNY MARRI VIANA FELICIANO, Joni Marcio de Farias, Ricelly Cristiane Nazário, Cleber de Medeiros, Victor Julierme Santos da Conceição
18. **COMPARAÇÃO DO NÍVEL DA ATIVIDADE FÍSICA E AUTO-ESTIMA NOS GRUPOS DE TERCEIRA IDADE EM CRICIÚMA – SC**
RICELLY CRISTIANE NAZÁRIO, Anny Marri Viana Feliciano, Joni Marcio de Farias, Victor Julierme Santos da Conceição, Cleber de Medeiros

- 19. CONHECIMENTO DOS ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE OS EFEITOS DA ATIVIDADE FÍSICA NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO DO DIABETES**
LETICIA DE VARGAS POGORZELSKI, Alan Goularte Knuth, Thiago Terra Borges, Pedro Curi Hallal, Mario Renato Azevedo
- 20. COMPARAÇÃO DA PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E SATISFAÇÃO COM A SAÚDE ENTRE IDOSOS QUE PRATICAM EXERCÍCIO FÍSICO E IDOSOS SEDENTÁRIOS**
KARLA OLIVEIRA DE BRUM, Fernanda da Costa Borges, Juliane Oliveira, Daniela Branco Liposcki
- 21. IMPACTO DE UM PROGRAMA DE GINÁSTICA SOBRE A FORÇA MUSCULAR DE MULHERES NA TERCEIRA IDADE**
ALBERTO SATURNO MADUREIRA, Emerson de Oliveira Lima, Alessandra Maragno, Ana Carolina Paludo, Letícia Aelis Pinto
- 22. ANÁLISE DO COMPORTAMENTO DE VARIÁVEIS HEMODINÂMICAS EM MULHERES NA TERCEIRA IDADE APÓS UM PROGRAMA DE GINÁSTICA**
ANA CAROLINA PALUDO, Letícia Aelis Pinto, Carine Ferreira de Souza, Thiago Henrique Machado Madureira, Alessandra Maragno
- 23. ANÁLISE DE INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS DE SOBREPESO/OBESIDADE E DISTRIBUIÇÃO DE GORDURA EM MULHERES IDOSAS PRATICANTES DE EXERCÍCIOS ORIENTADOS**
CARINE FERREIRA DE SOUZA, Thiago Henrique Machado Madureira, Alessandra Maragno, Alberto Saturno Madureira, Emerson de Oliveira Lima
- 24. PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS: FATORES QUE INFLUENCIAM NA ADEÇÃO**
GIOVANA ZARPELLON MAZO, Ana Paula Moratelli Prado, Gabriel D'Oliveira da Silva, Giselli Antunes
- 25. MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS DE IDOSOS PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOS**
ANA PAULA MORATELLI PRADO, Adilson Sant'Ana Cardoso, Giovana Zarpellon Mazo
- 26. MOTIVOS DE PRÁTICA DA POPULAÇÃO IDOSA À ATIVIDADE FÍSICA**
MARCELO GONÇALVES DUARTE, Rafael Kanitz Braga, Guilherme Eugênio van Keulen, Paulo Vitor Bonai Negri, Williann Braviano Maria
- 27. INFLUÊNCIA DE UM PROGRAMA REGULAR DE GINÁSTICA NA MOBILIDADE DE MULHERES IDOSAS**
THIAGO HENRIQUE MACHADO MADUREIRA, Emerson de Oliveira Lima, Ana Carolina Paludo, Letícia Aelis Pinto, Carine Ferreira de Souza
- 28. RELAÇÃO ENTRE PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E A RELAÇÃO CINTURA/QUADRIL EM IDOSAS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA**
ÉRICO FELDEN PEREIRA, Clarissa Stefani Teixeira, Rosimeide Francisco Santos Legnani, Elto Legnani
- 29. NÍVEIS DE COORDENAÇÃO E FLEXIBILIDADE DE IDOSOS PRATICANTES DE ATIVIDADES AQUÁTICAS**
GABRIEL D'OLIVEIRA DA SILVA, Ana Paula Moratelli Prado, Giovana Zarpellon Mazo, Giselli Antunes
- 30. FORÇA DE MEMBROS INFERIORES COMO DETERMINANTE NA MANUTENÇÃO DA CAPACIDADE DE LOCOMOÇÃO EM IDOSOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA**
ROSEMARY RAUCHBACH, João Egdoberto Siqueira, Silvano Kruchelski, José Carlos Cassou, Dalton Grande
- 31. ÍNDICE DE APTIDÃO FUNCIONAL GERAL DE IDOSAS E FREQUÊNCIA EM AULAS DE GINÁSTICA**
PAULA DA ROSA WERNKE, Adilson Sant'Ana Cardoso, Lucélia Justino Borges, Tânia R. Bertoldo Benedetti, Giovana Zarpellon Mazo
- 32. AVALIAÇÃO DA FORÇA E ORIENTAÇÃO DE ATIVIDADES EM IDOSOS COM VISTA A MELHORIA DO PARÂMETRO**
JOÃO EGDOBERTO SIQUEIRA, Cynthia Maria Rocha Dutra, Marciane Maria Kulczyk, Juliana Cortes, Dalton Grande
- 33. DOMÍNIOS DE SATISFAÇÃO COM A VIDA E BEM ESTAR SUBJETIVO DE IDOSOS QUE PRATICAM HIDROGINÁSTICA**
ANNA REGINA GRINGS BARCELOS, Estela da Silva Mirapalmete
- 34. FATORES QUE MOTIVAM A ADEÇÃO DE IDOSOS EM PROGRAMAS DE ATIVIDADE FÍSICA DO PROJETO EXTENSIONISTA IDADE MAIOR EM MOVIMENTO**
MARILISA TERESINHA DE PAULA, Valdilei Josué Gräff, Janáina Nunes dos Santos, Mônica Possebon, Juarez Antônio Stürmer
- 35. COORDENAÇÃO MOTORA FINA DE IDOSAS PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOS**
DANIELLE LEDUR ANTES, Danielle Ledur Antes, Juliana Izabel Katzer, Sara Teresinha Corazza
- 36. COMPORTAMENTO DA APTIDÃO FUNCIONAL GERAL DE IDOSAS PRATICANTES DE ATIVIDADES AQUÁTICAS**
FERNANDA SEGALA, Aline Huber da Silva, Daiana Cristine Bundchen, Giovana Zarpellon Mazo

37. **AVALIAÇÃO DA CAPACIDADE FUNCIONAL EM IDOSAS PRATICANTES DE GINÁSTICA E HIDROGINÁSTICA**
ANA PAULA KUHNEN, Luciano Signori, Maycon José Duarte, Aline Carla Kuhnén, Marize Amorim Lopes
38. **RESPOSTA DA FREQUÊNCIA CARDÍACA E PERCEPÇÃO SUBJETIVA DO ESFORÇO DURANTE SESSÕES DE DANÇA AERÓBIA E STEP EM MULHERES IDOSAS**
TATIANE HALLAGE, Cristiane P. Miculis, Elisa C. R. dos Santos, Maressa P. Krause, Sergio G. da Silva
39. **GRUPO DA MELHOR IDADE RECORDAR É VIVER/PB: O IDOSO NA CONSTRUÇÃO DA ALTERIDADE E DA AUTONOMIA**
GEOVANILDO NUNES DE OLIVEIRA, Alvaro Luiz de Farias, Luciano Barbosa Justino, Maria de Fatima Ferreira de Araújo
40. **ANÁLISE DA RESISTÊNCIA AERÓBIA DE IDOSAS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA**
MYLA DE AGUIAR BITTENCOURT, Luciana Denicol, Ana Paula Kuhnén, Marize Amorim Lopes, Tânia Rosane Bertoldo Benedetti
41. **A INFLUÊNCIA DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO DE FORÇA DE SÉRIE ÚNICA DURANTE 12 SEMANAS SOBRE PARÂMETROS CARDIOVASCULARES EM IDOSOS**
ALVANDRO TEIXEIRA, Kleber Brum de Sá
42. **EFEITOS DA HIDROGINÁSTICA NA SIMETRIA DA MARCHA DE UMA PORTADORA DA DOENÇA DE PARKINSON**
DIOGO CUNHA DOS REIS, Maria Fermínia Luchtemberg de Bem, Antônio Renato Pereira Moro
43. **RELAÇÃO ENTRE ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E DESEMPENHO NO TESTE DE RESISTÊNCIA AERÓBIA EM IDOSOS**
CAROLINA NORONHA FERNANDES, Lucélia Justino Borges, Adilson Sant'Ana Cardoso, Tânia R. Bertoldo Benedetti, Giovana Zarpellon Mazo
44. **O INÍCIO DA PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS POR IDOSOS – OPÇÃO PRÓPRIA OU RECOMENDAÇÃO MÉDICA? PRAZER OU OBRIGAÇÃO?**
DANIEL VICENTINI DE OLIVEIRA, Bruna Stresser
45. **ATIVIDADES DA VIDA DIÁRIA DE IDOSOS PERTENCENTES A COMUNIDADE DO MACIÇO DO MORRO DA CRUZ E IMEDIAÇÕES**
MARIA FERMINIA LUCHTEMBERG DE BEM, Elusa Santina A. de Oliveira, Morgana Luchtemberg De Bem
46. **O TREINO DE POTÊNCIA E SUA INFLUÊNCIA NO TESTE DE SENTAR-LEVANTAR EM MULHERES \geq 56 ANOS**
JOSÉ AUGUSTO AYRES FLORENTINO, Ricardo Pedrozo Saldanha
47. **AVALIAÇÃO DO EQUILÍBRIO E ORIENTAÇÃO DE IDOSOS COM VISTA A MINIMIZAR A INCIDÊNCIA DE QUEDAS**
CYNTHIA MARIA ROCHA DUTRA, João Egdoberto Siqueira, Juliana Cortes, Marciane Maria Kulczyk, Ana Paula Loureiro
48. **BENEFÍCIOS DA CAMINHADA PARA MULHERES IDOSAS**
FRANCISCA MARIA ALEUDINEIA MONTE CUNHA, Luciana Zaranza Monteiro, Frederico Lemos Araújo, Raimunda Magalhães da Silva
49. **COMPARAÇÃO ENTRE DOIS METODOS DE ALONGAMENTO EM IDOSOS**
BRYANNE SILVA FIGUEIREDO, Marcelo Zager
50. **AVALIAÇÃO DA FORÇA EM MULHERES IDOSAS PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO**
OSVALDO D. SIQUEIRA, Cristiane Ortiz Schmidt, Adriana Truccolo, João Oliva, Luiz Crescente
51. **EXERCÍCIOS RESISTIDOS COM MATERIAL ALTERNATIVO PARA IDOSOS**
MAUREN DA SILVA SALIN, Jonas Alexandre Merkle, Fabiola Souza Leite, Daniela Branco Liposcki
52. **QUALIDADE DE VIDA EM HOMENS E MULHERES IDOSOS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA**
ANDRÉA KRÜGER GONÇALVES, Cíntia de La Rocha Freitas, Doralice Orrigo da Cunha Pol, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos, Adriane Teixeira
53. **AVALIAÇÃO DA AUTONOMIA FUNCIONAL DE IDOSOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA REGULAR**
SCHEYLA PAULA BOLLMANN OLESKOVICZ, Rita de Cássia C. Teodoroski
54. **TEMPO DE REAÇÃO E VARIÁVEIS ASSOCIADAS EM MULHERES IDOSAS**
MARIA ANGÉLICA BINOTTO, Katia Cristine Schmidt, Carmem Cristina Beck, Sidney Ferreira Farias
55. **ATIVIDADE FÍSICA E FORÇA DE PRENSÃO MANUAL EM IDOSOS**
PRISCILA RADEL VOLPATO, Lucas da Silveira Segalin, Anna Quialheiro Abreu da Silva, Luiz Augusto Belmonte, Rômulo Nolasco de Brito

56. **IMPACTO DO ENVELHECIMENTO SOBRE A APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE EM MULHERES DE DIFERENTES FAIXAS ETÁRIAS**
HUMBERTO JOSE CARDOSO PIANCA, Humberto José Cardoso Pianca, Fábio Luiz Cheche Pina, Gustavo Neri Tassi, Arli Ramos de Oliveira
57. **ANÁLISE DA FORÇA DE PREENSÃO MANUAL MÁXIMA EM IDOSAS PRATICANTES E NÃO-PRATICANTES DE EXERCÍCIO FÍSICO REGULAR**
LUIZ AUGUSTO OLIVEIRA BELMONTE, Jonathan Ache Dias, Luana Meneghini, Noé Gomes Borges Junior, Susana Cristina Domenech
58. **RELAÇÃO DA ASSIDUIDADE SOBRE A FORÇA MUSCULAR DE MEMBROS SUPERIORES EM IDOSOS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA**
LUCIANA DENICOL, Myla de Aguiar Bittencourt, Mariana Pereira Vasconcelos, Tânia R. Bertoldo Benedetti, Marize Amorim Lopes
59. **EFEITOS DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM TRÊS VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS DE INDIVÍDUOS IDOSOS**
ADRIANA TAVARES JAPIASSU, Adilson Sant'Ana Cardoso, Ana Paula Moratelli Prado, Giovana Zarpellon Mazo
60. **DESEMPENHO MOTOR DE IDOSOS DE BARBADOS: DADOS DA PESQUISA SABE**
HERTON XAVIER CORSEUIL, Aline Rodrigues Barbosa, Édio Luis Petroski
61. **A DANÇA DE SALÃO COMO QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO**
GELCEMAR OLIVEIRA FARIAS, Daniane Farias da Silva
62. **IMPACTO DA ATIVIDADE FÍSICA EM INDIVÍDUOS HIPERTENSOS COM IDADE ACIMA DE 55 ANOS EM RELAÇÃO AS VARIÁVEIS PRESSÃO ARTERIAL, NÍVEL DE GLICOSE SANGUÍNEA, COLESTEROL E TRIGLICERÍDEOS**
TATIANE TROMBINI, Beni Samarone de Lima
63. **INATIVIDADE FÍSICA E SUA ASSOCIAÇÃO COM ACIDENTE VASCULAR ENCEFÁLICO (AVE) EM IDOSOS DE HAVANA, CUBA**
RAILDO DA SILVA COQUEIRO, Aline Rodrigues Barbosa
64. **ANALISE DE ATIVIDADES FÍSICAS DESENVOLVIDAS ENTRE ACADÊMICOS DA UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA - UNISUL, CAMPUS DE TUBARÃO**
ANTONIO ALBERTO DE LARA JUNIOR, Sedenir H. Meurer
65. **REPETIÇÕES MÁXIMAS REALIZADAS A 80% DE 1-RM EM DIFERENTES GRUPOS MUSCULARES EM HOMENS DE MEIA-IDADE NÃO-ATIVOS**
CLAUDINEI FERREIRA DOS SANTOS, Juliano Baldan de Camargo, Gustavo Lucio Biscuola, Cleiton Augusto Libardi, Mara Patrícia Traina Chacon-Mikhail
66. **CORRELAÇÃO ENTRE O TESTE DE 12 MINUTOS E O QUESTIONÁRIO BAECKE PARA HOMENS DE MEIA-IDADE**
JOSÉ VÍTOR VIEIRA SALGADO, Sabrina Toffoli Leite, Melissa Antunes, Ludmila Ozana Benjamin, Mara Patrícia Traina Chacon-Mikhail
67. **CORRELAÇÃO ENTRE O TESTE DE CORRIDA DE 12 MINUTOS E O QUESTIONÁRIO IPAQ**
SABRINA TOFFOLI LEITE, Arthur Fernandes Gaspári, Cleiton Augusto Libardi, Giovana Verginia de Souza, Mara Patrícia Traina Chacon-Mikhail

17 DE NOVEMBRO – MANHÃ**TEMAS LIVRES****Sala Goiabeira – Área Temática 3: Estilo de Vida e Qualidade de Vida**

Coordenadores: Airton José Rombaldi e Neiva Leite

- 08:30 – 08:45 **PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER ENTRE ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**
AIRTON JOSÉ ROMBALDI, Renata Bielemann, Gicele Karini, Felipe Fossati Reichert, Mario Renato Azevedo
- 08:45 – 09:00 **CICLOS VITAIS E DE DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA E A PERCEPÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO**
JORGE BOTH, Juarez Vieira do Nascimento, Adriano Ferreti Borgatto
- 09:00 – 09:15 **PRÁTICAS DE ATIVIDADE FÍSICA EM ACADEMIAS: UM ESTUDO EPIDEMIOLÓGICO NO SUL DO BRASIL**
PAULA DE ANDRADE HERZBERG, Mario Renato Azevedo, Pedro Curi Hallal
- 09:15 – 09:30 **RELAÇÃO ENTRE O TEMPO DE TELEVISÃO ASSISTIDA DURANTE A SEMANA E AS VARIÁVEIS: ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA**
MIRIAN WERBA SALDANHA, Erijose Rodrigues de Lucena, Simone Gomes, Igor Soares Loss, Bruno Freire

Sala Laranjeira – Área Temática 8: Atividade Física e Envelhecimento

Coordenadores: Tânia Rosane Bertoldo Benedetti e Rosemary Rauchbach

- 08:30 – 08:45 **A RELEVÂNCIA DO TRABALHO INTERDISCIPLINAR NA SENESCÊNCIA ATIVA**
BIANCA GAMA PENA, Astral Teixeira Brandão, Pedro Paulo Noyma, Lorrene Tomazelli
- 08:45 – 09:00 **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E A PERCEPÇÃO DE FELICIDADE DOS IDOSOS DE FLORIANÓPOLIS**
TÂNIA R. BERTOLDO BENEDETTI, Edio Luiz Petroski, Lúcia Takase Gonçalves
- 09:00 – 09:15 **PRESCRIÇÃO E ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL DE ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS**
ADRIANA SCHULER CAVALLI, Marcelo Olivera Cavalli, Giovana Cieckovicz Peuckrt, Robert Wagner Bonapace Menezes, Luiz Maurício Leão de Aguiar
- 09:15 – 09:30 **A INFLUÊNCIA DE UM TREINAMENTO RESISTIDO DE SÉRIE ÚNICA DE 12 SEMANAS NO INCREMENTO DA RESISTÊNCIA MUSCULAR LOCALIZADA EM ADULTOS ACIMA DE 55 ANOS**
KLEBER BRUM DE SÁ, Wagner Ruy

Sala Pitangueira – Área Temática 4: Intervenções e Programas de Promoção da Saúde

Coordenadores: Antonio Cesar Cabral de Oliveira e Hector Luiz Rodrigues Munaro

- 08:30 – 08:45 **EFEITOS DE UMA INTERVEÇÃO EDUCACIONAL DE CURTA DURAÇÃO SOBRE OS ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO RELATIVO A ATIVIDADE FÍSICA**
HECTOR LUIZ RODRIGUES MUNARO, Markus Vinicius Nahas
- 08:45 – 09:00 **INFLUÊNCIA DO TEMPO DE PRÁTICA DE HIDROGINÁSTICA AO LONGO DA GESTAÇÃO NO COMPORTAMENTO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA E DA PRESSÃO ARTERIAL DE REPOUSO, DENTRO E FORA DA ÁGUA**
ANA CAROLINA KANITZ, Roberta Bgeginski, Ilana Finkelstein, Luiz Fernando Martins Krueh
- 09:00 – 09:15 **EFEITO DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS E TÉCNICAS COGNITIVO COMPORTAMENTAIS NOS NÍVEIS DE DOR, INSÔNIA E ESTRESSE DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS**
EDUARDO MERINO, Benno Becker Júnior, José Luis Lancho Alonso, Douglas Cássio Strucher

- 09:15 – 09:30 EFEITO DE ORIENTAÇÕES SISTEMÁTICAS DA IMPORTÂNCIA DE UM ESTILO DE VIDA ATIVO NOS NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESCOLARES – UM ESTUDO LONGITUDINAL
DIEGO AUGUSTO SANTOS SILVA, Antônio César Cabral de Oliveira, José Jean de Oliveira Toscano, Ana Angélica Santana Souza, Ludemylla Luanna Barreto Silva

Sala Aroeira – Área Temática 6: Doenças e Agravos não Transmissíveis e Atividade Física

Coordenadores: Maria Fátima Glaner e Cassiano Ricardo Rech

- 08:30 – 08:45 PRESENÇA DE FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR EM MULHERES COM SÍNDROME FIBROMIÁLGICA
ÁUREA SAKAMOTO PAIS, Fernanda Da Silva Ferreira, Viviane Do Valle Porto Reis, Maria Lúcia Alves Cavaliere, José Silvio De Oliveira Barbosa
- 08:45 – 09:00 ANÁLISE DE FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR EM FREQUENTADORES DE PARQUES PÚBLICOS DO MUNICÍPIO DE LONDRINA
MÁRIO CARLOS WELIN BALVEDI, Túlio Rangel de Camargo Pacheco, Roberta Lidiane de Oliveira Esteves, Liane Sardi, Márcia Greguol Gorgatti
- 09:00 – 09:15 RISCO CARDIOVASCULAR EM PRATICANTES DE ATIVIDADES FÍSICAS SEM SUPERVISÃO
HÉLCIO KANEGUSUKU, Teresa Bartholomeu, Luiz A.R. Costa, Taís Tinucci, Cláudia L.M. Forjaz
- 09:15 – 09:30 NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA COMO INDICADOR DO RISCO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES
MARIA FÁTIMA GLANER, William Alves Lima

Sala Petúnia – Área Temática 10: Cineantropometria, Desempenho Humano e Fisiologia do Exercício

Coordenadores: Luiz Guilherme Antonacci Guglielmo e Rosane Carla Rosendo da Silva

- 08:30 – 08:45 EFEITO DA SOBRECARGA DE FRUTOSE NO DESEMPENHO FÍSICO DE RATOS WISTAR SUBMETIDOS A TESTE DE EXERCÍCIO FÍSICO PROGRESSIVO
PAULA MARIA DALVIO GONÇALVES, Rogério Brandão Wichi, Carolina Soares Marins Pinto
- 08:45 – 09:00 EFEITOS DA NANDROLONA SOBRE A RESPOSTA VASCULAR DE RATOS SEDENTÁRIOS E TREINADOS
THIAGO BRUDER NASCIMENTO, Sandra Cordellini
- 09:00 – 09:15 RESPOSTA DO TREINAMENTO FÍSICO CONTINUO E INTERVALADO SOBRE MARCADORES DE ESTRESSE OXIDATIVO EM DIFERENTES ESTUTURAS DE CAMUNDONGOS
CLEBER AURINO DE PINHO, Luciano A. Silva, Luis G. C. Rocha, Paulo L. Silveira, Ricardo A. Pinho
- 09:15 – 09:30 EFEITOS PREVENTIVOS DO EXERCÍCIO FÍSICO SOBRE A RESPOSTA OXIDATIVA PULMONAR EM CAMUNDONGOS EXPOSTOS A FUMAÇA DO CIGARRO
RENATA TISCOSKI NESI, Bruno Menegali, Priscila Soares, Paulo Cesar Lock Silveira, Ricardo Aurino Pinho

PÔSTERES 4 (08:30-12:30)

Área Temática 4: Intervenções e Programas de Promoção da Saúde

Coordenadores: Sandra Fachineto e Daniel Rogério Petreça

1. A INFLUÊNCIA DO PROGRAMA SESI GINÁSTICA NA EMPRESA NA MUDANÇA DE COMPORTAMENTO DOS COLABORADORES DO SETOR DE ACABAMENTO MECÂNICO DA EMPRESA TUPY FUNDIÇÕES - UNIDADE MAUÁ
JOSIMERI NICOLODI NESPECA
2. CONTRIBUIÇÕES DAS ATIVIDADES AQUÁTICAS PARA A DIMINUIÇÃO DAS ANSIEDADES GESTACIONAIS
TATIANA MONTENEGRO

3. **PESQUISA DE VO2 MAX DAS MULHERES DE CONCÓRDIA, SC, BRASIL E SUA ANÁLISE COMPARATIVA COM VO2 MAX DAS MULHERES DE USA**
IOURI KALININE, Eduardo Kalinine, Galina Kalinina
4. **AS VIVÊNCIAS LÚDICAS COMO COADJUVANTE NA REVERSÃO DA DISLIPIDEMIA**
MICHELE MEDEIROS SILVEIRA, Albertina Bonetti, Maria da Graça W. Balen, Rodrigo Schutz, Geny Aparecida Cantos
5. **DISTRIBUIÇÃO DE “FOLDER” COMO AÇÃO EDUCATIVA PARA UM ESTILO DE VIDA MAIS ATIVO**
DALTON GRANDE, Jose Carlos Cassou, Rosemary Rauchbach, Silvano Kruchelski, João Egdoberto Siqueira
6. **PREFERÊNCIAS QUANTO A PARTICIPAÇÃO NAS ATIVIDADES DO PENTÁCULO DO BEM-ESTAR NO EVENTO ESPORTE CIDADANIA DOS ESTADOS DO RS, SC E PR**
OLGA DENISE OLIVEIRA WAGNER, Olga Denise Oliveira Wagner, Rafael Barcelos, Debora Lara
7. **TREINAMENTO CONCORRENTE COM SÉRIES SIMPLES EM PACIENTES HIV POSITIVO: AVALIAÇÃO HEMATOLÓGICA**
CARLA ZANELATTO, Sandrine Comparsi Wagner, Marta Rosecler Bez, Juliano Varela de Carvalho, Alexandre Ramos Lazzarotto
8. **O TREINAMENTO CONCORRENTE COM SÉRIES SIMPLES NA CAPACIDADE AERÓBIA, FORÇA MUSCULAR, MASSA CORPORAL E PARÂMETROS IMUNOLÓGICO E VIROLÓGICO DE PORTADORES DO HIV**
ALEXANDRE RAMOS LAZZAROTTO, Luís Fernando Deresz, Gustavo Wacławowski, Heloisa Sporleder, Adroaldo Gaya
9. **A INFLUÊNCIA DA EDUCAÇÃO DA POSTURA DINÂMICA NAS ATIVIDADES DE VIDA DIÁRIA DE DONAS DE CASA**
RÚBIA BERNARDES, Anneliese Schonhorst Rocha, Elisângela Torilla Zanette
10. **UTILIZAÇÃO DE RECURSOS INFORMATIVOS POR PROGRAMAS DE GINÁSTICA LABORAL**
ADRIANA SEÁRA TIRLONI, Janáina Dáros Miralles
11. **A ATIVIDADE FÍSICA EM RELAÇÃO AO COMPORTAMENTO E SATISFAÇÃO SEXUAL EM ADULTOS JOVENS ATIVOS**
CIBELE LIMA DOS SANTOS, Marize de Amorim Lopes, Március de Almeida Gomes
12. **A INFLUÊNCIA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA ADESÃO DE ADOLESCENTES OBESOS AO TREINAMENTO FÍSICO: ESTUDO DE CASO**
CLAUDIA FACHIN GUARDA, Débora Rios Garcia, Elisangela Zanete
13. **PROGRAMA VIDA SAUDÁVEL: IMPLANTAÇÃO DE UM PROGRAMA VOLTADO A PROMOÇÃO DA SAÚDE**
WALLACY MILTON DO NASCIMENTO FEITOSA, Agostinho Gonçalves da Silva Júnior, Sibebe Ribeiro de Oliveira, Angélica Tenório da Silva
14. **FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS CRÔNICAS E IMPACTO DO EXERCÍCIO FÍSICO E DA ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL SOBRE A COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ADOLESCENTES OBESOS DE GOIÂNIA - GO**
SÍLVIA SALETE OZELAME, Maria Sebastiana Silva
15. **A INFLUENCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NO TESTE DE FORÇA PARA PORTADORES DE DIABETES MELLITUS**
ANDREA KARLA BREUNIG DE FREITAS, Jorge Luiz dos Santos de Souza, Rodrigo Ghedini Gheller, Simone Aparecida Pereira Marques, Luiz Osório Cruz Portela
16. **A LUDICIDADE COMO FATOR DE MOTIVAÇÃO À PRÁTICA DA GINÁSTICA LABORAL NA EMPRESA FIASUL IND. DE FIOS LTDA - TOLEDO/PR**
LEONARDO DALLA VECCHIA, Nádia A. Fuchs, Fernando Thoming, Anselmo de Athayde Costa e Silva, Fábio Bertapelli
17. **PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL E A DIMINUIÇÃO DA INTENSIDADE DE DORES MUSCULAR**
DÉBORA RIOS GARCIA, Jorge Luiz de Souza
18. **PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA BRIGADA DE INCÊNDIO**
WAGNER MORAES DA SILVA, Ricardo Busquim Massucato, Jackson Barbosa jorge, Fausto Ganem Rodrigues, Ricardo Gonçalves
19. **PROGRAMA DE GESTÃO DA ATIVIDADE FÍSICA EMPRESARIAL EM UMA EMPRESA DA CIDADE DE MARINGÁ-PR**
JOSIMARA DAYANA PEREIRA DOS SANTOS, Marcio Buzo, Rosana Rodrigues de Mello Muriana, Emanuela Rodrigues
20. **INFLUÊNCIA DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO RESISTIDO NA QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS NA UNIVILLE**
CARLA WERLANG COELHO, Joseli Ribeiro da Silva, Paulo Roberto Jannig, Ana Claudia Cardoso, Eriberto Fleischmann

21. **BENEFÍCIOS DA GINÁSTICA LABORAL NA QUALIDADE DE VIDA DE TRABALHADORES**
JACKSON BARBOSA JORGE, Wagner Moraes da Silva, Jonas Alves Almeida Neto, Sílvia Cristina Vieira, Fabiane Tavares Cirillo
22. **COORDENAÇÃO MOTORA E FORÇA EM ASMÁTICOS PRATICANTES DE UM PROGRAMA REGULAR DE EXERCÍCIOS FÍSICOS**
ANDRESSA RIBEIRO CONTREIRA, Sarita Nascimento de Salles, Mirela Pereira da Silva, Juliana Izabel Katzer, Sara Teresinha Corazza
23. **AÇÕES EXTENSIONISTAS, EDUCATIVAS E MELHORIAS NA QUALIDADE DE VIDA DO SERVIDOR: A VIVÊNCIA NA UFSCAR**
SELVA MARIA GUIMARÃES BARRETO, Aline Priscila Boni, Thays Yara Teófilo Borges Campos
24. **UTILIZAÇÃO DO LEG PRESS E DA CADEIRA EXTENSORA NO EXERCÍCIO DE EXTENSÃO DE JOELHOS EM PORTADORES DE CONDROMALÁCIA PATELAR**
DANILO MARTINEZ SCREMIN, Vinícius Rodrigues Araújo do Nascimento, Daniele Nascimento Silva, Gustavo Casimiro Lopes
25. **ACONSELHAMENTO PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA: UM ESTUDO DE BASE POPULACIONAL**
SHANA GINAR DA SILVA, Pedro Curi Hallal, Mário Renato Azevedo, Pitágoras Machado
26. **EFEITO DA TERAPIA MANUAL NO ALÍVIO DA DOR E NA QUALIDADE DE VIDA NO INDIVÍDUO COM CEFALÉIA TENSIONAL**
JAQUELINE SELMA DE SOUZA, Micheline Henrique Araújo da Luz Koerich
27. **EFEITOS DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA DE INTENSIDADE MODERADA NA APTIDÃO FUNCIONAL DE MULHERES IDOSAS**
SANDRA AIRES FERREIRA, Priscila Missaki Nakamura, Ricardo Augusto Barbieri, Marcos Roberto Queiroga, Eduardo Kokubun
28. **INFLUÊNCIA DA FISIOTERAPIA AQUÁTICA NA SENSAÇÃO SUBJETIVA DA DOR NO OMBRO EM NADADORES**
FERNANDA AQUINO COSTA, Fernanda Aquino Costa, Daniela Lopes dos Santos
29. **O EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO NA DIMINUIÇÃO DA DOR EM PACIENTES PORTADORES DE LOMBALGIA DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE DE MAFRA - SC**
DANIEL ROGÉRIO PETREÇA, Fabíola Herbst Rodrigues, Tania Bertoldo Benedetti
30. **A INTERFERÊNCIA DA PRÁTICA DE HIDROGINÁSTICA NO ESTADO EMOCIONAL EM MULHERES**
VINICIUS POLONI LOPES, Rafael Rodrigues Paukoski Fernandes
31. **PERCEPÇÃO DOS PARTICIPANTES DE GINÁSTICA LABORAL**
SILVIA TREVISAN,
32. **LESÃO NO MANGUITO ROTADOR E O TRABALHO DE REABILITAÇÃO COM EXERCÍCIOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA**
ARIANA DE SOUZA CAMPOS, Ana Carolina Paludo, Andréia Weis, Fabrícia Daniela Almeida, Adriane Zanatta
33. **DESENVOLVIMENTO NEUROMUSCULAR EM UM SUJEITO COM PARALISIA CEREBRAL EM UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS RESISTIDOS E A INFLUÊNCIA EM SUAS ATIVIDADES DE VIDA DIÁRIA**
RICARDO DE ALMEIDA PIMENTA, Prof. Dr. John Peter Nasser, Profa. Ms. Angela Teresinha Zuchetto
34. **BENEFÍCIOS DO PROCESSO DE ENSINO DA NATAÇÃO PARA CRIANÇAS COM DISFUNÇÃO DE DÉFICIT DE ATENÇÃO E HIPIRATIVIDADE**
CAMILA FAGUNDES MACHADO, Katia Fonseca da Silva, Leonardo Negri Mueller, Marcelo Zanusso Costa, Dione Moreira Nunes
35. **PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO PROGRAMA DE SAÚDE DA FAMÍLIA (PSF): UTOPIA OU REALIDADE?**
FÁBIO AUGUSTO BRUGNEROTTO, Oséias Paulino de Souza Júnior
36. **MUDANÇA DE COMPORTAMENTO EM CRIANÇAS COM INÍCIO DA PRÁTICA DE NATAÇÃO**
AMANDA CRISTINA DE SOUZA GENEROSO, Patrícia Esther Fendrich Magri, Caroline Maria de Oliveira
37. **ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE MENTAL**
GABRIELLA FERREIRA BRAGA, Ana Paula Silva, Diego Cristovão Feliciano, Luciano Fernandes Crozara, Patricia Silvestre de Freitas
38. **AValiação de Fatores de Risco Cardiovascular em Praticantes de Atividade Física Não Orientada**
DANIEL CIA KOIKE, Victor Castellan do Nascimento, Tiago Mota Marques, Rafael Crevelenti Zucco Thiago Mamprim Galimbertti, Rogério Brandão Wichi

39. **BENEFÍCIOS DE UM PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL PARA SERVIDORAS DE ASSOCIAÇÕES DE LAVANDERIAS DA CIDADE DE MONTES CLAROS – MG**
STEFANIA XAVIER DA SILVA, Jean Claude Lafeté, Rilson Raimundo Pereira
40. **PERFIL DOS PARTICIPANTES DO PROJETO CAMINHAR PARA SAÚDE DE JOINVILLE**
LISIANE NEUBERT DE SOUZA, Daniela de Farias Bruno, Joseli Ribeiro da Silva, Carla Werlang Coelho, Eriberto Fleischmann
41. **RELAÇÃO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E O PERCENTUAL DE GORDURA EM ADULTOS**
JOANA VIEIRA DE BONA, Lisiane Schilling Poeta, Joris Pazin
42. **ÍNDICE GLICÊMICO DOS PARTICIPANTES DO PROJETO CAMINHAR PARA SAÚDE DE JOINVILLE**
DANIELA DE FARIAS BRUNO, Lisiane Neubert de Souza, Ana Cláudia Cardoso, Eriberto Fleischmann, Carla Werlang Coelho
43. **BENEFÍCIOS DA GINÁSTICA LABORAL PARA VESTIBULANDOS**
TALITA LIMA CHECHIN CAMACHO ARREBOLA, Evanil Antonio Guarido
44. **FLEXIBILIDADE DE PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR COM DANÇA DE SALÃO E NO TREINAMENTO REALIZADO CONVENCIONALMENTE**
Luís Roberto Fernandes Júnior, Mirele Porto Quites, Fernanda Guidarini Monte, Christiani Schweitzer, Tales de Carvalho
45. **RESPOSTA CRONOTRÓPICA DE PACIENTES DA REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR NO TREINAMENTO REALIZADO CONVENCIONALMENTE E COM DANÇA DE SALÃO**
MIRELE PORTO QUITES, Luís Roberto Fernandes Júnior, Fernanda Guidarini Monte, Ana Valéria de Souza, Tales de Carvalho
46. **ADERÊNCIA VERSUS DESISTÊNCIA DE PROGRAMA ESTRUTURADO DE EXERCÍCIOS FÍSICOS: A INFLUÊNCIA DO ESTILO DE VIDA E DA CAPACIDADE MOTORA PERCEBIDA DE IDOSOS DE PALMITOS-SC**
CINARA MARIA LZE SAGGIORATTO, Mário César Nascimento, Karina Schopf, Kellyn Christina B. Vargas, Joice Klunk
47. **COMPORTAMENTO DA FORÇA MUSCULAR ATRAVÉS DE UM TREINAMENTO DE FORÇA NO MEIO LÍQUIDO EM MULHERES JOVENS E SAUDÁVEIS**
ANDRÉIA SILVEIRA DE SOUZA, Bianca Hirshmann, Bruno Mastrascusa Rodrigues, Carlos Leandro Tiggemann, Luiz Fernando Martins Kruel
48. **EFEITOS DA PRÁTICA DE HATHA-YOGA SOBRE A QUALIDADE DO SONO E QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES COM SÍNDROME DA FIBROMIALGIA**
ALESSANDRA BERTINATTO PINTO FONSECA, Sabrina de Oliveira Sanches, Kerle Klein, Leonardo Mozzaquatro Schneider, Alexandro Andrade
49. **CARACTERIZAÇÃO QUANTO AO SEXO, IDADE, NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL E OBJETIVOS PARA A PRÁTICA DE MUSCULAÇÃO EM PROJETO DE EXTENSÃO DO PET EDUCAÇÃO FÍSICA DA UFMS**
LEONARDO LIZIERO, Fernanda Karolline de Oliveira Guimarães, Cláudia Aparecida Stefane, Fabricio Cesar de Paula Ravagnani
50. **ANÁLISE DO PERFIL DOS ATLETAS PROFISSIONAIS DE FUTSAL DA EQUIPE MALWEE – JARAGUÁ DO SUL**
JAQUELINE DE FÁTIMA BIAZUS, Rodrigo da Rosa Iop, Luci Fabiane Scheffer Moraes, Inês Alessandra Xavier Lima, João Luiz Martins
51. **COMPORTAMENTO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA E DISTANCIA PERCORRIDA NA CAMINHADA AQUÁTICA EM SUSPENSÃO EM CRIANÇAS OBESAS**
LEILANE LAZAROTTO, Armando Ferreira da Fonseca Júnior, Artur Luis Silva, Jean Fuzetti Cavazza, Patrícia Camila
52. **RELATO DE AÇÕES DIDÁTICO-PEDAGÓGICAS NA ATENÇÃO BÁSICA EM SAÚDE NO CURSO DE FISIOTERAPIA DA FACULDADE ESTÁCIO DE SÁ DE SANTA CATARINA**
ELISÂNGELA WEIGEL SCHAPPO, Rita de Cássia Clark Teodoroski
53. **PERFIL DOS PRATICANTES DO PROJETO RITMO E MOVIMENTO**
DEVISON MAICON GARCIA, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães, Joseani Paulini Neves Simas, Fabiana Bertermes
54. **PERFIL POSTURAL DOS PRATICANTES DO PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA DA FACULDADE ESTÁCIO DE SÁ DE SANTA CATARINA**
RITA DE CASSIA CLARK TEODOROSKI, Elisângela Weigel Schappo
55. **CICLOS DE GINASTICA NA EMPRESA**
LUIS FERNANDO ARZAMENDIA, Elaine Faria de Moraes, Fabio Jose dos Santos, Moacir DalPiaz

56. **SUPLEMENTAÇÃO COM L-GLUTAMINA E RESPOSTA IMUNE EM RATOS SUBMETIDOS AO TREINAMENTO AERÓBIO EXAUSTIVO**
SILVAN SILVA DE ARAUJO, José Melquiades de R. Neto, Lorena Almeida de Melo, Thássio Ricardo Ribeiro Mesquita, Sheilla da Silva Barroso
57. **PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA NA ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE**
RAFAELA MENDES, Ane Rosa Martinovyski, Bryanne Silva Figueiredo, Vanessa Schweitzer

Área Temática 5: Nutrição e Obesidade

Coordenador: Juliano Dal Pupo e João Marcos Ferreira de L. Silva

1. **CRESCIMENTO FÍSICO E OS HÁBITOS DE VIDA DE ESCOLARES DA REDE MUNICIPAL DE CAXIAS DO SUL/RS**
ODIONE REIS MACHADO, Daniel Zacaron
2. **EFEITOS DA APLICAÇÃO SUBCUTÂNEA DE FOSFATIDILCOLINA SOBRE PARÂMETROS SANGUÍNEOS DE RATOS EXERCITADOS**
JOSÉ DIEGO BOTEZELLI, Maria Alice Rostom de Mello
3. **COMPOSIÇÃO CORPORAL, ATIVIDADE FÍSICA E CONSUMO ALIMENTAR DE ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO DE CAMPINAS**
ALAN A RODRIGUES, Luiz Ernani S. Braga, Marcelo Filocomo, Carlos Zamai, Cláudio Zago Junior
4. **PERFIL NUTRICIONAL DE CRIANÇAS DE 6 A 11 ANOS DE UMA ESCOLA**
CLAUDIO ZAGO JR, Alan A. Rodrigues, Luis Ernani S. Braga, Marcelo Filocomo, Carlos Zamai
5. **ESTUDO DO ESTADO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS NA IDADE ESCOLAR DE ESCOLAS PÚBLICAS DE SUMARÉ**
PAULA CIOL, Luiz Ernani S Braga, Marcelo Filócomo, Carlos Zamai, Alan A rodrigues
6. **PREVALÊNCIA DE OBESIDADE EM ADULTOS DE PELOTAS, RS**
JAQUELINE COPETTI, Mario Renato Azevedo, Pedro Curi Hallal
7. **PREVELÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ESCOLARES DA CIDADE DE SÃO PAULO**
JOÃO MARCELO DE QUEIROZ MIRANDA, Leandro da Silva, Daniel Cia Koike, Marcus Vinícius Palmeira, Rogério Brandão Wichi
8. **EXCESSO DE PESO CORPORAL E COMPORTAMENTOS SEDENTÁRIOS EM ADOLESCENTES DE CAXIAS DO SUL, RS**
DANIEL GIORDANI VASQUES, Adair da Silva Lopes
9. **EQUILÍBRIO UNIPODAL DE CRIANÇAS OBESOS**
KARLA MENDONÇA MENEZES, Estefania Bertoldo Venturini, Fernando Copetti
10. **DISTRIBUIÇÃO DE MACRONUTRIENTES NA DIETA DE AVIADORES MILITARES**
ÂNGELO MARCELO BELAS COUTINHO, Paulo Cesar Soter da Silveira Junior, Marcos André Pereira de Barros, Luiz Jorge Conceição Junior, Estélio Henrique Martin Dantas
11. **ANÁLISE DA INCIDÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE ENTRE ESCOLARES DE 07 A 10 ANOS DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO DISTRITO DE SOUSAS**
JOSY CARLA DE MOARES, Carlos Zamai, Alan A Rodrigues
12. **QUESTIONÁRIO ALIMENTAR DO DIA ANTERIOR (QUADA) PARA CRIANÇAS EM IDADE ESCOLAR: VALIDADE EXTERNA DA SEGUNDA VERSÃO**
JUCEMAR BENEDET, Raquel Kerpel, Maria Alice A. de Assis, Débora Guimarães, Fabiani Baramarchi
13. **PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ESCOLARES DA REDE PÚBLICA DE SAPIRANGA, RS, SEGUNDO DOIS CRITÉRIOS DE CLASSIFICAÇÃO**
MONICA POSSEBON, Rodrigo Schneider da Silva
14. **PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC**
MARUÍ WEBER CORSEUIL, João Marcos Ferreira Lima da Silva, Andreia Pelegrini, Edio Luiz Petroski

15. **PREVALÊNCIAS DE SOBREPESO E DE OBESIDADE EM ESTUDANTES DE ESCOLA PÚBLICA E PRIVADA DE FLORIANÓPOLIS, SC**
GABRIELA DALSSASSO RICARDO, Karine Elmisan Zolet, Fernanda Guidarini Monte, Mirele Porto Quites, Tales de Carvalho
16. **PREVALÊNCIA DE DESNUTRIÇÃO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES DA REGIÃO DE COTINGUIBA, SE, BRASIL**
Andreia Pelegrini, Edio Luiz Petroski, Roberto Jerônimo dos Santos Silva
17. **ASSOCIAÇÃO ENTRE COLESTEROL TOTAL E CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA EM MULHERES ADULTAS**
ROGÉRIO TOSTA DE ALMEIDA, Maura Maria Guimarães de Almeida, Tânia Maria de Araújo, Diva Eleonora da Rocha Lima
18. **PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE E FATORES ASSOCIADOS EM CRIANÇAS DE 5 À 10 ANOS, ESTUDANTES DO MUNICÍPIO DE MARAVILHA/SC**
ELIÉSER FELIPE LIVINALLI, Andréa Jaqueline Prates Ribeiro, Sandra Fachineto
19. **ANÁLISE DA PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM UM GRUPO DE PESSOAS COM DIABETES TIPO 2**
ALANA MARTINS GONÇALVES, Jaqueline Copetti, Luciana Brandolt, Cristiano Fernandes Montanha, João Carlos da Silva
20. **PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ESCOLARES DOS ANOS INICIAIS DE UMA ESCOLA PÚBLICA DE CAMPO GRANDE - MS**
ALBERTO ZEOLA VIEIRA, Dandara Boiarenco Amorim, Rafael de Werk, Paulo Ricardo Martins Nuñez, Júnior Vagner Pereira da Silva
21. **PERFIL DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL DE UMA ESCOLA PARTICULAR DE CAMPO GRANDE – MS**
JUNIOR VAGNER PEREIRA DA SILVA, Sandro Torales Schulz, Paulo Ricardo Martins Nuñez
22. **CONSUMO DE FRUTAS E VERDURAS DE ADOLESCENTES CATARINENSES**
LEANDRO AUGUSTO ROMANSINI, Ruy Jornada Krebs
23. **PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE NO QUADRO DE OFICIAIS E SARGENTOS DO 3º GRUPO DE ARTILHARIA ANTIAÉREA**
VALÉRIA HEYDRICH, Deivid Neto de Oliveira, Marcelo Alexandre Marcon, Valdeci Foza
24. **O IMPACTO DA SILHUETA RANDÔMICA NA AVALIAÇÃO DA PERCEPÇÃO CORPORAL: UM ESTUDO COM UNIVERSITÁRIOS**
SCHELYNE RIBAS DA SILVA, Priscila Garcia Marques da Rocha, Leonardo Pestillo de Oliveira, Christi Noriko Sonoo, José Luiz Lopes Vieira
25. **QUALIDADE DE VIDA DE ADOLESCENTES DE ESCOLAS PARTICULARES**
ALEX PINHEIRO GORDIA, Wagner de Campos, Teresa Maria Bianchini de Quadros, Rosane Carla Rosendo da Silva, Guanís de Barros Vilela Júnior
26. **AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DOS PARTICIPANTES DO PROJETO CAMINHADA DA SAÚDE ATRAVÉS DA TÉCNICA DE IMPEDÂNCIA BIOELÉTRICA**
FREDERICO LEMOS ARAÚJO, Luciana Zaranza Monteiro, Carlos Antônio Bruno da Silva, Mônica Helena Neves Pereira Pinheiro
27. **EXCESSO DE PESO E NÍVEL SOCIOECONÔMICO DE ESCOLARES DE PONTA GROSSA – PR**
LUIZ RODRIGO AUGUSTEMAK DE LIMA, Cassiano Ricardo Rech, Eliane Denise da Silveira Araújo, Rodolfo André Dellagrana, André de Camargo Smolarek
28. **ASSOCIAÇÃO ENTRE ESTADO NUTRICIONAL E ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES DE MARINGÁ-PR**
ANNE DAL MAGRO MELLO, Augusto César Ferreira de Moraes, Carolina Izumi, Jaqueline Handa, Valdir Antonio Gonçalves
29. **ESTADO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS DO INSTITUTO JOÃO XXIII DO MUNICÍPIO DE PONTA GROSSA, PR**
ANDRÉ DE CAMARGO SMOLAREK, Elton Bonfim Gomes, Luiz Rodrigo Augustemak, André Geraldo Brauer, Cassiano Ricardo Rech
30. **OBESIDADE NA CRIANÇA E NO ADOLESCENTE : MATURAÇÃO E PERFORMANCE MOTORA**
SILENE BARBOSA MONTORO, Roberto Teixeira Mendes, Miguel de Arruda, Antônio Barros Filho, Angélica Maria Bicudo Zeferino
31. **EFEITOS DO TREINAMENTO COM CAMINHADA/CORRIDA AQUÁTICA EM SUSPENSÃO NA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES OBESOS**
ARMANDO FERREIRA DA FONSECA JÚNIOR, Jean Fuzetti Cavazza, Leilane Lazarotto, Maria de Fátima Aguiar Lopes, Patrícia Camilo

32. **ANÁLISE DA PROPORÇÃO DE ESCOLARES COM INDICADORES DE SOBREPESO E OBESIDADE EM UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO DA CIDADE DE MARINGÁ/PR**
PAULO TSUNETI, Augusto César Ferreira de Moraes, Fabio Ricardo Acêncio, Sílvio César Gonçalves, Melaine Mota Macedo
33. **ASSOCIAÇÃO ENTRE APTIDÃO FÍSICA E ESTADO NUTRICIONAL EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES OBESAS E NÃO OBESAS**
VITOR HUGO STELLE, Maria do Carmo Silva, Raquel de Melo Martins, Rômulo Araújo Fernandes, Enio Ricardo Vaz Ronque
34. **ASSOCIAÇÃO ENTRE INDICADORES DE SOBREPESO E OBESIDADE EM UM PROGRAMA DE ATIVIDADES FÍSICAS**
SABRINA RIBEIRO JORGE, Priscilla Bertoldo Santos, Cesar Macuco, Larissa Rosa da Silva, Julimar Luiz Pereira
35. **ESTUDO DO ESTADO NUTRICIONAL DE ESCOLARES DE 5 A 12 ANOS DA CIDADE DE PUERTO IGUAZÚ – MISSIONES – ARGENTINA**
BRUNO GUILHERME MORAIS PAGAN
36. **INCIDÊNCIA DE OBESIDADE E EXCESSO DE PESO ENTRE ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO NA CIDADE DE CURITIBA**
KARINI BORGES DOS SANTOS, Carlos André Paes, Larissa Rosa da Silva, Priscilla Bertoldo Santos, Julimar Luiz Pereira
37. **INCIDÊNCIA DE OBESIDADE E SOBREPESO EM BANHISTAS DE BARRA DO SUL EM SANTA CATARINA**
LARISSA ROSA DA SILVA, Karini Borges dos Santos, Priscilla Bertoldo Santos, Sabrina Ribeiro Jorge, Julimar Luiz Pereira
38. **PREVALÊNCIA DE OBESIDADE EXTREMA ENTRE ADOLESCENTES PARTICIPANTES DO PROGRAMA DE TRATAMENTO MULTIPROFISSIONAL DA OBESIDADE**
GLAUCO BARNEZ PIGNATA CATTAL, Débora de Pinho Freitas, Fabiana Alonso Rocha, Luzia Jaeger Hintze, Nelson Nardo Junior
39. **AUTOPERCEÇÃO DE ADOLESCENTES OBESOS REFERENTE AOS ASPECTOS DA APARÊNCIA E AUTOESTIMA**
DÉBORA DE PINHO FREITAS, Tatiane Aparecida Ribeiro da Silva, Bruno Guilherme Morais Pagan, Fabiana Alonso Rocha, Nelson Nardo Junior
40. **DISPÊNDIO ENERGÉTICO LÍQUIDO NO TREINO CONCORRENTE EM MULHERES COM EXCESSO DE PESO**
RONEI SILVEIRA PINTO, Maria José Valamatos, Elvis Camero, Pedro Mil-Homens Santos, Luís Bettencourt SARDINHA
41. **RELAÇÃO ENTRE O LAZER DIGITAL E INDICADOR NUTRICIONAL EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC**
NATHALIA CRISTINA MATOS, Karoliny Debiasi Ghedin, João Marcos Ferreira Lima da Silva, Andreia Pelegrini, Edio Luiz Petroski
42. **ASSOCIAÇÃO ENTRE PERCEÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E ESTADO NUTRICIONAL EM ADOLESCENTES DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC**
JULIANA TELLES DE CASTRO, Fernanda Fauth, Andreia Pelegrini, João Marcos Ferreira Lima da Silva, Edio Luiz Petroski
43. **AVALIAÇÃO DA INCIDÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ESCOLARES: UTILIZAÇÃO DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL**
JOSIAS FERREIRA DA SILVA, Antonia Dalla Pria Bankoff, Maria Beatriz Rocha Ferreira

17 DE NOVEMBRO – TARDE

TEMAS LIVRES

Sala Goiabeira – Área Temática 2: Ambiente e Promoção da Saúde

Coordenadores: Sidney Ferreira de Farias e Rodrigo Siqueira Reis

- 13:30 – 13:45 **A INFLUÊNCIA DO SUPORTE SOCIAL DOS AMBIENTES FAMILIAR E ESCOLAR NO SOBREPESO E OBESIDADE DE ADOLESCENTES**
JACQUELINE MARCHAR, Ciro Romélio Rodríguez Añez
- 13:45 – 14:00 **COMPORTAMENTOS RELACIONADOS À SAÚDE DE INDIVÍDUOS FREQUENTADORES DE PARQUES PÚBLICOS DO MUNICÍPIO DE LONDRINA**
LIANE SARDI DE OLIVEIRA, Mário Carlos Welin Balvedi, Túlio Rangel de Camargo Pacheco, Roberta Lidiane de Oliveira Esteves, Abdallah Achour Júnior
- 14:00 – 14:15 **ASSOCIAÇÃO ENTRE AMBIENTE E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADULTOS**
TALES EMILIO COSTA AMORIM, Mario Renato Azevedo, Airton José Rombaldi, Pedro Curi Hallal
- 14:15 – 14:30 **RELAÇÃO ENTRE A UTILIZAÇÃO DO TRANSPORTE ATIVO E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES COM CARACTERÍSTICAS DO AMBIENTE CONSTRUÍDO**
MARINA WEIRICH DE PAULA, Rodrigo Siqueira Reis, Ciro Romélio Rodríguez Añez

Sala Laranjeira – Área Temática 9: Esporte e Lazer

Coordenadores: Viktor Shigunov e Lenamar Fiorese Vieira

- 13:30 – 13:45 **MOTIVAÇÃO AUTO-DETERMINADA, ORIENTAÇÃO DA ESPORTIVIDADE E AGRESSÃO ATLÉTICA: UM ESTUDO CORRELACIONAL COM EQUIPES DE VOLEIBOL**
JOÃO RICARDO NICKENIG VISSOCI, Lenamar Fiorese Vieira, Leonardo Pestilo de Oliveira
- 13:45 – 14:00 **A PERSONALIDADE E O TIPO DE ESPORTE NAS MUDANÇAS DA EMOÇÃO E DO ESTRESSE PARA O PRÉ E O PÓS-DESEMPENHO DE ATLETAS DE ATLETISMO**
VIVIANE APARECIDA PEREIRA DOS SANTOS, Priscila Garcia Marques da Rocha, José Luiz Lopes Vieira, Lenamar Fiorese Vieira
- 14:00 – 14:15 **ANSIEDADE ESTADO, AUTO CONCEITO E ORIENTAÇÃO PARA A VIDA EM GINASTAS DE GINÁSTICA GERAL**
PAULA CAROLINA TEIXEIRA MARRONI, Msda. Paula Carolina Teixeira Marroni, Profa. Dra. Lenamar Fiorese Vieira
- 14:15 – 14:30 **O ESPORTE ESCOLAR COMO ATIVIDADE COMPLEMENTAR NA FORMAÇÃO HUMANA: O CASO DO COLÉGIO SAGRADA FAMÍLIA**
MILTON APARECIDO ANFILO, Viktor Shigunov, Marise Botti

Sala Pitangueira – Área Temática 7: Educação Física Escolar e Promoção da Saúde

Coordenadores: Gelcemar Oliveira Farias e Erasmo Paulo Miliorini Ouriques

- 13:30 – 13:45 **INFLUENCIA DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL NO DESEMPENHO ESCOLAR DE ADOLESCENTES**
ERASMO PAULO MILIORINI OURIQUES, Robson Oliveira dos Santos
- 13:45 – 14:00 **ESTADO NUTRICIONAL DE ESCOLARES DETERMINADO PELO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL, PELA ÁREA DE GORDURA E ÁREA MUSCULAR DO BRAÇO**
EZEQUIEL MOREIRA GONÇALVES, Wellington Roberto Gomes de Carvalho, Alexandre Duarte Baldin, Edson dos Santos Farias, Gil Guerra Júnior

- 14:00 – 14:15 **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESTUDANTES SECUNDARISTAS EM VITÓRIA DA CONQUISTA-BA**
KÁTIA MERY VIANA PRADO, Lilyen Benardis Tien, Mateus Carmo Santos, Naira Micaelli Vieira Rocha, Sérgio Souza Magalhães
- 14:15 – 14:30 **PREVALÊNCIA DE DESVIOS POSTURAIIS EM ESCOLARES PRÉ-PUBERES E O PAPEL DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA**
LEDIMAR BRIANEZI, Débora Chaves Cajazeiro, Riller Reverdito, Edison Duarte

Sala Aroeira – Área Temática 6: Doenças e Agravos não Transmissíveis e Atividade Física

Coordenadores: Lisandra Maria Konrad e Carlos Kemper

- 13:30 – 13:45 **INCIDÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE ENTRE PARTICIPANTES DA “1ª AÇÃO CIDADANIA UNICAMP”**
MARCOS BERGANTIN, Marco Antonio Alves de Moraes, Carlos A Zamai
- 13:45 – 14:00 **PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM RELAÇÃO ÀS VARIÁVEIS SEXO E GRUPOS ETÁRIOS: UM ESTUDO COM TRABALHADORES DA INDÚSTRIA**
IGOR SOARES LOSS, Paloma Maria Lopes Gadelha, Robinson Noronha Ramos, Joana da Silva Santos, Mirian Werba Saldanha
- 14:00 – 14:15 **DUAS DOENÇAS NÃO TRANSMISSÍVEIS E O EFEITO PROTETOR DA ATIVIDADE FÍSICA DE DESLOCAMENTO EM ADULTOS DE UMA CIDADE DO SUL DO BRASIL**
RENATA MORAES BIELEMANN, Giancarlo Bacchieri, Janaína Santos, Denise Gigante, Aluísio Barros
- 14:15 – 14:30 **OS EFEITOS DA NATAÇÃO E EXERCÍCIO RESISTIDO A 80% DE UMA REPETIÇÃO MÁXIMA (1-RM) SOBRE A DENSIDADE MINERAL ÓSSEA EM IDOSAS**
CARLOS KEMPER, Nanci Maria de França, Ricardo Jacó de Oliveira

Sala Petúnia – Área Temática 10: Cineantropometria, Desempenho Humano e Fisiologia do Exercício

Coordenadores: Luiz Guilherme Antonacci Guglielmi e Eriberto Fleischmann

- 13:30 – 13:45 **EFEITOS DA ATIVIDADE FÍSICA EM ESTEIRA DE CORRIDA SOBRE O COMPORTAMENTO MOTOR, NEUROPROTEÇÃO E NEUROPLASTICIDADE DE RATOS SUBMETIDOS À LESÃO MEDULAR**
MICHELE SCHULTZ RAMOS DE ANDRADE, Mendonça, L.M., Chadi, G.
- 13:45 – 14:00 **MECANISMOS DE ATAQUE E DEFESA ANTIOXIDANTES EM RATOS TREINADOS**
MICHEL BARBOSA DE ARAÚJO, Ricardo Vinicius Ledesma Contarteze, Fabricio de Azevedo Voltarelli, Fulvia de Barros Machado, Maria Alice Rostom de Mello
- 14:00 – 14:15 **ÍNDICE DE PERDAS HÍDRICAS DE JOGADORES PROFISSIONAIS DE FUTEBOL E CONDIÇÕES TÉRMICAS AMBIENTAIS EM TREINAMENTOS E JOGOS DA SEGUNDA DIVISÃO DO CAMPEONATO CEARENSE**
MIGUELINA AYSE-ANNY BESERRA DE MORAIS, Ialuska Guerra, Ricardo Barroso Lima, Glauber Carvalho Nobre, Cícero Emerson Santa dos Santos
- 14:15 – 14:30 **ANÁLISE DA CONCENTRAÇÃO DE LACTATO SANGUÍNEO E FREQUÊNCIA CARDÍACA DURANTE UMA SIMULAÇÃO DE JOGO DE FUTSAL PROFISSIONAL**
ERIBERTO FLEISCHMANN, Paulo Roberto Jannig, Ana Claudia Cardoso, Daiane Tremil Gonçalves, Carla Werlang Coelho

PÔSTERES 5 (13:30-16:40)

Área Temática 9: Esporte e Lazer

Coordenadores: Daniel Giordani Vasquez e Kelly Samara da Silva

1. **ESPORTE PARTICIPATIVO: PROMOVEDO SAÚDE E MELHOR QUALIDADE DE VIDA**
LUIS SÉRGIO PERES, Katiucia de Oliveira Peres, Alexssandro Morgenroth

2. **A PRÁTICA DOS JOGOS TRADICIONAIS TERENA NAS ALDEIAS CÓRREGO DO MEIO E ÁGUA AZUL NO ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL**
ALEXANDRE SILVA ALVES, Aluisio Fernandes de Souza
3. **ESTILO DE APEGO, PAIS E TÉCNICOS: INFLUÊNCIAS NO RENDIMENTO E ESTADO PRÉ-COMPETITIVO DE JOVENS ATLETAS**
THAIS DE OLIVEIRA SAGAWA, Cristina Landgraf Lee
4. **A PREPARAÇÃO TÉCNICO-TÁTICA DO HÓQUEI DE GRAMA: UM ESTUDO DE CASO COM SELEÇÕES BRASILEIRAS**
CARINE COLLET, Juarez Vieira do Nascimento, Tiago Zenari dos Santos
5. **FORMAÇÃO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA: O SABER ACADÊMICO FRENTE AO DESEMPENHO?**
VIKTOR SHIGUNOV, Milton Aparecido Anfilo, Marise Botti
6. **O TREINO DO TÊNIS INFANTIL: A RELAÇÃO ENTRE A AQUISIÇÃO DA TÉCNICA E O DESENVOLVIMENTO MOTOR**
TIAGO MANJOURANY LEIVAS, Leonardo Amaral, Luis Peniza, Diego Ortiz Mascarello, Fábio Badra
7. **ROMPENDO FRAGMENTOS: O ESPORTE ENQUANTO FERRAMENTA INTERDISCIPLINAR NA PROMOÇÃO DE SAÚDE**
EDISON ROBERTO DE SOUZA, Sidney Ferreira Farias, Alba Regina Battisti de Souza, Fernanda Cacciatori, Nathalia Cristina Matos
8. **JUDÔ EM SANTA CATARINA: ELEMENTOS DA HISTÓRIA**
CARLOS AUGUSTO VIEIRA DE CAMPOS, Carlos Augusto Vieira de Campos, Saray Giovana dos Santos
9. **A INFLUÊNCIA DAS INTERVENÇÕES DOS PAIS NAS PARTIDAS DE FUTSAL – UMA ANÁLISE DOS TRÊS ATORES PRINCIPAIS**
UBIRATAN ROEHR'S PEREIRA, Diozel Roehrs Vendruscolo, Gustavo dos Santos Ribeiro, Maciel Lopes da Silva
10. **CARATERIZAÇÃO DOS ATLETAS PARTICIPANTES DO IRONMAN 2007**
ANA CRISTINA CAMARGO IELO ZEMELLA MARTINS DE OLIVEIRA, Fernanda Guidarini Monte, Christiani S. Almeida Pereira, Anderson Rodrigues de Ca, Tales de Carvalho
11. **AVALIAÇÃO POSTURAL EM ATLETAS DO IRONMAN BRASIL 2007**
ANGELISE MOZERLE, Daiana Cristine Bundchen, Kelly Cattelan Bonorino, Michelli Vitória Silvestre, Tales de Carvalho
12. **ANSIEDADE E ESTRESSE DE PARTICIPANTES DOS II JOGOS DA DIVERSIDADE**
CARLA MARIA DE LIZ, Ricardo de Azevedo Klumb Steffens, Marcílio Lourenço da Cunha, Clarice Garcia Rebello, Ricardo Brandt
13. **O GOSTAR COMO BASE DE APROXIMAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E PRÁTICA ESPORTIVA DE ALTO RENDIMENTO**
CATALINA NAOMI KANETA, Simone Tolaine Massetto, Marcelo Massa, Maressa D'Paula N. Rosa, Maria Tereza Silveira Böhme
14. **ANÁLISE QUALITATIVA DO ARREMESSO SEM APOIO COM GIRO DE 360° NO HANDEBOL DE AREIA**
PHILIFE GUEDES MATOS, Antonio Alberto de Lara Junior
15. **DESENVOLVIMENTO DAS AULAS DE ATIVIDADES AQUÁTICAS NA CIDADE DE CANOAS, RS**
DORALICE ORRIGO DA CUNHA POL, Eduardo Alvarez Del Palácio, Ana Lígia Finamor, Andréa Krüger Gonçalves, Evelyn Souto Muller
16. **CARACTERIZAÇÃO DOS PARTICIPANTES DO II JOGOS DA DIVERSIDADE DE FLORIANÓPOLIS**
MAICK DA SILVEIRA VIANA, Tânia Brusque Crocetta, Luciana Segato, Carlos Alberto da Rocha, kassandra Amaro
17. **ANÁLISE DO ESTADO DE HUMOR DE TRIATLETAS IRONMAN E PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DO EXCESSO DE TREINAMENTO FÍSICO**
CHRISTIANI SCHWEITZER ALMEIDA PEREIRA, Fernanda C. S. G. Monte, Ana Cristina C. I. Z. Martins de Oliveira, Ana Paula S. Ramos, Tales de Carvalho
18. **ANALISE NO CRESCIMENTO DOS MEMBROS INFERIORES EM PRATICANTES DE GINÁSTICA ARTÍSTICA**
JOÃO CARLOS OLIVA, Rubiane Severo Oliva, Carlos Araújo, Flávia Meyer, Osvaldo Donizete
19. **A DINÂMICA NO DESENVOLVIMENTO DO GOSTO ESPORTIVO**
JOSÉ GERALDO SOARES DAMICO, Osvaldo Donizete Siqueira, Luis Antônio Crescente, Cristiano Rosa das Neves, Alexandre Kunsler
20. **LAZER DE RELIGIOSOS: O USO DO COMPUTADOR**
LETICIA MIRANDA DE MIRANDA, Sidney Ferreira Farias, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães, Cristiane de Lima Eidam

21. **QUEIXAS ÁLGICAS E LESÕES EM PARATLETAS DE BASQUETE SOBRE RODAS DA EQUIPE UNISUL/OMDA**
LUANA MENEZHINI, Luiz Augusto Oliveira Belmonte, Tiago Baptista, Iramar Nascimento Baptistela, Cássia Lopes
22. **NÍVEIS DE ANSIEDADE E A RELAÇÃO COM O DESEMPENHO DE JOGADORES DE VOLEIBOL: UM ESTUDO COM LEVANTADORES**
JEFERSON COUTINHO DE SOUSA, William Antonio Zanatta, Renato Back
23. **PERCEPÇÃO DE COMPETÊNCIA: UM ESTUDO COM CRIANÇAS DA REDE PARTICULAR DE ENSINO PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DO DESPORTO**
LEONARDO ROCHA DE OLIVEIRA, Bruno Guilherme Morais Pagan

Área Temática 10: Cineantropometria, Desempenho Humano e Fisiologia do Exercício

Coordenador: Susane Graup e Andréia Pelegrini

1. **INCIDÊNCIA, TIPO E MECANISMOS DE LESÕES NO REMO SEGUNDO A PERCEPÇÃO DOS REMADORES**
RAFAEL DA SILVA FERNANDES, Saray Giovana dos Santos
2. **LESÕES EM ATLETAS DE BASQUETEBOL ASSOCIADAS COM UTILIZAÇÃO DE EQUIPAMENTOS PREVENTIVOS E TREINAMENTO COMPENSATÓRIO**
SARAY GIOVANA DOS SANTOS, Tatiane Piucco
3. **ANÁLISE COMPARATIVA DA RESISTÊNCIA ABDOMINAL ENTRE ADULTOS DIABÉTICOS E NÃO-DIABÉTICOS**
LUCIANA ZARANZA MONTEIRO, Carlos Eduardo Sydney Ballalai, Frederico Lemos Araújo, Virginia Oliveira Fernandes, Renan Magalhães Montenegro Júnior
4. **FORÇA DE PREENSÃO MANUAL EM ADULTOS DIABÉTICOS TIPO 2**
RENAN MAGALHÃES MONTENEGRO JÚNIOR, Carlos Eduardo Sydney Ballalai, Vivian Saraiva Veras, Virginia Oliveira Fernandes, Luciana Zaranza Monteiro
5. **BANCO DE FLEXIBILIDADE KR - CONSTRUÇÃO DA TABELA REFERENCIAL**
SILVANO KRUCHELSKI, Rosemary Rauchbach
6. **IMPACTO FUNCIONAL DO TREINAMENTO DE FORÇA EM INDIVÍDUOS INICIANTES NA PRÁTICA DE MUSCULAÇÃO**
LUCIANA CARVALHO COSTA, Reinaldo do Nascimento da Silveira, Joni Marcio de Farias
7. **COMPORTAMENTO DA PRESSÃO ARTERIAL EM DIFERENTES SITUAÇÕES DE PREENSÃO MANUAL**
MARCOS ROBERTO QUEIROGA, Antonio Carlos de Quadros Junior, Gustavo Christofoletti, Rodrigo Ferreira de Moura, Eduardo Kokubun
8. **AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA E TESTE DE CAMINHADA DE SEIS MINUTOS EM CRIANÇAS PORTADORAS DE MUCOPOLISACARIDOSE TIPO I SUBMETIDAS À TERAPIA DE REPOSIÇÃO ENZIMÁTICA**
WINSTON ISIO BOFF PEREIRA DE SOUZA, Walter Celso de Lima, José Eduardo Coutinho Góes, Patricia de Senna Eynng
9. **MAGNITUDES DE IMPACTO E ANÁLISE CINEMÁTICA DO BLOQUEIO NO VOLEIBOL: UM ESTUDO DE CASO**
DANIELE DETANICO, Diogo Cunha dos Reis, Saray Giovana dos Santos
10. **PROTOCOLO DE TESTE DE FORÇA ESTÁTICA ABDOMINAL: PROPOSTA DE VALIDAÇÃO A PARTIR DE ESTUDO ELETROMIOGRÁFICO**
GLAUBER CARVALHO NOBRE, Glauber Carvalho Nobre, Gracilene Rodrigues Tavares, Francisco Salviano Sales Nobre, Maria do Socorro Cirilo de Sousa
11. **CAPACIDADE FUNCIONAL DE UM GRUPO DE IDOSOS ASILADOS DA CIDADE DE LONDRINA, PR**
EMÍLIA MIWA NAKANO, Márcia Mariko Nakano, Mathias Roberto Loch, Hercules José Pelegrina
12. **ÍNDICES ANTROPOMÉTRICOS DE OBESIDADE E RISCO CARDIOVASCULAR EM TRABALHADORES DE COOPERATIVA DE CRÉDITO**
JORGE LUIZ DOS SANTOS DE SOUZA, Andréa Karla Breunig de Freitas, Rodrigo Ghedini Gheller, Simone Aparecida Pereira Marques, Luiz Osório Cruz Portela

13. **PODE O DESEMPENHO MOTOR SER UTILIZADO PARA DISCRIMINAR JOVENS FUTEBOLISTAS EM TITULARES E RESERVAS?**
LEONARDO TREVIZAN COSTA, Kleber Barros de Oliveira, Lucas Oliveira Gama, Rafael Caldas de Oliveira, Wellington da Silva Briza
14. **PERFIL ANTROPOMÉTRICO E NÍVEIS DE OBESIDADE DOS ALUNOS DOS CURSOS DE ENGENHARIA DA UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANÁ**
IVETE BALEN, Birgit Keller, Joyce Caroline Wojcik, Carlos Alberto Petroski, João Egdoberto Siqueira
15. **RESPOSTA DA CAPACIDADE ANAERÓBICA DE JOGADORES DE FUTSAL APÓS SEIS SEMANAS DE TREINAMENTO**
LEWIS MATÉ HEINECK, Silvana Corrêa Matheus
16. **COMPARAÇÃO DE INSTRUMENTOS DE BIOIMPEDÂNCIA EM MULHERES PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA**
CRISTIAN CENCI GOMES, CRISTIAN CENCI GOMES, CLAUDIO ROBERTO PAIVA
17. **DETERMINANTES DA INTENSIDADE DE EXERCÍCIO FÍSICO AUTO-SELECIONADA POR MULHERES ADULTAS, PREVIAMENTE SEDENTÁRIAS**
COSME FRANKLIM BUZZACHERA, Hassan Mohamed Elsangedy, Daniele Cristina Vitorino, Wagner de Campos, Sergio Gregorio da Silva
18. **SOMATÓTIPO E APTIDÃO FÍSICA DE ATLETAS JOVENS DE PONTA GROSSA, PARANÁ**
GUSTAVO LEVANDOSKI, Dartagnan Pinto Guedes
19. **AVALIAÇÃO DO ESTÁGIO DE DESENVOLVIMENTO LOCOMOTOR DE BEBÊS ENTRE 12 E 20 MESES**
VANUSA MENDES, Luiza Bortolaci
20. **COMPORTAMENTO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA DE REPOUSO DENTRO E FORA D'ÁGUA**
SABRINA SILVA DA ROSA
21. **PERFIL ANTROPOMÉTRICO DE INGRESSANTES EM UMA ACADEMIA DE MUSCULAÇÃO**
ROSEMERI PEIRÃO, Adriana Seára Tirloni
22. **PERCENTUAL DE GORDURA E NÍVEL DE ANSIEDADE-TRAÇO COMPETITIVA DE ATLETAS PARTICIPANTES DA IV COPA SUL-AMERICANA DE JUDÔ**
MARCELO DIEDERICHS WENTZ, Silvana Corrêa Matheus, Kenji Fuke, Dalila Tosset, Márcio Fagundes Goethel
23. **ANSIEDADE COMPETITIVA E DESEMPENHO EM ATLETAS DE SURF**
FERNANDA DE MATOS LOPES, Georgetes José Oliveira Ribeiro, Sandra Adriana Neves Nunes, Marcos Gimenes Fernandes
24. **EFEITOS METABÓLICOS AGUDOS DO MÉTODO DE TREINAMENTO RESISTIDO PIRAMIDAL CRESCENTE E DECRESCENTE**
Paulo Roberto Jannig, Ana Cláudia Cardoso, Ricardo Clemente Rosa, Carla Werland Coelho, Eriberto Fleischmann
25. **PARÂMETROS FISIOLÓGICOS E PERCEPTUAIS DURANTE CAMINHADA EM RITMO AUTO-SELECIONADO: INFLUÊNCIA DA APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA**
HERIBERTO COLOMBO, Cosme Franklim Buzzachera, Kleverton Krinski, Ricardo Weigert Coelho, Sergio Gregório da Silva
26. **PERFIL POSTURAL DE UNIVERSITÁRIOS**
ELIANE CELINA GUADAGNIN, Silvana Corrêa Matheus, Danieli Mello
27. **ANÁLISE DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E DA RELAÇÃO CINTURA QUADRIL DE ADULTOS COM DEFICIÊNCIA VISUAL INICIANTE NO PROJETO BRILHANTE NO MUNICÍPIO DE PELOTAS-RS**
DIONE MOREIRA NUNES, Camila Fagundes Machado, Katia Fonseca da Silva, Leonardo Negri Mueller, Marcelo Zanusso Costa
28. **ANÁLISE DOS NÍVEIS DE LACTATO SANGUÍNEO EM FUTEBOLISTAS PROFISSIONAIS VERIFICADOS APÓS PRIMEIRO E SEGUNDO TEMPO EM PARTIDAS DE FUTEBOL**
ALEXANDRE ANDREIS, Joni Marcio de Farias, Marcos Vicente, Victor Julierme Santos da Conceição, Cleber de Medeiros
29. **VALIDADE PREDITIVA DA ESCALA DE SILHUETA CORPORAL DE CHILDRESS ET AL PARA ADOLESCENTES BRASILEIROS**
DEIVIS ELTON SCLICKMANN FRAINER, Fernando Adami, Tony Charles Fernandes, Fernando Roberto de Oliveira
30. **EFEITO DA FISIOTERAPIA SOBRE A MOVIMENTAÇÃO DA COLUNA LOMBAR, DE UM INDIVÍDUO COM LOMBALGIA, DURANTE A LOCOMOÇÃO – ESTUDO PILOTO**
MARCELO COSTA DE PAULA, Mário Hebling Campos, Alexandre Alves Meirelles, Marco Antônio Alves de Moraes, René Brenzikofer

31. **EVIDÊNCIAS DE VALIDADE DE CONSTRUCTO DE UMA ESCALA DE SILHUETA CORPORAL PARA ADOLESCENTES**
FERNANDO ADAMI, Devis Elton Schlickmann Frainer, Tony Charles Fernandes, Fernando Roberto de Oliveira
32. **ANÁLISE DA COMPOSIÇÃO CORPORAL, PRESSÃO ARTERIAL E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE INDIVÍDUOS ADULTOS**
SANDRA FACHINETO, Andréa Jaqueline Prates Ribeiro, Claudete de Andrade Gallina, Elieser Felipe Livinalli
33. **PARÂMETROS FISIOLÓGICOS E PERCEPTUAIS DURANTE CAMINHADA EM RITMO AUTO-SELECIONADO: PISTA VERSUS ESTEIRA**
HASSAN MOHAMED ELSANGEDY, Heriberto Colombo, Greiciely Lopes, Wagner de Campos, Sergio Gregorio da Silva
34. **ASSOCIAÇÃO ENTRE CARACTERÍSTICAS MORFOLÓGICAS E DESEMPENHO (GOLS) NA LIGA NACIONAL DE HANDEBOL MASCULINO**
LUIZ FERNANDO MAFRA, Daniel Giordani Vasques, Bruno Antônio gomes, Adair da Silva Lopes
35. **SALTO VERTICAL EM AMBIENTE AQUÁTICO, VERIFICAÇÃO DA FORÇA DE REAÇÃO DO SOLO**
HELIANE DE BRITO FONTANA, Alessandro Haupenthal, Roberta Detânico, Paulo Cerutti, Helio Roesler
36. **REPRODUTIBILIDADE DO TESTE DE UMA REPETIÇÃO MÁXIMA EM SUJEITOS SEDENTÁRIOS, ATIVOS E TREINADOS**
MATHEUS GIACOBBO GUEDES, Carlos Leandro Tiggemann, Luiz Fernando Martins Kruel
37. **PERCEPÇÃO CORPORAL E ESTADO NUTRICIONAL DE PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO DO MUNICÍPIO DE CRICIÚMA (SC)**
ADRIANA SOARES LOBO, Monique Ferreira Garcia
38. **VERIFICAÇÃO DA FORÇA NA MARCHA SUBAQUÁTICA DE CRIANÇAS**
LETÍCIA CALADO CARNEIRO, Heiliane Fontana, Alessandro Haupenthal, Gustavo Schutz, Helio Roesler
39. **RESPOSTA AUTÔNOMICA EM CICLOERGOMETRIA DE MEMBROS INFERIORES E SUPERIORES**
ROCHELLI VILMA DE OLIVEIRA, Rochelli Vilma de Oliveira, Adriano Eduardo Lima Silva
40. **CORREDORES DE RUA DE LONGA DISTÂNCIA: ESTUDO PRELIMINAR DE MARATONISTAS (CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS, FÍSICAS, TREINAMENTO E PREVALÊNCIA DE LESÕES)**
JORIS PAZIN, Lisiane Schilling Poeta, Marcius de Almeida Gomes, Maria de Fátima da Silva Duarte
41. **DUPLO PRODUTO EM DIFERENTES EXERCÍCIOS RESISTIDOS, PARA UM MESMO NÚMERO DE REPETIÇÕES MÁXIMAS**
WLADYMIR KÜLKAMP, Jonathan Ache Dias, Henrique Cabral Faraco, Richard Locks
42. **RELAÇÃO DA MASSA CORPORAL E IMC COM A FORÇA EM IDOSOS TREINADOS E JOVENS TREINADOS E NÃO TREINADOS**
JONATHAN ACHE DIAS, Wladymir Külkamp, Henrique Cabral Faraco, Richard Locks Stüpp
43. **AVALIAÇÃO DO EFEITO DA SUPLEMENTAÇÃO ORAL DE CREATINA EM CURTO PRAZO SOBRE A FORÇA EM INDIVÍDUOS FÍSICAMENTE ATIVOS E NÃO ATLETAS**
PAULO FERNANDO ARAUJO DE SOUZA, Marcos Ferreira
44. **SÍNDROME PRÉ-MENSTRUAL E PERCEPÇÃO DE IMPACTO NO DESEMPENHO ESPORTIVO DE ATLETAS BRASILEIRAS DE FUTSAL**
PATRÍCIA APARECIDA GAION, Lenamar Fiorese Vieira, Celene Maria Longo da Silva
45. **COMPARAÇÃO ENTRE VARIÁVEIS DE APTIDÃO FÍSICA E VARIABILIDADE DE FREQUÊNCIA CARDÍACA (VFC) ENTRE SURFISTAS COMPETIDORES E RECREATIVOS**
MARCUS VINÍCIUS PALMEIRA, Rogério Brandão Wich, João Marcelo Miranda, Cristiano Mostarda
46. **ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE CRIANÇAS MATRICULADAS NA REDE PÚBLICA E PARTICULAR DE CAMPO GRANDE - MS**
PAULO RICARDO MARTINS NUNEZ, Sandro Torales Schulz, Junior Vagner Pereira da Silva
47. **ANÁLISE DE DESEMPENHO EM JOVENS NADADORAS PARA 50 E 100 METROS NADO LIVRE**
FABRÍCIO DE MELLO VITOR, Felipe Bassoli de Souza e Silva, Maria Tereza Silveira Böhme

48. EFEITO DE TRÊS MESES DE TREINAMENTO FÍSICO SOBRE A COMPOSIÇÃO CORPORAL E APTIDÃO FÍSICA DE BOMBEIROS
MARCIO ROBSON VERZOLA, George Vieira, Edio Luiz Petroski
49. AVALIAÇÃO DA RELAÇÃO ENTRE O NÍVEL DE DESENVOLVIMENTO DOS PADRÕES FUNDAMENTAIS DE MOVIMENTO E O ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE CRIANÇAS DE 6 E 7 ANOS DE IDADE
INARA MARQUES, Márcio Rogério Moraes Machado, Ernani Xavier Filho, Josiane Medina, Dalberto Luiz de Santo
50. ASSOCIAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL COM OS INDICADORES DE OBESIDADE EM ADULTOS
EVELYN DE ALMEIDA HINDS, Mayara Hörner Brucznitski, Fernando Henrique Busnardo, César de Aragão Silva, Joana Vieira de Bona
51. A AVALIAÇÃO FÍSICA COMO FERRAMENTA DE PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE
ANDRÉ LUÍS OLIVEIRA DOS SANTOS,
52. PONTO DE DEFLEXÃO DA FREQUENCIA CARDIACA NO TESTE DE PROBST EM ATLETAS DE RUGBY
ROBERTO CARLOS BARRERA GARCIA, Fernando Roberto de Oliveira
53. VERIFICAÇÃO DO LACTATO SANGUÍNEO EM DIFERENTES NÍVEIS DA APTIDÃO FÍSICA DOS ACADÊMICOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNISEP/FAED
JULIANO BRANDIELLE, Erasmo Paulo Miliorini Ouriques
54. RESPOSTAS CARDIORRESPIRATÓRIAS ENTRE DIFERENTES EXERCÍCIOS DE HIDROGINÁSTICA REALIZADOS POR MULHERES PÓS-MENOPÁUSICAS
CRISTINE LIMA ALBERTON, Mabel Micheline Olkoski, Stéphanie Santana Pinto, Márcio Eduardo Becker, Luiz Fernando Martins Kruel
55. O EFEITO DA IDADE RELATIVA (EIR) NA FORMAÇÃO DAS EQUIPES DE FUTEBOL MASCULINO PARTICIPANTES DOS JOGOS PAN-AMERICANOS RIO 2007
CARLOS ANDRÉ PAES, Sabrina Ribeiro Jorge, Larissa Rosa da Silva, Karini Borges dos Santos, Julimar Luiz Pereira
56. COMPARAÇÃO DO PERCENTUAL DE GORDURA CORPORAL ESTIMADO ATRAVÉS DA UTILIZAÇÃO DE DIFERENTES EQUAÇÕES DE DENSIDADE CORPORAL EM HOMENS ADULTOS
José Claudio Jambassi Filho, Igor Augusto Braz, Miriam Fadoni, Débora Alves Guariglia, Edilson Serpeloni Cyrino
57. COMPARAÇÃO ENTRE PROTOCOLOS PARA DETERMINAÇÃO DO LIMAR ANAERÓBIO EM CANOISTAS DE RENDIMENTO
MARCUS PEIKRISZWILI TARTARUGA, Fabiana Fernandes Vaz, Marcelo Coertjens, Caio Daniel Schmitt, Luiz Fernando Martins Kruel
58. CORRELAÇÃO ENTRE DESEMPENHO NEUROMOMOTOR, INDICADORES DE CRESCIMENTO E COMPOSIÇÃO CORPORAL EM CRIANÇAS
ELTO LEGNANI, Eneida Conte, Rosimeide Francisco Santos Legnani, Alexssandro Morgenroth, Flavia Gelmini Pimentel
59. ANÁLISE DAS VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS EM JOGADORES DE VOLEIBOL: CATEGORIAS INFANTO-JUVENIL E INFANTIL
FÁBIO ROSA DOS SANTOS, Osvaldo Donizete Siqueira, Luiz Antonio Crescente
60. AVALIAÇÃO DA OCORRÊNCIA DE LOMBALGIAS ENTRE TRABALHADORES DE SERVIÇOS GERAIS TERCERIZADOS E ATUANTES NA UNIVILLE – ANÁLISE COMPORTAMENTAL E ORIENTAÇÃO DE POSTURAL
ANTONIO MARCOS TAVARES JUNIOR, Valeska Ilienco Villela Souto
61. VARIAÇÃO DA VELOCIDADE DE DESLOCAMENTO PARA UMA CONCENTRAÇÃO FIXA DE LACTATO SANGUÍNEO EM TESTE DE CORRIDA AQUÁTICA EM SUSPENSÃO
JEAN FUZZETTI CAVAZZA, Armando Ferreira da Fonseca Junior, Leilane Lazarotto, Maria de Fátima Aguiar Lopes, Paulo Cesar Barauce Bento
62. IDENTIFICAÇÃO DO LIMAR DE LACTATO POR DIFERENTES MÉTODOS EM EXERCÍCIO RESISTIDO
FLAVIO DA SILVA, Gisela Arsa, Pedro Luiz Garcia Braga, Nelson Filipe da Silva Guaranha, Eduardo Aparecido dos Santos
63. MASSA MUSCULAR EM ATLETAS DE FUTEBOL PROFISSIONAL: CORRELAÇÃO ENTRE DIFERENTES PROTOCOLOS
LUIZ ANTONIO CRESCENTE, Felipe Irala, Cíntia Carvalho, Fábio Santos, Osvaldo Siqueira
64. RELAÇÃO CINTURA QUADRIL COMO INDICATIVO DA GORDURA CORPORAL COMPARADO A IMPEDANCIA BIELÉTRICA
LEANDRO DE MATTOS COELHO, Igor Augusto Braz, José Cláudio Jambassi Filho, Giorgio Cunha Meletti, Marcio Teixeira

65. RESPOSTAS DE FREQUÊNCIA CARDÍACA, CONSUMO DE OXIGÊNIO E SENSAÇÃO SUBJETIVA AO ESFORÇO EM UM EXERCÍCIO DE HIDROGINÁSTICA EXECUTADO POR MULHERES EM DIFERENTES SITUAÇÕES COM E SEM O EQUIPAMENTO AQUAFINS
STEPHANIE SANTANA PINTO, Cristine Lima Alberton, Paulo André Poli de Figueiredo, Carlos Leandro Tiggemann, Luiz Fernando Martins Kruehl
66. RELAÇÃO ENTRE NÍVEIS DE COMPOSIÇÃO CORPORAL E DESEMPENHO MOTOR EM ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA DE MARINGÁ
LIGIA SILVA MARCON, Sérgio Roberto Adriano Prati
67. COMPARAÇÃO DA EVOLUÇÃO DO PERFIL ANTROPOMÉTRICO E DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE INTEGRANTES DO CURSO DE OPERAÇÕES ESPECIAIS DO BOPE - PMSC
JULIVAL QUEIROZ DE SANTANA, Charles Schnorr, Fabio Pedro Serafin
68. MEDIDAS CINEANTROPOMÉTRICAS E PREFERÊNCIAS ESPORTIVAS DE EDUCANDOS DO CEMIA DA CIDADE DE SÃO JOSÉ-SC
ROZANA APARECIDA DA SILVEIRA, Cinara Sacomori, Gustavo Levandoski
69. INDICADORES AUTONÔMICOS DE RECUPERAÇÃO APÓS TESTES EXAUSTIVOS NA POTÊNCIA CRÍTICA CONTÍNUA E INTERMITENTE
LÚCIO FLÁVIO SOARES CALDEIRA, Nilo Massaru Okuno, Marcelo Pereira Magalhães de Sales, Herbert Gustavo Simões, Fábio Yuzo Nakamura
70. ESTUDO DAS PROPRIEDADES MECÂNICO-DINÂMICAS E BIOMECÂNICAS DE MATERIAIS PARA SOBREPALMILHA DE CALÇADOS DE USO DIÁRIO
WANDERLEI O. GONSALEZ, S. C. Domenech, N. G. Borges Jr, A. O. V. Ávila, A. M. C. Santos

RELATOS DE EXPERIÊNCIA

Grupo 1 – Empresa

Coordenador: Elusa Santana Antunes de Oliveira - SESI-SC / UFSC

- 15:00 - 15:20 A EXCELÊNCIA NA GESTÃO DOS PROCESSOS RELACIONADOS À ATIVIDADE FÍSICA
REPRESENTANTE SESI-SC
- 15:20 - 15:40 CONTROLE DE INDICADORES PARA GESTÃO DO SESI FITNESS
TALITA S. MULLER
- 15:40 - 16:00 PROGRAMA SESI ATLETA DO FUTURO – INCLUSÃO E DIVERSIDADE NA APRENDIZAGEM ESPORTIVA
LUCIANA REGUERA VENTOLA NABARRO
- 16:00 - 16:20 CIRCUITO DO BEM ESTAR DO LAZER ATIVO
CRISTIANE EMILIA DA SILVA, Kátya Albano Salomão

Grupo 2 – Escola

Coordenador: José Cazuza de Farias Júnior - UFPB

- 15:00 - 15:20 EDUCAÇÃO PARA UM ESTILO DE VIDA ATIVA: ANÁLISE DOS CONTEÚDOS ABORDADOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM MARECHAL CÂNDIDO RONDON – PR
EVANDRA HEIN MENDES, Ana Patrícia Bertipaglia, Kely Cristina de Oliveira Dadalt
- 15:20 - 15:40 TEMA TRANSVERSAL SAÚDE: A ABORDAGEM FEITA POR PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM ESCOLAS PARTICULARES DO RIO DE JANEIRO
GIANNINA DO ESPÍRITO-SANTO, Paulo Eduardo de Oliveira Borges, Vitor Hugo Machado Rosa

- 15:40 - 16:00 **CONTRIBUIÇÃO DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES DE FLORIANÓPOLIS – SC**
JANIRA AMÉRICO BELMIRO, Rosane Carla Rosendo da Silva, Priscila Marques
- 16:00 - 16:20 **CONTEÚDOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE**
ZELINA BERLATTO BONADIMAN, Fábio Aparecido de Figueiredo

Grupo 3 – Comunidade

Coordenador: Silvio Aparecido Fonseca - Universidade Estadual de Santa Cruz - UESC

- 15:00 - 15:20 **PROJETO VIVÊNCIAS E ESTÁGIOS NA REALIDADE DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE / VER – SUS / MS: A EXPERIÊNCIA INTERDISCIPLINAR NA PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NO SUL DA BAHIA**
SILVIO APARECIDO FONSECA, Samuel M. G. Araújo, Soraya F. S. dos Anjos, Roberta Costa Dias, Ricardo Matos Santana
- 15:20 - 15:40 **ATIVIDADE FÍSICA E PROMOÇÃO DA SAÚDE: O MODELO ACADEMIA DA CIDADE DE ARACAJU-SE**
ANTONIO CESAR CABRAL DE OLIVEIRA, Bráulio César Alcântara, Jose Jean de Oliveira Toscano
- 15:40 - 16:00 **“VIVA MELHOR NA PRAIA” - PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA RELACIONADO À SAÚDE**
M^a ROSEANE TENORIO MENDONÇA
- 16:00 - 16:20 **UTILIZAÇÃO DE PEDÔMETRO ONLINE EM PROGRAMA DE PERSONAL FITNESS TRAINING**
CAROLINE DE OLIVEIRA MARTINS

Grupo 4 – Grupos Especiais

Coordenador: Alexandre Carriconde Marques - UFPel

- 15:00 - 15:20 **ATIVIDADE FÍSICA COMO RECURSO TERAPÊUTICO NA REABILITAÇÃO PSICOSSOCIAL DE PESSOAS COM TRANSTORNOS MENTAIS CRÔNICOS.**
ANGÉLICA NICKEL ADAMOLI, Liliâne Gonçalves Locatelli
- 15:20 - 15:40 **CENTRO DE ESTUDOS DA ATIVIDADE DA ATIVIDADE MOTORA ADAPTADA – CEAMA/ULBRA**
ROSILENE MORAES DIEHL
- 15:40 - 16:00 **OMDA: ATIVIDADES DESENVOLVIDAS PELA ORGANIZAÇÃO PARA O MOVIMENTO E O ESPORTE ADAPTADO**
TIAGO COSTA BAPTISTA

Resumos dos Temas Livres e Pôsteres

15 DE NOVEMBRO – TARDE – TEMAS LIVRES

SALA GOIABEIRA – ÁREA TEMÁTICA 3: ESTILO DE VIDA E QUALIDADE DE VIDA

4279

001

INCENTIVO DOS PAIS PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE CRIANÇAS E ADOLESCENTES: ESTUDO DE BASE POPULACIONAL

INÁCIO CROCHEMORE MOHNSAM DA SILVA - Escola Superior de Educação Física - Universidade Federal de Pelotas
Pedro Curi Hallal
Mario Renato Azevedo

O nível de atividade física dos pais exerce influência sobre os padrões de atividade física de crianças e adolescentes. O objetivo do presente estudo foi verificar o percentual de pais e mães que incentivam seus filhos a praticar atividade física e o efeito de ter sido incentivado na adolescência sobre a decisão de incentivar ou não os filhos atualmente. Foram entrevistados 977 indivíduos com idade entre 20 e 69 anos, selecionados por amostragem aleatória no município de Pelotas. Entre os entrevistados, 384 relataram ter pelo menos um filho com idade entre 6 e 18 anos. Destes, 103 possuem filhos que praticam algum esporte ou atividade física. Entre estes, 90,5% relataram que incentivam seus filhos para tal prática. As principais razões apontadas foram: criação de hábitos de vida saudáveis (89,5%), ocupação do tempo livre (5,3%) e tornar-se atleta de alto nível (3,2%). Entre todos os adultos, 34,2% relataram que eram incentivados por seus pais no passado a praticarem atividade física. Entre aqueles que eram incentivados, 96,0% relataram que incentivam seus filhos, enquanto entre aqueles que não eram incentivados, 88,8% referiram que incentivam seus filhos ($P=0,28$). Embora não tenha sido encontrada diferença estatisticamente significativa, parece que os adultos que foram incentivados a praticar atividade física na infância e adolescência têm maior probabilidade de incentivarem os filhos.

4357

003

AUTOPERCEÇÃO DE SAÚDE E SUA RELAÇÃO COM O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADULTOS: ESTUDO DE BASE POPULACIONAL

MICHELI OTT PIRES - Universidade Federal de Pelotas
Mario Renato Azevedo - UFPel
Pedro Curi Hallal - UFPel

Existe uma ampla literatura relacionando a prática de atividade física com benefícios à saúde. Poucos estudos, no entanto, avaliaram a relação entre a prática de atividade física e a autopercepção de saúde, um importante indicador geral de saúde. O objetivo do presente estudo foi avaliar a associação transversal entre a prática de atividade física e a autopercepção de saúde em uma amostra populacional de adultos residentes no sul do Brasil. Foram entrevistados 977 indivíduos com idade entre 20 e 69 anos, selecionados por amostragem aleatória no município de Pelotas. A classificação dos sujeitos em relação à saúde foi: excelente (9,8%), muito boa (15,9%), boa (47,8%), regular (23,4%), ruim (3,1%). A proporção de sujeitos que classificou sua saúde como ruim foi de 8,6% entre os sedentários e apenas 2,7% entre os fisicamente ativos. Houve uma associação dose-resposta entre o nível de atividade física e a autopercepção de saúde em ambos os sexos. A autopercepção de saúde se relacionou de forma inversa com a idade; o percentual de sujeitos que classificou a saúde como ruim foi de 1,2% entre aqueles entre 20 e 29 anos e 6,7% entre aqueles com idade entre 60 e 69 anos. Conclui-se que a autopercepção de saúde é afetada positivamente pela prática de atividade física.

4884

002

INATIVIDADE FÍSICA NO LAZER NA POPULAÇÃO ADULTA DE FLORIANÓPOLIS ENTREVISTADA POR TELEFONE: PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS

TAÍS GAUDENCIO MARTINS - Universidade Federal de Santa Catarina
Maria Alice Altenburg Assis - UFSC
Markus Vinicius Nahas - UFSC

O objetivo desse estudo foi estimar a prevalência e os fatores associados à inatividade física no lazer (IFL) em adultos de Florianópolis. Estudo transversal, de base populacional, com amostra probabilística ($n=1996$) da população adulta (18 anos e mais), residente em domicílios com telefones fixos. As entrevistas, realizadas por telefone em 2005, foram conduzidas com questionário que incluía características sócio-demográficas, padrão de alimentação e de atividade física, tabagismo e consumo de bebidas alcoólicas, peso e estatura recordados e referência a diagnóstico médico de doenças crônicas não transmissíveis. A IFL foi definida como não cumprimento das recomendações de realização de atividade física no lazer (AFL), vigorosa (três ou mais dias por semana e 20 minutos ou mais) ou moderada (cinco ou mais dias por semana e 30 minutos ou mais). A prevalência de IFL foi de 72,5% (homens = 64,3% e mulheres = 70,9%). Após ajuste para as variáveis sócio-demográficas, a IFL mostrou-se positivamente associada ao sexo feminino, indivíduos com menor escolaridade, que são ou foram casados e que trabalhavam, que não consumiam frutas, legumes e verduras pelo menos cinco vezes na semana, que consumiam refrigerantes três ou mais vezes por semana e leite integral quase todos os dias. A prevalência de IFL em adultos de Florianópolis foi alta e similar à encontrada em trabalhadores da indústria catarinense (67,6%), e a outros estudos de base domiciliar no Brasil, considerando as diferenças de delineamento entre os estudos. Os dados deste estudo podem ser utilizados para monitorar tendências e comparar com as cidades participantes do Sistema de Monitoramento de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas Não Transmissíveis.

4540

004

MOTIVOS PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS NO LAZER EM ADULTOS: UM ESTUDO DE BASE POPULACIONAL

ALAN GOULARTE KNUTH - UFPel
Suele Silva - UFPel
Mario Renato Azevedo - UFPel
Pedro Curi Hallal - UFPel

Estudos epidemiológicos vêm descrevendo elevadas taxas de sedentarismo na população adulta, especialmente quanto à atividade física praticada no lazer. Para enfrentar este problema, além do reconhecimento dos fatores associados ao sedentarismo, faz-se necessário uma melhor compreensão dos motivos pelos quais uma parcela da população se mantém fisicamente ativa. O objetivo do presente estudo é analisar os principais fatores que motivam adultos a praticarem atividades físicas. Um estudo transversal, de base populacional foi conduzido em Pelotas-RS. Os indivíduos da amostra ($N=3100$), com idade igual ou superior a 20 anos, responderam perguntas sobre a prática de atividades físicas no lazer e os principais motivos para sua realização. Os resultados mostram que 41,9% (IC95% 40,1 – 43,6%) da população adulta de Pelotas pratica alguma atividade física de lazer, pelo menos uma vez por semana. Entre os homens ($N=642$), o motivo mais citado foi o gosto pela atividade física ($N=48,0%$), enquanto que, entre as mulheres, o reconhecimento dos benefícios da atividade física regular à saúde foi a razão mais mencionada. A orientação médica motivou para a prática de atividades físicas no lazer 18,3% e 8,4% de mulheres e homens, respectivamente. Diferenças marcantes foram encontradas sobre as motivações para a prática de atividades físicas conforme o sexo. A compreensão de tais diferenças devem ser ponderadas quando intervenções pró-atividade física forem elaboradas.

SALA LARANJEIRA – ÁREA TEMÁTICA 8: ATIVIDADE FÍSICA E ENVELHECIMENTO**4327**

005

RELAÇÃO DO NÍVEL HABITUAL DE ATIVIDADE FÍSICA NAS AVDS EM IDOSOS

MARINEI LOPES PEDRALI - Universidade de Santa Cruz do Sul
 Walter Nisa-Castro-Neto - Universidade Luterana do Brasil – Torres, Rio Grande do Sul, BR
 Zelia Natalia Coletti Ohlweile - Universidade de Santa Cruz do Sul

Este estudo tem como objetivo identificar a relação do Nível Habitual de Atividade Física (NHAF) com o grau de dificuldade na realização das Atividades da Vida Diária (AVDs) de idosos que buscam os serviços da UNISC no ensino, pesquisa e extensão. Foram sujeitos da pesquisa 217 idosos com idade ≥ 60 anos de idade, sendo 184 (84,8%) mulheres e 33 (15,2%) homens. Para mensurar o grau de dificuldade na realização das AVDs utilizou-se uma escala de com base em 16 questões sobre as atividades da vida diária distribuídas em quatro alternativas cada, desde, não consegue realizar até nada difícil. Para a classificação do NHAF foi utilizado (IPAQ) na forma curta. Os indivíduos foram classificados nos níveis: muito ativo e ativo (≥ 150 min), irregularmente ativo e sedentário (< 150 min). A associação entre as variáveis, 16 AVDs e duas NHAF, foi estimada através do Coeficiente de Correlação de Spearman (r) e o teste Qui-Quadrado (χ^2), sendo significativas para $P \leq 0,05$. Observou-se que 172 (79,3%) idosos realizam atividades físicas, verificamos também com que frequência eram realizadas, constatando que 61 (45,2%) são considerados muito ativos (realizam exercício de 4 a 5 vezes por semana), 47 (34,8%) ativos (3 vezes por semana) e 27 (20%) classificados como irregularmente ativos (1 a 2 vezes por semana). As AVDs estão diretamente relacionadas com o NHAF: $r = 0,888$ a $0,996$, $P < 0,000$; $\chi^2 = 206,55$ a $236,84$, $P < 0,000$. A participação em atividade física regular mostrou - se favorável para manter a saúde e melhorar a qualidade de vida, auxiliando na prevenção, manutenção da independência e na autonomia do idoso para a realização das atividades da vida diária. .

4440

006

TEMPO DESPENDIDO ENTRE OS DOMÍNIOS DA ATIVIDADE FÍSICA EM MULHERES IDOSAS DE JEQUIÉ/BA

SHELLA TRIBESS - Universidade Federal do Piauí
 Jair Sindra Virtuoso Júnior - Universidade Estadual de Santa Cruz
 Edio Luiz Petroski - Universidade Federal de Santa Catarina

A determinação do tempo despendido nos domínios da atividade física (AF) é essencial na efetividade de intervenções direcionadas à promoção de um estilo de vida mais ativo. Os objetivos dessa investigação foram: analisar a relação da AF com características sócio-demográficas e as diferenças no tempo despendido nos domínios da AF de mulheres idosas. A amostra foi composta de 266 mulheres ($\chi = 71,1$ anos; $DP = 7,45$), vinculadas aos grupos de convivência do município de Jequié/BA. Na coleta de dados foi utilizada uma entrevista contendo informações relacionadas ao nível de AF e características sócio-demográficas. Na análise dos dados utilizou-se a estatística descritiva, teste U de Mann-Whitney e teste de Qui-quadrado, $p < 0,05$. O nível de AF foi interpretado de forma dicotômico estabelecendo um corte de 150 minutos semanais, assim: 64,5% foram classificadas como mais ativas (≥ 150 min/sem); as idosas mais ativas despendiam um maior tempo durante as atividades desenvolvidas nos domínios transporte ($Md = 80$ min/sem) e atividades domésticas ($Md = 178$ min/sem); as idosas mais ativas despendiam menos tempo sentadas que as idosas menos ativas, tanto nos dias úteis ($Md = 360$ min/sem x $Md = 480$ min/sem) como no final de semana ($Md = 445$ min/sem x $Md = 547,5$ min/sem), $p = 0,00$; e a proporção de idosas mais ativas apresentou um declínio de forma linear com o aumento da faixa etária ($\chi^2 = 11,28$; $p = 0,00$), da classe econômica ($\chi^2 = 5,76$; $p = 0,01$) e da renda familiar ($\chi^2 = 5,39$; $p = 0,02$). Conclui-se que as idosas mais ativas estavam associadas a faixas etárias mais jovens, à classe econômica e a renda familiar mais baixa. Na contribuição dos domínios da AF no dispêndio total em minutos por semana de atividades, destacam-se as atividades domésticas e de transporte.

4698

007

CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS HIPERTENSOS E NORMOTENSOS: ANÁLISE DAS ATIVIDADES DE VIDA DIÁRIA – AVD'S

ANDRÉ LUIS MÜLLER DA SILVA - Universidade Luterana do Brasil (ULBRA)
 Andréa Krüger Gonçalves - ULBRA
 Osvaldo Donizete Siqueira - ULBRA

Com o aumento da população idosa no mundo inteiro, torna-se importante conhecer e esclarecer as transformações biológicas, psicológicas e sociais que ocorrem durante o processo de envelhecimento, principalmente às relacionadas à diminuição da capacidade funcional na realização das atividades da vida diária (AVD'S). Assim, o objetivo deste estudo foi comparar o nível de aptidão em idosos hipertensos e normotensos a partir de testes de desempenho relacionados às atividades de vida diária. A amostra foi composta por 22 idosos com idade superior a 50 anos, sendo 22 participantes, 11 hipertensos controlados por medicamentos e 11 idosos normotensos ambos praticantes de hidroginástica no Centro de Estudos de Atividade Física e Envelhecimento (CEAFE), escolhidos intencionalmente da população de estudo. Os instrumentos utilizados para avaliar as AVD'S foram os testes de equilíbrio em um pé, equilíbrio com movimento, levantar-se do solo, calçar meias, habilidades manuais, flexão de cotovelo, sentar-se e levantar-se da cadeira, subir escadas e flexibilidade do tronco (MATSUDO, 2002), (OKUMA & ANDREOTTI, 1999) e (RIKLI & JONES, 1999). Nos resultados dos testes de Hipertensos x Normotensos, não houve diferença estatística significativa. Um dos fatores relevantes para que tais resultados ocorressem foi porque os idosos hipertensos tem um controle da doença tanto no tratamento medicamentoso, quanto no tratamento com atividade física. Deste modo, os idosos hipertensos não perdem sua capacidade de realizar as Atividades de Vida Diária.

4872

008

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA, CAPACIDADE FUNCIONAL E QUALIDADE DE SONO DE IDOSAS

GRASIELY FACCIN BORGES - Faculdade do Futuro-FAF/MG
 Sidney Ferreira Farias - Universidade Federal de Santa Catarina- UFSC

A atividade física, qualidade de sono e capacidade funcional são aspectos indispensáveis quando se trata de assuntos como qualidade de vida, bem-estar e saúde dos idosos. Sendo assim o presente estudo teve como objetivo descrever e analisar a associação do nível de atividade física com capacidade funcional e a qualidade de sono de idosas, participantes de grupos de convivência, do município de Maringá/PR. Para coleta de dados foi utilizada uma entrevista, composta por três partes: dados sócio-demográficos e classificação econômica, o International Physical Activity Questionnaire, em sua versão longa – IPAQ/ Versão 8 – Idosos e também o Índice de Qualidade de Sono de Pittsburgh (Pittsburgh Sleep Quality Index) - PSQI. A amostra deste estudo foi constituída por 92 mulheres com idade entre 60 e 98 anos (Média 68,1 anos; ± 7 anos), participantes de quatro programas de convivência de idosos de diferentes bairros do Município de Maringá - Paraná/Brasil. Para verificar a associação entre o nível de atividade física e capacidade funcional e qualidade de sono os dados foram organizados de acordo com os percentis P30, P50 e P70 de cada variável. A partir das categorias, testou-se a associação entre as variáveis através do teste Qui-Quadrado. Verificou-se que no aumento do nível da atividade física, ocorreu uma melhora tanto na capacidade funcional ($p < 0,001$), quanto também na qualidade de sono ($p < 0,001$). A partir deste contexto, destaca-se a grande importância de se manter uma prática regular de exercícios físicos para manutenção da qualidade do sono e capacidade funcional.

SALA PITANGUEIRA – ÁREA TEMÁTICA 1: MEDIDAS DA ATIVIDADE FÍSICA E DA APTIDÃO FÍSICA

4372

009

SOLUCIONANDO PROBLEMAS DE CARGA NO CICLISMO INDOOR: VALIDAÇÃO DE UM NOVO CICLOERGÔMETRO

RENATO ANDRÉ SOUSA DA SILVA - Centro Universitário UNIEURO
 Maria Fátima Glaner - UCB/DF

A adaptação de um sistema de carga à bicicleta ergométrica de ciclismo indoor (BECI) permitiu sua classificação como um cicloergômetro. Para que venha a ser utilizada em larga escala, sua validade deve ser testada. O objetivo deste foi testar a validade de constructo da BECI, o que consiste em verificar se o sistema de carga instalado na BECI constitui uma representação legítima do modelo de referência (Monark: padrão ouro). A amostra foi de 46 ciclistas (idade= 32,8±8,7anos, massa corporal= 72,6±6,3kg, estatura= 175,3±6,3cm, pratica ciclismo= 10,18±7,36anos). Foi utilizado o método de calibração dinâmica indireta. Os voluntários foram submetidos, aleatoriamente, a dois testes de esforço ergoespirométrico, nos cicloergômetros BECI e Monark (modelo 429C). Foram comparados os valores de: máximo consumo de oxigênio absoluto (VO2MAX L/min-1) e relativo (VO2MAX ml/kg/min-1); consumo de oxigênio por estágio (VO2est); e, número de estágios para alcance do VO2MAX L/min-1. Foi utilizada a estatística descritiva e teste “t” dependente (p≥0,05). Houve alta correlação do VO2MAX L/min-1 e VO2MAX ml/kg/min-1 entre os testes com a BECI e Monark (r= 0,872 e 0,873) e, não houve diferenças significativas quando comparados (p= 0,595 e 0,613). Não houve significância no número de estágios para o alcance do VO2MAX L/min-1 (p= 0,634), obtidos em média no 9o estágio (450 W). Tanto o VO2est L/min-1 como o VO2est ml/kg/min-1 indicaram uma cinética fisiológica normal, havendo significância apenas no 2º, 3º, 9º e 10º estágios (p = 0,011; 0,048; 0,002; 0,003 para o VO2est L/min-1) e (p = 0,009; 0,041; 0,002; 0,005 para o VO2est ml/kg/min-1). Conclui-se que foi confirmada a validade de constructo da BECI em relação à Monark.

4745

011

CORRELAÇÃO ENTRE A FORÇA MUSCULAR VENTILATÓRIA E A FORÇA EM MEMBROS SUPERIORES EM PRATICANTES DE BASQUETEBOL SOBRE RODAS

MARCELO LUIZ OLIVEIRA WEBER - Associação Catarinense de Ensino - ACE
 Carolina Bahia - Associação Catarinense de Ensino
 Marcelo Zager - Associação Catarinense de Ensino e Faculdade Estacio de Sa de Catarina
 Bryanne Figueiredo - Faculdade Estacio de Sa de Catarina
 Mariana Oliveira Wiest - Associação Catarinense de Ensino

Introdução: O treinamento específico da musculatura ventilatória em indivíduos cadeirantes pode promover aumentos na capacidade vital forçada, do volume expiratório forçado em um segundo, pico de fluxo expiratório e inspiratório, capacidade vital, volume de reserva expiratório e ventilação voluntária máxima. Há indícios de que o treinamento dos músculos ventilatórios pode ser obtido através de manobras que não envolvam diretamente esta musculatura, como no treinamento da musculatura de membros superiores. Objetivos: Correlacionar força muscular ventilatória e força muscular de membros superiores em praticantes de basquetebol sobre rodas. Métodos: Foram avaliados 50 indivíduos do sexo masculino com 31,6±8,6 anos de idade, com mais de um ano de prática e que realizaram entre 6 e 10 horas de treinamento semanal, sendo 12 amputados, 14 com seqüelas devido a poliomielite, 23 com trauma raquimedular abaixo da vértebra T5. A força muscular ventilatória foi avaliada através de manovacuometro digital (Globalmed® MVD300) e força de membros superiores através da força de prensão palmar (FPP). Foi realizada a correlação de Pearson entre as variáveis utilizando-se o programa estatístico SPSS. Resultados: A força muscular inspiratória média foi de 136,3±31,8cmH2O e a força muscular expiratória foi de 153,4±35,5cmH2O. A força de prensão manual apresentou média de 54,24±8,52kgf. Foi encontrada correlação fraca entre FMI e FPP (r = 0,20) e entre FME e FPP (r = 0,27). Conclusão: A força muscular periférica tem pouco correlação com força muscular ventilatória em atletas praticantes de basquete sobre rodas. Palavras-chaves: Força muscular ventilatória, Força de prensão manual, cadeirantes.

4701

010

MÉTODO ELETROQUÍMICO PARA DETERMINAÇÃO DA CAPACIDADE ANTIOXIDANTE E AVALIAÇÃO DO EXERCÍCIO FÍSICO

MADLA ADAMI DOS PASSOS - UNICAMP
 Armino Antônio Alves - Laboratório de Bioquímica do Exercício (Labex) - Unicamp
 Lázaro Alessandro Nunes - Laboratório de Bioquímica do Exercício (Labex) - Unicamp
 Lauro Tatsuo Kubota - Laboratório de Eletroquímica, Eletroanalítica e Desenvolvimento de Sensores (LEEDS) - Unicamp
 Denise Vaz de Macedo - Laboratório de Bioquímica do Exercício (Labex) - Unicamp

Aumentos na formação de espécies reativas de oxigênio podem aumentar o estado de oxidação celular. O estado redox celular ótimo é mantido principalmente pelos antioxidantes de baixo peso molecular (ABPM) que determinam a capacidade antioxidante total. Alterações no estado redox podem diminuir o rendimento físico. Vários trabalhos mostram a utilização de voltametria cíclica como ferramenta para medir o estado redox de tecidos e fluidos. A voltametria de pulso diferencial (VPD), por ser uma técnica mais sensível, seria mais indicada para este fim, porém não há referências na literatura sobre a utilização da técnica para este tipo de avaliação. A voltametria considera três parâmetros: Ep, Ip, e Área. O valor de Ep indica o poder redutor da amostra. Os valores de Ip e Área indicam a concentração de antioxidantes da amostra. O objetivo do estudo foi avaliar a utilização do método eletroquímico VPD, para determinar a capacidade antioxidante na porção hidrofílica do plasma humano. Foram analisadas amostras de plasma de quarenta indivíduos do sexo masculino, atletas juvenis de futebol. O voltamograma de plasma humano apresentou dois picos principais de antioxidantes, sendo o primeiro pico composto principalmente por ácido úrico e ácido ascórbico e o segundo por ácido lipóico e NADPH. As amostras de plasma dos atletas apresentaram diferentes valores de Ip e área oriundos de diferentes concentrações de antioxidantes nas amostras. Os valores de Ep também apresentaram alterações devido ao diferente poder redutor das amostras. Os resultados indicam que a VPD pode ser usada para quantificar alterações na capacidade antioxidante total hidrofílica do plasma humano utilizando o exercício físico como modelo experimental. Apoio: CNPq

4750

012

O EFEITO DO TREINAMENTO FÍSICO SOBRE OS NÍVEIS DE HEMOGLOBINA EM ATLETAS DE FUTEBOL PROFISSIONAL

CLEBER DE MEDEIROS - Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC
 - Grupo de Extensão e Pesquisa em Exercício e Saúde – GEPES
 André Scotti Ossemer
 Joni Marcio de Farias
 Victor Julierme Santos da Conceição

O propósito deste estudo foi verificar o efeito do treinamento físico sobre os níveis de hemoglobina em atletas de futebol profissional. Os avanços na ciência do exercício têm contribuído de forma significativa para a melhora no desempenho de atletas. Para se obter um bom desempenho no futebol, é necessário um sistema cardiorrespiratório bem desenvolvido, aperfeiçoado através dos treinamentos físicos, técnicos e jogos. O treinamento físico modifica os níveis de hemoglobina, que é a proteína presente nos glóbulos vermelhos e a principal responsável pelo transporte de oxigênio no organismo. A população e amostra foram compostas por 13 atletas de futebol da categoria profissional, com idades entre 19 e 38 anos, com idade média de 25 anos. Para coletas de dados foi utilizada a análise sanguínea (hemograma) realizado pelos atletas, pré e pós o período de treinamentos e jogos, que foram realizados durante a temporada de 4 meses. Após a análise dos resultados, observou-se um aumento no hematócrito, que passou de 42,1% para 43,6%; os níveis de hemoglobina, que eram de 13,9 g/dl e aumentou para 14,5 g/dl; e na quantidade de eritrócitos que passou de 4,71 milhões/mm³ para 4,93 milhões/mm³. A partir dos resultados obtidos, podemos concluir que o treinamento físico no futebol eleva os níveis de hemoglobina no sangue, melhorando o sistema de transporte e captação de oxigênio e o condicionamento físico que influencia diretamente no rendimento dos atletas.

SALA AROEIRA – ÁREA TEMÁTICA 11: ESTUDOS DE PRODUÇÃO CIENTÍFICA EM ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE**3660**

013

ATIVIDADE FÍSICA DE LAZER NA GESTAÇÃO E PREMATURIDADE

MARLOS RODRIGUES DOMINGUES - Universidade do Vale do Rio dos Sinos e Universidade Federal de Pelotas

Aluísio JD Barros - Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia – Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) – Pelotas/RS

Alicia Matijasevich - Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia – Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) – Pelotas/RS

Introdução: a atividade física (AF) na gestação é pouco estudada populacionalmente. A prematuridade é um problema mundial. Alguns fatores de risco para prematuridade podem ser combatidos com a AF regular. Objetivos: avaliar a atividade física de lazer (AFL) na gestação e seus fatores associados bem como sua influência sobre a prematuridade. Métodos: estudo transversal na cidade de Pelotas/RS. Todas as mulheres que deram à luz em 2004 na cidade foram entrevistadas. O tipo, a frequência e a duração da atividade foram avaliados. Resultados: 4470 entrevistadas. 14,8% das mulheres fizeram AFL nos 3 meses antes da gestação. Na gravidez, este número caiu para 12,9%. No 1º trimestre, 10,4% das mães fizeram AFL. Esta proporção caiu para 8,5% e para 6,5% no 2º e 3º trimestre respectivamente. Apenas 4,3% foram ativas durante toda a gestação. Na análise ajustada, a AFL esteve diretamente associada com a escolaridade, aconselhamento para exercício no pré-natal e renda ($p < 0.001$), trabalhar durante a gestação ($p = 0.05$) e paridade ($p = 0.02$). A caminhada foi a atividade mais praticada. 14,6% das crianças foram prematuras. Efeitos protetores da AFL para a prematuridade permaneceram mesmo após controle para fatores de confusão. A AFL durante toda gestação (RP=0,55; IC95% 0,32–0,96), AFL no 3º trimestre (RP=0,50; IC95% 0,31–0,80) e pelo menos 90 min/semana de AFL no 3º trimestre (RP=0,58; IC95% 0,34–0,98) mostraram-se como protetores contra a prematuridade. Conclusões: a prevalência de AFL é baixa entre as gestantes. É possível diminuir a chance de prematuridade com AFL. Estudos clínicos são recomendados para compreender a relação entre AFL e prematuridade, determinando tipo e níveis ideais de atividade a ser realizada na gestação.

4866

014

GRUPOS QUE PESQUISAM A ATIVIDADE FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE NO BRASIL: QUANTOS SÃO E ONDE ESTÃO?

SILVIO APARECIDO FONSECA - Universidade Estadual de Santa Cruz - UESC

Lisandra Maria Konrad - Universidade Federal de Santa Catarina

Markus Vinicius Nahas - Universidade Federal de Santa Catarina

Grupos de pesquisa (GP) são compreendidos a partir do conceito de comunidade científica e, num sentido simplificado, estão organizados em nível disciplinar com abrangência espacial e temporal. O objetivo foi identificar a quantidade, áreas de localização (geográfica e do conhecimento) e setores da educação (público, privado / outro) dos grupos com interesse de pesquisa na área de atividade física relacionada à saúde no Brasil. Os dados foram obtidos na Base Censitária Corrente do Diretório dos Grupos de Pesquisa do Brasil – CNPq, a partir dos seguintes parâmetros de busca: a) descritores: atividade física e saúde, exercício físico e saúde, educação física e saúde; b) limites de busca e elegibilidade: nome do grupo e / ou título da linha; e, c) critério: frase exata. Posteriormente, foram excluídos os GP não atualizados e sem a certificação pela instituição. Foram identificados 71 grupos de pesquisa em atividade e saúde (GPAFS) no país, distribuídos, regionalmente, da seguinte forma: Sul (n=31; 43,7%); Sudeste (n=18; 25,4%); Nordeste (n=13; 18,3%); Centro-Oeste (n=08; 11,3%); Norte (n=01; 1,4%). O Estado de Santa Catarina foi a unidade da federação com maior número de GPAFS (11). As instituições públicas congregam o maior percentual de GPAFS (54,9%) e 88,7% dos GPAFS estão registrados na área de Educação Física. A “fotografia” atual revela que há 11 Estados brasileiros sem GPAFS, ao passo que o “filme histórico” mostra a região Sul como a precursora e a mais constante na formação de grupos. Após a formação do primeiro grupo na região NE (ano de 2001), tem-se assistido um percurso semelhante entre as regiões Sudeste e Nordeste, com a criação de 13 GPAFS em ambas as regiões.

4447

015

ASSOCIAÇÃO ENTRE ASSISTIR À TELEVISÃO, CONSUMO ALIMENTAR E OBESIDADE EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES

CAMILA ELIZANDRA ROSSI - Universidade Federal de Santa Catarina

Denise Ovenhausen Albernaz - Universidade Federal de Santa Catarina

Francisco de Assis Guedes de Vasconcelos - Universidade Federal de Santa Catarina

Patrícia Faria Di Pietro - Universidade Federal de Santa Catarina

Mária Alice Altenburg de Assis - Universidade Federal de Santa Catarina

O tempo excessivo dedicado a assistir à televisão tem sido evidenciado como marcador universal para identificação de hábitos alimentares pouco saudáveis e inatividade física entre crianças e adolescentes. Assim, objetivou-se descrever as principais características de artigos científicos que investigaram a associação entre hábito de assistir à TV, consumo alimentar e/ou sobrepeso/obesidade nessa faixa etária. Realizou-se revisão sistemática nas bases de dados Medline/Pubmed, SciELO-Brasil e Lilacs. Selecionaram-se 20 artigos, conforme os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos. Em 6 dentre 8 estudos brasileiros encontrou-se associação significativa entre horas em frente à TV e sobrepeso e/ou obesidade. Nas investigações internacionais, 5 artigos evidenciaram associação significativa entre essas variáveis. Dentre os estudos que avaliaram a associação entre o hábito de assistir à televisão e o consumo alimentar, em 5 observou-se associação significativa entre essas variáveis. Segundo tais estudos, crianças e adolescentes que despendem um maior tempo em frente à TV tendem a se alimentar com menos frutas e verduras, ingerindo mais porções de salgadinhos, doces e bebidas açucaradas de alta densidade energética. O Índice de Massa Corporal foi identificado como o critério para diagnóstico de sobrepeso/obesidade mais utilizado. Diferentes pontos de corte para o hábito de assistir à TV foram usados pelos estudos, sobressaindo-se a recomendação de menos de 2 horas diárias. Investigações sobre o hábito de assistir à televisão precisam continuar sendo realizadas, já que a permanência em frente à mesma parece influenciar negativamente os padrões alimentares e de atividade física na infância e na adolescência.

4428

016

EVOLUÇÃO DA PESQUISA EPIDEMIOLÓGICA EM ATIVIDADE FÍSICA NO BRASIL

CLÁUDIA DOS PASSOS HARTWIG - Escola Superior de Educação Física - UFPEL

Pedro Curi Hallal - UFPEL

Mário Renato Azevedo - UFPEL

Este trabalho tem por objetivo descrever a evolução da pesquisa epidemiológica em atividade física no Brasil através de uma revisão bibliográfica sistemática. Apesar dos benefícios da atividade física à saúde estarem descritos na literatura internacional desde o início do século passado, a literatura brasileira sobre o tema é mais recente. A revisão foi realizada em bases de dados eletrônicas, periódicos nacionais não-indexados, busca específica por autores e contato com pesquisadores. Foram incluídos 42 estudos com amostra aproximada de 500 indivíduos, representativas de populações definidas e com coleta de dados no Brasil. O número de estudos nacionais sobre atividade física vem crescendo nos últimos anos. As definições operacionais de sedentarismo e os instrumentos utilizados variam muito entre os estudos, o que impede a comparação dos resultados. Quase todos os estudos (93%) utilizaram questionários. Existe uma grande disparidade regional nas publicações. Existe uma predominância de estudos com delineamento transversal. Poucos autores apresentam indicadores de validade e repetibilidade dos instrumentos utilizados. Os dados desta revisão podem ser utilizados como fonte de informação para pesquisadores na área de epidemiologia da atividade física.

SALA PETÚNIA – ÁREA TEMÁTICA 10: CINEANTROPOMETRIA, DESEMPENHO HUMANO E FISILOGIA DO EXERCÍCIO**4040**

017

CRESCIMENTO FÍSICO E COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ESCOLARES DE DIFERENTES GRUPOS ÉTNICOS NO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL

ILCA MARIA SALDANHA DINIZ - Universidade Federal de Santa Catarina

Adair da Silva Lopes - UFSC

Adriano Ferretti Borgatto - UFSC

Tiago Cippolat Antonini - UFSM

Este estudo objetivou analisar variáveis do crescimento físico (estatura e massa corporal) e da composição corporal (percentual de gordura, massa corporal magra e níveis de adiposidade) de escolares dos grupos étnicos alemão, italiano e polonês do Estado do Rio Grande do Sul. A amostra foi constituída de 1428 escolares (696 do sexo masculino e 732 do sexo feminino). Na análise dos dados foi utilizada a estatística descritiva, análise de variância, teste Tukey ($p \leq 0,05$) e o teste do qui-quadrado. Na estatura encontrou-se diferenças ($p \leq 0,05$) entre as etnias, no sexo feminino aos 9 anos, com valores inferiores para o grupo polonês e, aos 15 anos, para os grupos polonês e alemão quando comparados ao grupo de italianos. Na massa corporal ocorreram diferenças aos 14 anos (sexo masculino) e, aos 9 anos (sexo feminino) com valores inferiores para o grupo dos poloneses. No percentual de gordura foram verificadas diferenças em favor do grupo de alemães, aos 12 anos (sexo masculino) e poloneses aos 15 anos (sexo feminino) quando comparados aos demais grupos étnicos. Na massa corporal magra os poloneses apresentaram resultados inferiores aos 14 anos (sexo masculino) e aos 9 anos (sexo feminino). Em relação ao índice de adiposidade verificou-se que 11,1% dos alemães, 6,6% dos italianos e 7,1% dos poloneses do sexo masculino foram classificados nos índices de obesidade. Já, na prevalência de obesidade do sexo feminino foram classificadas 16,2% das alemãs 19,4% das italianas e 21,2%. De modo geral foram constatadas poucas diferenças entre as etnias tanto nas variáveis do crescimento físico quanto da composição corporal. O grupo de poloneses tendeu a apresentar resultados inferiores aos grupos alemão e italiano.

4622

019

AValiação DAS CLASSIFICAÇÕES DE COLE ET AL E DE CONDE E MONTEIRO PARA EXCESSO DE PESO EM CRIANÇAS BRASILEIRAS

TERESA MARIA BIANCHINI DE QUADROS - Universidade Federal de Santa Catarina

Rosane Carla Rosendo da Silva - UFSC

Cândido Simões Pires Neto - UNIGUAÇU

Alex Pinheiro Gordia - UFPR

Wagner de Campos - UFPR

Na literatura existem diferenças metodológicas entre os critérios para classificação do índice de massa corporal (IMC) em jovens. O objetivo deste estudo foi avaliar os critérios de IMC propostos por Cole et al. (2000) e por Conde e Monteiro (2006) para o diagnóstico de excesso de peso em crianças de 6 a 10 anos de idade. A amostra foi composta de 188 crianças, sendo 89 do sexo feminino, estudantes da rede particular de ensino do município de Ponta Grossa, PR. Foram mensuradas a massa corporal, estatura e dobra cutânea subescapular (DCSE) e computado o IMC. Utilizou-se o percentil 90 da DCSE como ponto de corte para o excesso de adiposidade de acordo com a OMS (1995). Foram calculados sensibilidade, especificidade, valor preditivo positivo (VPP) e valor preditivo negativo (VPN) dos critérios em relação à DCSE. O referencial de Cole et al. apresentou maior sensibilidade entre os meninos (82,28% vs. 77,22%), assim como entre as meninas (83,75% vs. 76,25%). Em relação à especificidade os critérios apresentaram o mesmo valor para as meninas (88,89%) e para os meninos o critério de Conde e Monteiro apresentou maior especificidade (85,00% vs. 75,00%). Para o VPP o critério brasileiro apresentou maior valor para os meninos (68,80% vs. 58,50%) e para as meninas os resultados foram semelhantes (74,60% vs. 76,40%). Quanto ao VPN os resultados do critério internacional foram levemente superiores tanto para os meninos (90,80% vs. 89,70%) quanto para as meninas (92,70% vs. 89,70%). A proposta de Cole et al. estimou com maior sensibilidade o excesso de adiposidade quando comparado ao critério de Conde e Monteiro, diminuindo assim, o número de falsos negativos, melhorando a predição do excesso de adiposidade pelo método do IMC.

4778

018

ASSOCIAÇÃO ENTRE PESO AO NASCER E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM ADOLESCENTES

CARMEM CRISTINA BECK - UFSC

Maria Angélica Binotto - UFSC

Adair da Silva Lopes - UFSC

Apesar de evidências consistentes, demonstrando associação do índice de massa corporal (IMC) e do peso ao nascer, alguns estudos não têm encontrado associação entre estas variáveis. O objetivo do estudo foi verificar a associação entre o peso ao nascer e o IMC de adolescentes. A amostra foi do tipo probabilística estratificada proporcional por sexo e nível econômico. Fizeram parte deste estudo 657 adolescentes (315 rapazes e 343 moças) entre 14 e 19 anos matriculados na rede escolar de ensino de Três de Maio/RS. O peso ao nascer foi auto-referida pelos pais dos adolescentes, considerou-se pequeno para idade gestacional (PIG) peso < 2.500g e grande para a idade gestacional (GIG) peso > 4.000g. As medidas de peso e a estatura foram aferidas. Para a classificação do IMC, utilizou-se os pontos de corte sugeridos pelo International Obesity Task Force (IOTF). Neste estudo, considerou-se sobrepeso e obesidade como excesso de peso. Os dados foram analisados no programa SPSS-11.5, usando a estatística descritiva e o teste Qui-quadrado, significativo para valor de $p \leq 0,05$. Observou-se que dentre os adolescentes, que ao nascer, foram considerados PIG, 85,1% apresentaram IMC normal e 14,9% apresentaram excesso de peso. Quanto aos classificados como GIG, 70% apresentaram IMC normal e 30% excesso de peso. Ao analisar os adolescentes que nasceram adequados para a idade gestacional (AIG), 86% apresentaram IMC normal e 14% excesso de peso. Houve diferenças significativas entre o peso ao nascer e o IMC dos adolescentes ($p = 0,024$). Assim, pode-se concluir que houve associação entre o IMC dos adolescentes e o peso ao nascer, com prevalência maior de excesso de peso em adolescentes que nasceram AIG, quando comparados aos que nasceram PIG e AIG.

4781

020

VALIDADE DE DIFERENTES CRITÉRIOS DE CLASSIFICAÇÃO DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM ADOLESCENTES

JOSÉ CAZUZA DE FARIAS JÚNIOR - CCS/DEF/UFPB

Lisandra Maria Konrad - NuPAF/CDS/UFSC

Fabiana Maluf Rabacow - PPGEF/CDS/UFSC

Susane Graup - PPGEF/CDS/UFSC

Valbério Candido de Araújo - PPGEF/CDS/UFSC

O objetivo deste estudo foi comparar a prevalência de excesso de peso, determinada a partir de cinco diferentes critérios de classificação do índice de massa corporal (IMC), e analisar a validade desses critérios em adolescentes. Foram realizadas medidas de peso, estatura e dobras cutâneas, subescapular (SB), tricipital (TR), em 961 adolescentes (472 rapazes e 489 moças) de 14 a 19 anos de idade. A quantidade de gordura relativa ao peso corporal $\geq 25\%$ para os rapazes e $\geq 30\%$ para as moças, e o valor igual ou superior ao percentil 85 para o somatório das dobras cutâneas SB e TR da própria amostra, foram usados como critérios de referência ("padrão ouro"). Os critérios de classificação do IMC estimaram com diferenças a prevalência de excesso de peso, sobretudo nos adolescentes mais velhos (17-19 anos). Os pontos de corte do IMC apresentaram especificidade elevada, e sensibilidade baixa nas moças e elevada nos rapazes. Os critérios da International Obesity Task Force (IOTF) apresentaram melhor equilíbrio entre sensibilidade e especificidade. O IMC apresentou uma elevada capacidade de discriminar excesso de gordura em adolescentes, com áreas sob a curva ROC (Receiver Operating Characteristic) iguais e superiores a 0,90. O IMC discrimina de forma satisfatória excesso de gordura corporal em adolescentes. Entretanto, os pontos de corte estimam com diferenças a prevalência de excesso de peso e levam a muitos casos falsos negativos, sobretudo nas moças. A proposta da IOTF apresentou melhor desempenho na avaliação do estado nutricional de adolescentes.

15 DE NOVEMBRO – TARDE – PÔSTERES 1

ÁREA TEMÁTICA 1: MEDIDAS DA ATIVIDADE FÍSICA E DA APTIDÃO FÍSICA

3717

1

METODOLOGIA SIMPLIFICADA DETERMINAÇÃO DO CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO DAS MULHERES IDOSAS

EDUARDO KALININE - Universidade do Contestado - UnC
 Ângela Cristina Marshall - Universidade do Contestado - UnC
 Galina Kalinina - Universidade do Contestado - UnC
 Iouri Kalinine - Universidade do Contestado - UnC

Um meio mais eficaz do melhoramento da saúde somática dos idosos é a realização dos programas de atividade física para desenvolvimento dos processos aeróbicos. Entretanto antes de realizar os programas de atividade física para desenvolver e melhorar os processos aeróbicos das pessoas idosas, segundo diretrizes de ACSM deve ser determinado o seu VO₂ máx. Há vários testes para determinação do VO₂ máx, mas a maioria deles exige ou equipamento sofisticado ou esforço acima de 75 % do esforço máximo do testado que não é indicado para pessoas idosas. O objetivo desta pesquisa foi investigar se o Teste de Caminhada de 100 metros pode ser utilizado como um instrumento confiável de determinação do VO₂ máx em mulheres idosas. A amostra da pesquisa foi composta por 26 mulheres saudáveis com idade de 54,6 a 64,2 anos do Município de Concórdia, as quais realizaram simultaneamente o Teste de Caminhada de 400 metros de Kalinina, e o Teste de Caminhada de 100 metros. Os testes foram realizados na pista de atletismo. Os resultados adquiridos mostraram que não há diferença significativa ($p < 0,01$) entre o Teste de Caminhada de 400 metros de Kalinina e o Teste de Caminhada de 100 metros. Desta forma, podemos confirmar que o Teste de 100 metros pode ser utilizado como um instrumento confiável da determinação de VO₂ máx nas mulheres de 55 a 64 anos de idade. Palavras-chave: Caminhada, Idosos, Consumo máximo de oxigênio

4235

2

INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DO JUDÔ NA FLEXIBILIDADE DE CRIANÇAS, ADOLESCENTES E ADULTOS

VANESSA ROCHA MATHIAS - Faculdades Integradas Fafibe
 Luiz Henrique da Silva - Faculdades Integradas Fafibe; Universidade do Vale do Sapucaí

O judô é uma modalidade esportiva de luta agarrada, tendo como seu maior objetivo o "ippon" (projeção do adversário de costas no chão). A prática do judô pode propiciar o desenvolvimento de muitas capacidades físicas, dentre elas a flexibilidade. Esta capacidade pode ser definida como a maior amplitude de mobilidade articular, podendo atingir seu valor máximo entre a infância e a adolescência. Entretanto, com o passar dos anos, seus valores vão diminuindo caso não seja feita uma manutenção. A flexibilidade pode ser avaliada por muitos métodos, todavia, o teste de sentar e alcançar tem sido o protocolo mais utilizado para verificar os níveis desta capacidade física em judocas. Com o objetivo de avaliar o nível de flexibilidade de praticantes de judô do gênero masculino em diferentes faixas etárias (crianças, adolescentes e adultos), foi aplicado o teste de sentar e alcançar em 128 praticantes de judô. Para análise estatística foram realizadas análises de variância e quando necessário foi aplicado o teste a posteriori de Scheffé, $p < 0.05$. Para verificar as possíveis correlações entre flexibilidade, idade e tempo de prática foi aplicado teste de multicorrelação. Os resultados mostraram que os adultos possuem maior flexibilidade ($F(1,2) = 17.18242$; $p = 0.00004$) e tempo de prática ($F(1,2) = 3.792594$; $p = 0.03$) em relação às crianças e adolescentes. Estes resultados sugerem que a prática do judô pode influenciar de forma positiva os níveis de flexibilidade dos judocas. Entretanto, não podemos afirmar ser o tempo de prática do judô o fator que diferencia o nível de flexibilidade entre as faixas etárias, pois houve pouca correlação entre tempo de prática e flexibilidade, $r = +0.18$.

4261

3

AValiação DO VO₂MÁX ATRAVÉS DA TÉCNICA GRÁFICA

KELSER DE SOUZA KOCK - Universidade do Sul de Santa Catarina
 Gláucia Silvano Rocha - UNISUL
 André Nunes - UNISUL
 Luana de Souza Isidoro - UNISUL
 Tassiane Salvan Marques - UNISUL

Este estudo refere-se à avaliação do consumo máximo de oxigênio (VO₂máx) através da técnica gráfica ou de plotagem. A pesquisa foi realizada em dezembro de 2006, no setor de Cardiologia e Pneumologia da Clínica-Escola de Fisioterapia da Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL, campus Tubarão. Os materiais utilizados foram: esteira ergométrica da marca Embreex™, modelo 553 5X e oxímetro de pulso da marca MORIYA™ 1001. Foram avaliados 16 indivíduos, 8 do sexo masculino com faixa etária média de $23,6 \pm 3,5$ e 8 do sexo feminino com idade média de $22,3 \pm 3,1$ anos. Os resultados demonstram que o valor absoluto do VO₂máx dos homens foi 14,4% maior nos homens que nas mulheres ($\alpha = 0,03$). Em suma, pode-se dizer que a técnica gráfica é um método simples para avaliação indireta do VO₂máx e oferece excelente apoio didático-pedagógico para entendimento das variáveis: frequência cardíaca (FC), MET (equivalente metabólico) e consumo máximo de oxigênio (VO₂máx) aos discentes.

4264

4

ERRO TÉCNICO DE MEDIÇÃO ANTROPOMÉTRICA INTER-AVALIADORES EM ESTUDO EPIDEMIOLÓGICO REALIZADO NA CIDADE DE LAURO DE FREITAS-BAHIA

MARCELA MOTA FREITAS - União Metropolitana de Educação e Cultura
 Luiz Alberto Bastos Almeida - União Metropolitana de Educação e Cultura
 Francisco José Gondim Pitanga - União Metropolitana de Educação e Cultura

Os processos de medir e avaliar são etapas fundamentais para apresentação dos resultados finais de todos os estudos científicos para que os mesmos possam obter validação e credibilidade. Os pesquisadores e assistentes de pesquisa precisam estar bem treinados para utilização correta dos instrumentos. Deverão ser avaliados para identificar o nível de discrepância entre os seus resultados. A ciência conta com o Erro Técnico de Medição (ETM) como um potente instrumento para avaliar tais resultados. Procurou-se identificar o ETM inter-avaliadores envolvidos em um estudo epidemiológico. Foram selecionados cinco alunos do curso de Educação Física da UNIME (BA) treinados para coletar medidas antropométricas, em seguida uma amostra significativa e randomizada foi avaliada pelos cinco avaliadores nos mesmos seguimentos corporais. Utilizou-se uma fita métrica metálica e flexível da marca Plenna para medir a estatura circunferência de cintura e a do quadril. Para encontrar o ETM, seguiu-se a metodologia de Kevin Norton e Tim Olds (2000) comparando as medidas de dois avaliadores de cada vez e em seguida foi calculado o ETM médio. Os ETMs inter-avaliadores encontrados nas medidas foram: estatura- 0,29%, circunferência de cintura-1,35% e quadril-1,07%. Os ETMs dos avaliadores demonstraram resultados aceitáveis (máximo 2,0%) de acordo com os padrões exigidos por Kevin Norton e Tim Olds (2000). Portanto, é um instrumento eficaz na preparação e avaliação de pesquisadores que estão envolvidos em projetos que buscam medição antropométrica.

4271

5

A RELAÇÃO ENTRE OS NÍVEIS DE AMPLITUDE DE MOVIMENTO E GÊNERO EM CAPOEIRISTAS DE RIO BRANCO, ACRE

FRANCISCO GOMES QUEIROZ - Universidade Federal do Acre - Departamento de Educação Física e Desporto
 Albená Nunes da Silva - Universidade Federal de Minas Gerais
 Leandro Ribeiro Palhares - Universidade Federal do Acre

A flexibilidade é fundamental para a capoeira, atividade física que requer movimentos em grandes amplitudes de movimento (ADMs). A ADM sofre influência de diversos fatores, dentre eles o gênero. O objetivo desse estudo foi comparar os níveis de ADM entre capoeiristas de ambos os gêneros. O método consistiu de uma amostra de 24 capoeiristas voluntários, de diferentes grupos de capoeira do município de Rio Branco (AC), distribuídos em dois grupos (n= 12): mulheres (GM) e homens (GH). Os grupos apresentaram, em média, 20 anos de idade e 4 anos de tempo de prática em capoeira. A tarefa consistiu em avaliar a ADM lateral do membro inferior direito (LMID), a ADM frontal do membro inferior direito (FMID), a ADM lateral direita do tronco (LDT) e a ADM de extensão do tronco (ET). Foram utilizados um Flexímetro da marca Sanny, uma ficha de coleta de dados e uma filmadora. A coleta de dados foi realizada nas academias de capoeira, antes do treinamento, e cada sujeito foi avaliado individualmente através de alongamento passivo realizado por um experimentador, enquanto outro experimentador registrou os valores na ficha de coleta de dados. O Teste t de Student não indicou diferenças significativas para LMID [T(df= 22)= 0,53, p= 0,59], FMID [T(df= 22)= 0,58, p= 0,56], LDT [T(df= 22)= -0,39, p= 0,69] e ET [T(df= 22)= -0,42, p= 0,68]. O presente estudo não identificou uma relação entre os níveis de ADM e gênero em capoeiristas. Tal achado sugere que: 1) É precipitado afirmar que existem diferenças significativas entre gêneros; 2) A prática da capoeira favorece um adequado desenvolvimento da ADM de forma que os níveis de flexibilidade tornem-se similares entre os gêneros.

4301

7

PERCENTUAL DE GORDURA CORPORAL OBTIDO POR MEIO DE DOBRAS CUTÂNEAS REALIZADAS EM DIFERENTES LADOS DO CORPO

RAPHAEL MAFRA - Universidade Católica de Brasília
 Gustavo Fernandes - Universidade Católica de Brasília
 Claudia Dias - Universidade Católica de Brasília
 Ricardo Mayolino - Universidade Católica de Brasília

Na prescrição de programas de treinamento a determinação dos componentes da composição corporal possui diversas aplicações, dentre estas a avaliação da quantidade de gordura corporal. Estudos afirmam que a disposição da gordura não se apresenta de maneira uniforme e a escolha do lado do corpo para que as medidas sejam realizadas pode apresentar diferenças. O objetivo do presente estudo foi analisar possíveis variações no percentual de gordura obtido por meio de dobras cutâneas, realizadas no lado direito e esquerdo do corpo. 28 homens (24,57±4,90 anos; 75,28±10,79 kg; 176,11±6,57 cm) e 19 mulheres (29,00±5,02 anos; 57,88±6,83 kg; 162,29±5,61 cm) saudáveis e ativos foram avaliados em sete locais (abdômen, tórax, coxa, supra-iliaca, tríceps, axilar média e subescapular). Todas as medidas foram realizadas por um único avaliador. Os protocolos de Jackson e Pollock de 3 e 7 dobras foram utilizados para o cálculo da densidade corporal e a equação de Siri para a conversão dos valores em percentuais de gordura. Foi utilizado o teste t pareado para analisar as diferenças entre as dobras e entre os percentuais de gordura. O nível de significância adotado foi de p≤0,05. Foram observadas diferenças significativas na espessura de algumas dobras dos indivíduos do sexo masculino, porém nenhuma diferença nas dobras entre os indivíduos do sexo feminino, bem como nos protocolos de 3 (masculino: 11,39±4,47; 11,30±4,45 / feminino: 23,77±4,21; 23,84±4,62) e 7 dobras (masculino: 12,44±4,91; 12,42±4,85 / feminino: 23,35±4,36; 23,49±4,41) para ambos os sexos. A partir destes resultados, não foram observadas diferenças entre os percentuais de gordura para os protocolos de 3 e 7 dobras quando realizados em diferentes lados do corpo.

4283

6

RELAÇÃO ENTRE DESEMPENHO MOTOR E CLASSIFICAÇÃO DE TITULARES E RESERVAS DE JOVENS HANDEBOLISTAS

DALMO ROBERTO LOPES MACHADO - EEFEUSP; FCT/UNESP
 Ana Cristina Pereira de Oliveira - FCT/UNESP/GECIAF
 Leonardo Trevizan Costa - FCT/UNESP/GECIAF
 Robson Chacon Castoldi - FCT/UNESP/GECIAF

Introdução: O handebol é considerado um esporte dinâmico, englobando capacidades motoras como força, velocidade, resistência, potência, agilidade e flexibilidade. O desempenho motor (DM) dessas capacidades, associado às habilidades específicas do handebol, somadas aos elementos de características individuais, coletivas e psicossociais contribuem para o êxito das equipes (SIMÕES, 2002). Entretanto, pouco se sabe se o DM, isoladamente, pode ser determinante para prever o sucesso no desempenho de jogo. Objetivo: Assim, este estudo pretendeu verificar se o DM pode ser considerado como um fator determinante para as funções (F) de titulares e reservas entre jovens handebolistas. Métodos: A amostra foi composta por 12 rapazes, entre 14 e 16 anos, praticantes de handebol colegial. O DM foi medido abrangendo os testes de abdominal modificado, sentar-e-alcançar, shuttle-run, salto horizontal, corridas de 50 metros e de 12 minutos. Utilizando-se do pacote estatístico SPSS 13.0, a análise descritiva foi seguida do teste t para amostras independentes, correlação de Spearman e regressão simples (Enter), considerando a F como a variável dependente. O nível de significância adotado foi de 5%. Resultados: O DM dos titulares foi melhor que dos reservas, porém sem diferenças estatisticamente significantes. A relação entre DM e F variou entre fraca e moderada (r=0,02 e r=0,41), sugerindo que esta não tem grande dependência do DM. Na regressão, nenhuma capacidade foi discriminante para F. No modelo único, DM apresentou um r=0,53 com baixo poder de explicação (28%) para a F. Conclusão: Os índices de DM não podem ser considerados isoladamente como fatores determinantes da F de jogo entre titulares e reservas.

4315

8

COMPOSIÇÃO E IMAGEM CORPORAL DE MENINAS MATURADAS ATLETAS E NÃO-ATLETAS

ALEXANDRA FOLLE - Universidade Federal de Santa Catarina
 Dayane Zambenedetti Tedesco - Universidade Comunitária Regional de Chapecó
 Juliana de Oliveira - Universidade Comunitária Regional de Chapecó
 Maria Elizete Pozzobon - Universidade Comunitária Regional de Chapecó
 Denison Sartori - Universidade Comunitária Regional de Chapecó

Atualmente, as mudanças ocorridas na infância tornam-se cada vez mais precoces, adquirindo as alterações do universo físico importância fundamental. Neste contexto, a prática esportiva pode contribuir no aumento da auto-estima e das relações do indivíduo com seu corpo, melhorando, conseqüentemente, sua imagem corporal. O objetivo do estudo foi correlacionar a composição e a imagem corporal de meninas maturadas atletas e não-atletas. Sua amostra constituiu-se de 20 meninas atletas da cidade de Chapecó/SC e 20 não-atletas, com idade de 12 a 14 anos. A coleta de dados foi realizada através do percentual de gordura (software SAPAF 1.0) e do questionário de imagem corporal (PIETRO, SILVEIRA e SILVEIRA, 2003). Para análise da variável composição corporal foi utilizada a estatística descritiva: média, desvio padrão e teste t de Student; através do programa Excel versão 2000. A imagem corporal foi analisada através da pontuação obtida no questionário de avaliação de transtorno da imagem corporal. Para correlacionar o percentual de gordura e a imagem corporal utilizou-se o programa Excel 2000, classificando através da correlação de Pearson (TRITSCHLER, 2003). Os resultados indicaram que a média do percentual de gordura das meninas atletas é inferior ao das não-atletas, não se identificando um padrão distorcido da imagem corporal entre os grupos. A partir da correlação entre o %G e a imagem corporal das meninas atletas e das não-atletas, identificou-se a existência de uma correlação linear positiva (± 0,81 e ± 0,58), sendo estas consideradas: forte e moderada respectivamente. A partir dos resultados encontrados conclui-se que as meninas atletas possuem maior percepção em relação ao próprio corpo do que as não-atletas.

4317

9

CRESCIMENTO FÍSICO DE ESCOLARES DE 7 A 10 ANOS

MARIA ELIZETE POZZOBON - Universidade Comunitária Regional de Chapecó
Denison Sartori - Universidade Comunitária Regional de Chapecó
Dayane Zambenedetti Tedesco - Universidade Comunitária Regional de Chapecó
Alexandra Folle - Universidade Federal de Santa Catarina

O ambiente escolar apresenta-se como um local adequado para a efetivação de estudos com crianças e adolescentes de diferentes realidades, principalmente, no que concerne aos níveis de crescimento físico, aspecto relevante em termos de saúde desta população. O objetivo do estudo foi comparar o nível de crescimento físico dos escolares da rede estadual de educação de Chapecó/SC com o estudo realizado por Farias (2002) e com o referencial do National Center for Health Statistics (NCHS). A amostra foi composta de 248 crianças com idade de 7 a 10 anos. Para a medição de massa corporal e estatura foi utilizada a padronização do Anthropometric Standardization Reference Manual e para comparar os dados utilizou-se o Teste t de Student (Excel 2000). Os dados relativos aos indivíduos do sexo masculino apresentaram diferença estatisticamente significativa ($p < 0,05$) para a variável massa corporal para todas as idades (7, 8, 9 e 10) quando comparada ao estudo de Farias (2000) e ao referencial NCHS. A variável estatura apresentou diferença significativa para as idades de 8, 9 e 10 anos deste sexo em comparação ao estudo de Farias (2002) e para todas as idades em relação ao referencial NCHS. Quanto aos sujeitos do sexo feminino verificou-se diferença significativa para a variável massa corporal na faixa etária dos 10 anos quando comparada aos dois estudos; e, diferença significativa em todas as idades envolvidas para a variável estatura. A partir dos resultados obtidos conclui-se que os escolares pertencentes às escolas estaduais de Chapecó/SC apresentam níveis mais elevados de crescimento físico que os do estudo realizado por Farias (2002) e o referencial NCHS com diferença estatisticamente significativa para a maioria das idades.

4323

10

INCIDÊNCIA DO ATAQUE NO VOLEIBOL INFANTO-JUVENIL FEMININO

FABIO LUIZ GOUVEA - Universidade Paulista
Marcelo Belem Silveira Lopes - Universidade Estadual de Campinas

A preocupação com os métodos do treinamento tem sido uma constante para estudiosos da área, e em desportos como o Voleibol os aspectos técnico e tático têm peso considerável. Diante da necessidade de adequar os métodos e cargas de treinamento com as condições de competição de jovens atletas, o conhecimento das demandas de jogo torna-se um instrumento importante para abordagens mais precisas nessa prática. Este artigo visa dar colaboração nesse sentido, abordando a categoria Infanto-Juvenil feminina através de estudo detalhado das ações ofensivas com observações sistematizadas, preparadas e naturais sem interferência sobre o local dos jogos, através de filmagem em vídeo, com câmera posicionada atrás da quadra onde se colocava uma das equipes. As variáveis analisadas foram a posição e o jogador que receberam os levantamentos. Foram obtidos os totais e percentuais de cada uma das variáveis. Em seguida foi utilizada a estatística descritiva bidimensional, cruzando os resultados das variáveis e o teste Qui-Quadrado para verificar se existe associação entre as variáveis analisadas. Os resultados indicaram que em cada posição da quadra há predominância de jogador que recebe os levantamentos em razão das funções táticas. O aumento na qualidade da distribuição ofensiva se mostrou necessário pelas constatações feitas: número limitado de bolas de velocidade, concentração de metade das bolas distribuídas para a Posição 4 e uso restrito das bolas de fundo. São dados importantes para melhorar os referenciais de treinamento dessa faixa etária.

4324

11

HÁBITOS RELACIONADOS À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS REGULARES DE INDIVÍDUOS FREQUENTADORES DE PARQUES PÚBLICOS DO MUNICÍPIO DE LONDRINA

TÚLIO RANGEL DE CAMARGO PACHECO - Universidade Estadual de Londrina
Mário Carlos Welin Balvedi - Universidade Estadual de Londrina
Liane Sardi - Universidade Estadual de Londrina
Roberta Lidiane de Oliveira Esteves - Universidade Estadual de Londrina
Abdallah Achour Júnior - Universidade Estadual de Londrina/ Apoio: Fundação de Esportes de Londrina

Segundo as recomendações do ACSM (2006) é recomendável praticar pelo menos 30 minutos de atividade física moderada na maior parte dos dias da semana. O objetivo deste estudo foi verificar os hábitos relacionados à prática de atividades físicas regulares de indivíduos que frequentam parques públicos de Londrina (PR). Para tanto, foram entrevistados 148 frequentadores de 3 parques públicos de Londrina, sendo 69 mulheres (60,03+9,8 anos) e 79 homens (60,01+10,08 anos). Foi aplicado questionário fechado, analisando a preferência pela prática de atividades físicas, bem como a frequência e a duração de tal prática. Entre os homens, 84,8% eram regularmente ativos. As atividades de preferência foram caminhada (79,75%), musculação (12,6%) e corrida (10,13%). Já entre as mulheres, 94,2% eram regularmente ativas, sendo as atividades de preferência a caminhada (89,86%), o alongamento (17,39%) e a hidroginástica (10,14%). Com relação à frequência semanal para os homens, 17,7% realizavam atividades 2x, 22,8% 3x, 11,4% 4x, 21,5% 5x, 11,4% 6x e 15,2% 7x. Já entre as mulheres a frequência semanal foi de 2x para 11,7%, 3x para 20,3%, 4x para 13%, 5x para 21,7%, 6x para 15,9% e 7x para 17,4%. A duração de cada sessão de exercício para os homens foi de 30' para 10,1% deles, de 45' para 10,1%, de 60' para 54,4%, de 90' para 20,3% e de 120' para 5,1%. Já entre as mulheres a duração da sessão foi de 30' para 2,9% delas, de 45' para 24,9%, de 60' para 47,6%, 90' para 18,8% e 120' para 5,8%. Conclui-se que o nível de atividade física regular retratado pelos entrevistados é bastante superior aos valores mínimos recomendados, sendo que a maioria dos homens e mulheres afirmaram se exercitar na maioria dos dias da semana e por pelo menos uma hora por sessão.

4329

12

PREVALÊNCIA DE PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE ESTUDANTES DE CURSOS NA ÁREA DA SAÚDE

BIANCA GUIDINI SANTAGUITA - Associação Desportiva para Deficientes / Universidade Bandeirante de São Paulo
Carolina Ventura Rodrigues Fernandes - Associação Desportiva para Deficientes / Universidade Paulista
Mateus Baptista do Nascimento - Associação Desportiva para Deficientes / Universidade Paulista
Márcia Greguol Gorgatti - Associação Desportiva para Deficientes / Universidade Estadual de Londrina

A prática de exercícios é de fundamental importância para a manutenção de uma saúde positiva. Entretanto, sabe-se que muitos profissionais que atuam na área da saúde mantêm baixos níveis de prática regular de exercícios. Tendo em vista a relevância do tema, o objetivo deste estudo foi verificar o nível de prática de atividade física por estudantes de graduação de cursos na área de saúde. Para tanto, 180 estudantes, sendo 50 de Enfermagem (25,1+8,4 anos), 50 de Nutrição (25,8+7,3 anos) e 80 de Educação Física (23,3+8,1 anos) de uma universidade particular da cidade de São Paulo responderam ao questionário IPAQ, voltado a verificar o nível de prática de atividade física. Os resultados mostraram que, entre os estudantes de enfermagem, 26% eram muito ativos, 42% moderadamente ativos e 32% pouco ativos. Entre os estudantes de nutrição, 26% eram muito ativos, 22% moderadamente ativos e 52% pouco ativos. Já entre os estudantes de educação, 51,25% afirmaram ser muito ativos, 36,25% moderadamente ativos e apenas 12,5% pouco ativos. Conclui-se que uma porcentagem significativa dos estudantes de cursos de graduação na área da saúde não praticam o mínimo recomendável de atividades físicas para a manutenção da saúde positiva, especialmente aqueles do curso de nutrição. Verifica-se ainda que a melhor índice de prática de atividades físicas regulares foi manifestado pelos estudantes do curso de educação física.

4330

13

INDICADORES DE PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS REGULARES POR ESTUDANTES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA CIDADE DE SÃO PAULO

MATEUS BAPTISTA DO NASCIMENTO - Associação Desportiva para Deficientes / Universidade Paulista
 Carolina Ventura Rodrigues Fernandes - Associação Desportiva para Deficientes / Universidade Paulista
 Bianca Guidini Santaguita - Associação Desportiva para Deficientes / Universidade Bandeirante de São Paulo
 Márcia Greguol Gorgatti - Associação Desportiva para Deficientes / Universidade Estadual de Londrina

Embora seja de conhecimento geral que a prática regular de atividades físicas é fundamental para a saúde e que o sedentarismo se constitui em forte fator de risco de doenças crônico-degenerativas, muitos profissionais e estudantes de graduação na área de educação física mostram dificuldades em manter uma prática regular de tais atividades. Dessa forma, o objetivo deste estudo foi verificar o nível de prática de atividades físicas regulares entre estudantes de educação física em diferentes momentos do curso. Para tanto, foram avaliados 109 estudantes do curso de educação física de uma universidade particular da cidade de São Paulo, sendo 56 do último semestre e 53 do primeiro semestre do curso. Os estudantes responderam ao questionário IPAQ, no qual retrataram suas atividades físicas dos últimos 7 dias. Os resultados mostraram que não houve diferenças significativas entre a porcentagem de alunos que manifestou ser muito ativa (73,6% entre aqueles do primeiro semestre e 70,1% entre os do último). Entretanto, foi verificada, por meio do teste Qui-Quadrado, diferença significativa ($p < 0,05$) entre a porcentagem de alunos que se manifestou moderadamente ativa e pouco ativa nos dois grupos. 20,7% dos estudantes do primeiro semestre do curso e 8,9% dos estudantes do último disseram ser moderadamente ativos e 5,7% daqueles do primeiro semestre e 21,5% do último semestre relataram ser pouco ativos. Conclui-se que, para os estudantes pesquisados, uma porcentagem significativamente maior de alunos do último semestre do curso mostram-se insuficientemente ativos quando comparados àqueles do primeiro semestre, o que pode ser devido ao maior número de compromissos ao final do curso, tais como entrega de estágios e monografia.

4383

15

EFEITO DE DOIS PROGRAMAS DE EXERCÍCIO FÍSICO SOBRE A COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ADULTOS DO SEXO MASCULINO

FABRÍCIO CESAR DE PAULA RAVAGNANI - Universidade Católica Dom Bosco / Universidade Federal Mato Grosso do Sul
 Christianne F Coelho - PRONUT-USP-SP
 Cassio VA Correa - UFMS-Universidade Federal Mato Grosso do Sul
 Maria C Sassioto - UFMS-Universidade Federal Mato Grosso do Sul
 Ídrico L. Pellegrinotti - UNIMEP - Universidade Metodista de Piracicaba-SP

A atividade física é importante na prevenção ou tratamento das doenças não transmissíveis por atuar na manutenção ou redução da gordura corporal. No entanto, o treinamento mais eficiente na melhora da composição corporal ainda é motivo de controvérsias. O objetivo do estudo foi verificar o efeito de dois programas de exercício físico sobre a composição corporal de homens. Foram selecionados 46 indivíduos, divididos em 3 grupos: exercício contra-resistência (GECR) (N=19; 36,3±5,4 anos), exercício aeróbio (GEA) (N=13; 53,9±5,7 anos) e controle (GC) (N=14; 47,1±9,1 anos). O treinamento aeróbio envolveu exercícios como caminhada ou corrida (intensidade entre 60 a 85% FC Máxima), resistência muscular localizada e de alongamento. O treino contra-resistência envolveu exercícios em aparelhos e pesos livres (8 a 12 exercícios, 2 a 3 séries e 8 a 12 repetições máximas). Ambos os treinamentos foram realizados durante 3 meses consecutivos com duração de 85 minutos por sessão e frequência mínima de 3 sessões semanais. Foram avaliados peso, estatura, IMC, circunferência abdominal e percentual de gordura por dobras cutâneas. Para a análise estatística empregou-se ANOVA two-way ($p < 0,05$). Os resultados mostram que não houve modificações no peso corporal, IMC e circunferência abdominal dos sujeitos independentemente do treinamento, embora tenha sido observada tendência a redução dos valores apenas nos grupos exercitados. Houve redução significativa de aproximadamente 8% na gordura relativa somente para o grupo GECR, embora redução de aproximadamente 2% tenha sido observada também no GEA e ligeiro aumento de 4% no GC. Conclui-se que o treino resistido foi mais eficiente na redução da gordura corporal comparado ao aeróbio e ao sedentário.

4347

14

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NO TRABALHO, LAZER, DESLOCAMENTO E SERVIÇOS DOMÉSTICOS EM ADULTOS DE PELOTAS, RS

THIAGO TERRA BORGES - ESEF/UFPel
 Aírton José Rombaldi - ESEF/UFPel
 Pedro Curi Hallal - ESEF/UFPel

Os primeiros estudos investigando os níveis populacionais de atividade física e avaliando o efeito desta variável sobre desfechos em saúde mensuravam apenas atividades físicas realizadas no período de lazer ou trabalho, normalmente expressas como gasto energético. Estudos recentes têm demonstrado a importância da mensuração da atividade física como forma de deslocamento e daquela realizada no ambiente doméstico. A atividade física foi avaliada com a versão longa do Questionário Internacional de Atividade Física. Foram entrevistados 977 indivíduos com idade entre 20 e 69 anos, selecionados por amostragem aleatória no município de Pelotas. O percentual de sedentarismo (<150 minutos por semana) no lazer foi de 69,8%, enquanto no deslocamento foi de 51,9%, no trabalho foi de 58,2% e nos serviços domésticos foi de 35%. Os homens foram mais ativos do que as mulheres no lazer e no trabalho, enquanto as mulheres são mais ativas nos serviços domésticos. A tabela mostra a relação entre atividade física em todos os domínios e idade. A prevalência e os fatores associados ao nível populacional de atividade física são extremamente dependentes dos domínios avaliados.

4399

16

SEDENTARISMO NO LAZER E FATORES ASSOCIADOS EM ADULTOS: ESTUDO TRANSVERSAL DE BASE POPULACIONAL

LUIS FERNANDO GUERREIRO - Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas
 Pedro Curi Hallal - Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas
 Mario Renato Azevedo - Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas
 Anderson Leandro Peres Campos - Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas
 Ludmila Correa Muniz - Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Pelotas

A associação positiva entre a prática de atividade física e a saúde está bem estabelecida na literatura científica. A prática de atividade física no lazer é especialmente relevante para a saúde, devido a intensidade normalmente mais elevada do que a realizada nos outros domínios. O objetivo deste estudo foi avaliar a prevalência de sedentarismo no lazer e fatores associados em adultos. A atividade física foi avaliada com a versão longa do Questionário Internacional de Atividade Física. Foram entrevistados 977 indivíduos com idade entre 20 e 69 anos, selecionados por amostragem aleatória no município de Pelotas. O sedentarismo no lazer foi definido com menos de 150 minutos por semana de prática de atividade física no lazer. A prevalência de sedentarismo no lazer foi de 69,2% (IC95% 66,9 – 72,7). O sedentarismo no lazer foi significativamente mais frequente nas mulheres em comparação aos homens (75,6% e 62,2%, respectivamente). Em termos de faixa etária, o maior percentual de sedentarismo foi observado nos indivíduos com 40-49 anos, diferentemente do observado em outras pesquisas, que identificaram uma diminuição gradual do nível de atividade física com o passar da idade. Conclui-se que a prevalência de sedentarismo no lazer é muito elevada em adultos de Pelotas, e que as mulheres e os adultos de meia-idade estão especialmente vulneráveis a esta epidemia de sedentarismo.

4402

17

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS

ADRIANA COUTINHO DE AZEVEDO GUIMARÃES - Cefid - UDESC
 Sabrina Fernandes - Cefid-UDESC
 Joseani Paulini Neves Simas - Cefid-UDESC
 Zenite Machado - Cefid-UDESC
 Amanda Soares - Cefid-UDESC

Introdução: A atividade física tem sido considerada importante componente de um estilo de vida saudável e a universidade através do ensino / extensão e pesquisa pode ser considerada um espaço para a promoção e/ou manutenção da saúde, de indivíduos de todas as faixas etárias. Objetivo: Assim sendo, o estudo de campo, descritivo de caso objetivou investigar o nível de atividade física dos professores do curso de Educação Física e Fisioterapia do Centro de Ciências da Saúde e Esporte - CEFID/UDESC. Metodologia: O estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de ética em Seres Humanos da UDESC, e a amostra por acessibilidade foi constituída por 38 professores de ambos os sexos do CEFID/UDESC, com média de idade de 40 + 8,74 anos. Para tanto utilizou-se um questionário auto-aplicável com questões destinadas à caracterização da amostra e o nível de atividade física foi mensurado através do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAC – 6 versão curta). Para análise dos dados utilizou-se estatística descritiva mediante o cálculo de frequência simples, percentual, média e desvio padrão. Resultados: Os professores são predominantemente do sexo feminino, casados, provenientes do estado de Santa Catarina, morando na Grande Florianópolis, graduados em Educação Física, com mestrado e efetivos na instituição. Com relação ao nível de atividade física, 47,36% dos professores são considerados ativos, 36,85% insuficientemente ativos e 15,79% muito ativos. Conclusão: Diante do exposto, conclui-se que os professores do Centro de Ciências da Saúde e Esporte – CEFID/UDESC podem ser considerados como sendo ativos, o qual auxilia no estilo de vida saudável contribuindo para a qualidade de vida.

4445

19

COMPOSIÇÃO CORPORAL E DESEMPENHO MOTOR DE ESCOLARES DE 9 E 10 ANOS DE IDADE DO MUNICÍPIO DE ARROIO DO MEIO – RS – BRASIL

GUILHERME MARDER - UNIVATES/CETAE
 Clairton Wachholz - UNIVATES
 Luis Antônio Crescente
 Rodrigo Baptista
 Osvaldo Donizete Siqueira -

Este estudo teve como objetivo delinear o perfil da Composição Corporal e do Desempenho Motor de escolares de 9 e 10 anos em relação ao sexo do município de Arroio do Meio – RS – Brasil. Foram feitos os teste de soma das dobras cutâneas tricótipal e subescapular e no Desempenho Motor foi avaliado a flexibilidade, força e o condicionamento cardiorespiratório. O presente estudo caracterizou-se com uma pesquisa descritiva de natureza quantitativa, participaram 244 alunos. Os resultados encontrados mostraram que, em relação à Composição Corporal 19% dos meninos e meninas estavam abaixo ZSApf, 61% e 54% dos meninos e das meninas respectivamente encontraram-se na ZSApf e 20% dos meninos e 27% das meninas estavam acima da ZSApf. No Desempenho Motor em relação à flexibilidade no teste de sentar e alcançar 24% dos meninos e 16% das meninas encontraram-se abaixo da ZSApf, 37% dos meninos e 24% das meninas estavam na ZSApf e 39% e 60% dos meninos e das meninas respectivamente estavam com o desempenho acima da ZSApf, na avaliação da força no teste abdominal 1 minuto 55% dos meninos e 48% das meninas encontraram-se abaixo da ZSApf, 26% dos meninos e 32% das meninas na ZSApf e 18% e 20% dos meninos e meninas respectivamente estavam acima da ZSApf. Para a avaliação cardiorespiratória no teste corrida/caminhada 9 minutos encontraram-se abaixo da ZSApf 30% dos meninos e 17% das meninas, na ZSApf 61% e 62% dos meninos e meninas respectivamente e 8% dos meninos e 21% das meninas estavam acima da ZSApf.

4413

18

EFEITOS DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO DE FORÇA E GINÁSTICA RECREATIVA NOS ÍNDICES DE FLEXIBILIDADE E FORÇA DE MEMBROS EM IDOSOS

ANDERSON LEANDRO PERES CAMPOS - Universidade Federal de Pelotas
 Rita da Silva Branco - Universidade Federal de Pelotas
 Marcelo Cozzensa da Silva - Universidade Federal de Pelotas
 Airtton Jose Rombaldi - Universidade Federal de Pelotas
 Luís Fernando Guerreiro - Fundação Universidade Federal do Rio Grande

O processo de envelhecimento acarreta diminuição das capacidades fisiológicas e psicológicas do idoso interferindo significativamente no desempenho das atividades básicas da vida diária. O objetivo do presente estudo foi comparar os efeitos de dois programas de treinamento, um de força e outro de ginástica recreativa, sobre os índices de flexibilidade, força de membros superiores e inferiores e índice de massa corporal (IMC). A amostra foi composta por 30 idosos do sexo feminino pertencentes ao Núcleo Atividades da Terceira Idade da ESEF/UFPEL. Os sujeitos foram divididos aleatoriamente em dois grupos; G1, com atividades de musculação e G2, com atividades de ginástica recreativa, sendo a duração do estudo de 12 semanas. A análise estatística foi efetuada através do teste t para amostras dependentes e independentes; quando da distribuição assimétrica foi utilizado teste de sinais de Wilcoxon. A amostra apresentou média de idade de 64,1 anos e peso corporal de 70,8 Kg. As médias pré e pos de flexibilidade para o G1 foram, respectivamente, de 22,7 cm (dp=9,7) e 23,9 cm (dp=11,1); já para G2 foram de 21,6 cm (dp=7,5) e 24,3 cm (dp=4,3), diferença estatisticamente significativa do pré para o pos teste no G2 (p=0,03). Quanto a prensão manual, as médias pré e pos para G1 foram, respectivamente, de 16,9 kgf (dp=5,4) e 24,1 kgf (dp=5,0) e para G2 de 16,8 (dp=3,0) e 23,2 (dp=5,9). Encontrou-se diferença significativa do pré para o pos teste no G1 (p<0,001) e G2 (p=0,002). Não observou-se diferenças entre G1 e G2 em nenhuma das variáveis dependentes. Conclui-se que 12 semanas de atividade física, independentemente do tipo, foram suficientes para melhorar os níveis de prensão manual de idosas.

4452

20

NÍVEL DE FLEXIBILIDADE EM MENINOS PRATICANTES DE FUTSAL COM IDADES ENTRE 7 E 14 ANOS

EVERTON PILESKI PEREIRA - Faculdades Integradas Univest/FACVEST
 Jaisson Ricardo Bona - Faculdades Integradas Univest/FACVCEST
 Edson Luis Machado de Arruda - Faculdades Integradas Univest/FACVCEST
 Francisco José Fornari Souza - Faculdades Integradas Univest/FACVCEST
 Gean Coelho Telles - Faculdades Integradas Univest/FACVCEST

Introdução: A flexibilidade é uma das principais variáveis da aptidão física relacionada à saúde (Araújo, 2003) sendo considerada relevante para a execução de movimentos simples ou complexos, para o desempenho desportivo, para a manutenção da saúde e para a preservação da qualidade de vida (Araújo, 1999). Objetivo: O objetivo do presente estudo foi verificar o nível de flexibilidade em meninos praticantes de futsal com idades entre 7 e 14 anos. Metodologia: O estudo foi realizado no Município de Lages SC, com uma amostra de 115 meninos com idades entre 7 e 14 anos. A verificação do nível de Flexibilidade foi realizada através do teste de sentar e alcançar segundo o protocolo de Roche (2001). No tratamento dos dados se utilizou recursos do pacote estatístico SPSS versão 13.0 para Windows, sendo que a análise foi feita através da estatística descritiva básica, e teste associativo do Qui-quadrado (x²). Resultados. Os resultados revelaram que 94,8% dos indivíduos foram classificados com um nível excelente de flexibilidade. O Teste associativo do Qui-quadrado (x²), demonstrou haver associação entre idade e nível de Flexibilidade (x² 23,517 - p<0,052). Conclusão: Considerando os resultados encontrados, ficou evidenciado que os meninos praticantes de futsal com idades entre 7 e 14 anos, possuem um nível de flexibilidade excelente. Fato que é de significante importância para a prática do desporto por contribuir em um melhor desempenho e na prevenção de lesões. Sendo que esta flexibilidade varia em relação a idade, o que está de acordo com a literatura nacional e internacional.

4478

21

VALIDADE DE EQUAÇÕES PREDITIVAS PARA A ESTIMATIVA DE 1RM NO EXERCÍCIO ROSCA DIRETA

MATHEUS AMARANTE DO NASCIMENTO - Universidade Estadual de Londrina
 Renata Selvatici Borges Januário - Universidade Estadual de Londrina
 Aline Mendes Gerage - Universidade Estadual de Londrina
 Edilson Serpeloni Cyrino - Universidade Estadual de Londrina
 Arli Ramos de Oliveira - Universidade Estadual de Londrina

A força muscular tem sido considerada um dos principais componentes relacionados ao desempenho atlético. Nesse sentido pesquisadores têm se preocupado em buscar um método adequado para avaliar essa capacidade, contudo, informações disponíveis ainda são inconsistentes. Desta forma, estudos propõem a análise da força muscular por meio de testes que envolvam cargas submáximas, em vez do teste de 1RM. Assim, o objetivo deste estudo foi verificar a validade de equações preditivas para estimativa de 1RM no exercício rosca direta, a partir de teste submáximo. Sessenta e dois universitários do sexo masculino ($21,67 \pm 3,18$ anos) realizaram seis sessões de testes de 1RM no exercício rosca direta, separadas por 24 horas de intervalo, sendo considerado o maior valor obtido nas sessões. Um protocolo de testes de resistência de força foi realizado com 80% de 1RM, onde os indivíduos deveriam executar entre 7 e 10 repetições. Para validação das equações, utilizou-se teste "t" de Student para amostras dependentes e para a comparação entre as médias, correlação linear de Pearson, análise de regressão múltipla e o erro padrão de estimativa (EPE). Tendo como parâmetro o valor obtido no teste de 1RM ($42,54 \pm 5,69$), os resultados indicam que todas as equações preditivas, apesar de apresentarem correlações elevadas e EPE relativamente baixos ($< 3\%$), proporcionaram valores médios diferentes, quando comparados com o valor de 1RM. Assim, as equações analisadas não atenderam os critérios de validação, uma vez que diferiram significativamente dos valores encontrados no teste de 1RM, o que sugere que estas equações talvez não sejam as mais adequadas para o uso em universitários do sexo masculino.

4485

23

APTIDÃO AERÓBIA DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC, BRASIL

CLAUDIA LEAL FREITAS - UFSC
 Maira Carline Schu - Nucleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
 Karoliny Debiasi Ghedin - Nucleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
 João Marcos Ferreira de Lima Silva - Nucleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC, Bolsista CAPES
 Edio Luiz Petroski - Nucleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC

A aptidão aeróbia tem relação inversa com o desenvolvimento de doenças crônico-degenerativas, as quais vêm sendo diagnosticadas em indivíduos cada vez mais jovens. O objetivo do estudo foi verificar a aptidão aeróbia relacionada à saúde de adolescentes do ensino médio da cidade de Florianópolis, SC. Avaliaram-se 228 adolescentes, sendo 88 do sexo masculino ($15,95 \pm 0,90$ anos) e 140 do feminino ($15,93 \pm 0,83$ anos), de 14 a 17 anos ($15,94 \pm 0,85$ anos) de uma escola estadual de Florianópolis, SC. O teste de aptidão aeróbia utilizado seguiu a padronização da Bateria Canadense de Atividade Física, Aptidão e Estilo de Vida, classificando-os em aptos (Excelente, Muito Bom e Bom) e inaptos (Fraco e Precisa Melhorar). A análise dos dados foi realizada através de estatística descritiva, teste U de Mann-Whitney e qui-quadrado ($p < 0,05$). Os escores obtidos no teste foram de $489,17 \pm 55,23$ no sexo masculino e $414,41 \pm 28,53$ no feminino. Foram classificados como aptos 68,0% dos sujeitos, sendo 47,7% dos rapazes e 80,7% das moças ($p < 0,01$). Quando estratificado por sexo, não foram verificadas diferenças significativas entre as idades. Conclui-se que uma proporção maior de rapazes foram classificados como inaptos, os quais poderiam estar mais suscetíveis ao desenvolvimento de doenças crônico-degenerativas levando em consideração a classificação adotada para a aptidão aeróbia.

4482

22

APTIDÃO FÍSICA RELACIONADO À SAÚDE EM CRIANÇAS DE 7 A 10 ANOS DE UMA ESCOLA PÚBLICA DE CAMPO GRANDE-MS

RAFAEL DE WERK - UNIDERP - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal / CNPQ Conselho Nacional de Desenvolvimento e Pesquisa
 Alberto Zeola Vieira - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal; Apoio Fundação Manoel de Barros
 Dandara Boiarenco Amorim - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal
 Paulo Ricardo Martins Nuñez - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal
 Junior Wagner Pereira da Silva - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal

A aptidão física relacionada à saúde se dá pela realização de atividades físicas vigorosas que envolvam a resistência cardiorespiratória, a força e a flexibilidade. A ausência de uma boa aptidão física à saúde esta fortemente associada à predisposição a doenças hipocinéticas. O estudo teve como objetivo analisar o nível da aptidão física de crianças de 7 a 10 anos. O estudo foi realizado com 280 escolares, sendo 157 do sexo feminino e 124 do sexo masculino. Para análise da aptidão física relacionada à saúde foram realizadas as avaliações de peso e estatura - Índice de Massa Corporal ($IMC = \text{peso}/\text{estatura}^2$), teste de 1 minuto - resistência abdominal e o teste do banco de Wells - flexibilidade. Na interpretação dos dados utilizou-se o protocolo PROESP/BR. No IMC os resultados mostraram que a maioria das crianças (67,86%) encontrava-se dentro dos parâmetros recomendados para boa saúde. Todavia, 12,86% apresentaram valores acima e 19,29% abaixo. No teste de resistência abdominal verificou-se que 55,71% estavam abaixo, 26,06% dentro e 18,21% acima dos parâmetros de referência. A flexibilidade foi o teste que as crianças apresentaram os melhores resultados, sendo 43,21% classificados acima, 31,43% dentro e 25,36% abaixo da aptidão para boa saúde. Conclui-se que apesar da maioria das crianças apresentarem bons níveis de aptidão física à saúde no IMC e na flexibilidade, o mesmo não ocorre na resistência abdominal. Considerando relação existente entre aptidão física e saúde torná-se importante que novos estudos sejam realizados a fim de conhecer os fatores que tem exercido influência negativa sobre a resistência abdominal. Palavras-chave: aptidão física, saúde e crianças.

4493

24

COMPARAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA E ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES DE ENSINO FUNDAMENTAL DE PELOTAS, RS

LEANDRO QUADRO CORRÊA - Escola Superior de Educação Física - UFPEL
 Rafaela Espírito Santo Rodrigues - Universidade Federal de Pelotas
 Ailton José Rombaldi - Universidade Federal de Pelotas
 Pedro Curi Hallal - Universidade Federal de Pelotas

A mensuração de atividade física é complexa, especialmente em jovens. Embora haja um crescimento na utilização de sensores de movimento, a maioria dos estudos utiliza questionários, os quais eventualmente têm validade e repetibilidade incertas. O objetivo deste estudo foi avaliar a concordância entre atividade física - medida pelo questionário PAQ-C - e consumo máximo de oxigênio ($VO_{2\text{máx}}$) - mensurado de forma indireta através de protocolo de Léger. Participaram do estudo 26 (50% meninos) adolescentes de escolas públicas de Pelotas, RS, com idade média de 12,5 anos (DP 1,1) e índice de massa corporal médio de $18,9 \text{ kg/m}^2$ (DP 2,9). Os escores do PAQ-C variaram de 1,83 a 4,25, com média de 2,78 (DP 0,70), estatisticamente maior nos meninos do que nas meninas (3,12 vs. 2,41; $p=0,008$). Já o $VO_{2\text{máx}}$ variou de 33,3 a 55,6 ml/kg/min , com média de 42,1 (DP 6,2). O $VO_{2\text{máx}}$ também foi significativamente maior nos meninos em comparação às meninas (45,7 vs. 38,5; $p=0,001$). Houve uma correlação moderada entre o nível de atividade física e o $VO_{2\text{máx}}$ (coeficiente de correlação de Spearman: 0,42; $p=0,02$). Quando as duas variáveis foram dicotomizadas como acima ou abaixo da mediana, o kappa entre elas foi de 0,38, com uma concordância bruta de 69,2%. Conclui-se que existe uma moderada concordância entre atividade física e aptidão física nesse grupo de escolares adolescentes.

4498

25

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE FORMANDOS DA UFSM

DANIELA DRESSLER DAMBROS - Universidade Federal de Santa Maria
Daniela Lopes dos Santos - Universidade Federal de Santa Maria

Sabe-se que a atividade física é capaz de promover muitos benefícios à população. O objetivo deste estudo foi analisar o Nível de Atividade Física (NAF) de formandos de cursos de graduação da área da saúde da UFSM (Educação Física, Farmácia, Fisioterapia e Medicina). As coletas de dados ocorreram nos meses de fevereiro e março de 2007, período letivo. Os formandos 2007/1 foram convidados a participar do estudo e, após assinar o Termo de Consentimento, os voluntários responderam ao Questionário Internacional de Atividades Físicas (IPAQ – versão 8, forma curta, auto-administrado, semana usual), que classifica as pessoas em: muito ativo, ativo, irregularmente ativo (“A” ou “B”) e sedentário. Entre os formandos de Farmácia (n=9), encontramos 77,77% (n=7) fisicamente ativos (ativos + muito ativos) e 22,22% (n=2) insuficientemente ativos “B”. Entre os formandos de Educação Física (n=10), Fisioterapia (n=13) e Medicina (n=10), todos cumpriram as recomendações mínimas de atividade física (ativos + muito ativos). Conclui-se que a grande maioria dos futuros profissionais da área da saúde avaliados neste estudo apresentou bom NAF. É possível que este resultado decorra das tarefas da agitada vida dos universitários, principalmente no final do curso. Ressalta-se que os critérios de classificação do IPAQ levam em conta a frequência e duração de atividades físicas da vida diária, não considerando necessariamente a prática sistemática de exercícios físicos e/ou desportivos – praticados nos tempos livres ou horas de lazer – para classificar os indivíduos como ativos. Este estudo serviu de piloto para outro que está sendo realizado nos formandos 2007/2 de todos os cursos de graduação da área da saúde da UFSM.

4512

26

INDICADORES DA APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE (AFRS) DE MULHERES ENTRE 30 E 39 ANOS DE IDADE

KAIMI PEREIRA COSTA - Secretaria Municipal do Esporte e Lazer de Curitiba
Cândido S. Pires-Neto - UNIGUAÇU - Paraná, Brasil

Pouco se conhece dos indicadores da AFRS de mulheres residentes no Paraná. Objetivou-se investigar os indicadores da AFRS de mulheres entre 30-39 anos de idade. Analisou-se a MC, kg, EST, cm, e categorias (CAT), de CATIMC, kg/m², CATRCQ, cm, resistência muscular abdominal (CATABD, reps), flexibilidade (CATFlex, cm), força de preensão manual direita (CATDinD, kgf) e esquerda (CATDinD, kgf) de 171 voluntárias, pela estatística descritiva, ANOVA unifatorial e Tukey, $p \leq 0,05$. A voluntariedade é uma limitação do estudo. Os resultados mostraram as médias de idade de $34,48 \pm 2,70$ anos, MC = $63,96 \pm 12,06$ kg e EST = $1,59 \pm 0,06$ cm. Excetuando as médias da CATDinD 4 e 5 (bom e excelente), todas as demais médias em cada CAT diferiram entre si ($p \leq 0,05$). Da CATIMC, 97 (56,7%), das 171 avaliadas, são eutróficas e somente 3 delas (1,7%) foram classificadas como baixo peso ou magras. Na CATRCQ, 22 (12,7%) foram classificadas com baixo risco de saúde e 149 (87,1%) foram classificadas com riscos de saúde. Na CATABD, 107 (62,5%) foram classificadas de níveis bons à excelentes. Na CATFlex, 65 (38,1%) apresentaram níveis médios à excelentes de flexibilidade. Na CATDinD, 125 (73%) das avaliadas foram classificadas com níveis médios à excelentes de força de preensão manual. Na CATDinD, 139 (81,2%) das mulheres foram classificadas de níveis médios à excelentes. Conclui-se que 41,5% das avaliadas estão com IMC elevado (sobrepeso à obesidade), 43,27% encontram-se com risco elevado de saúde pela RCQ, 37,6% encontraram-se com níveis regulares à fracos de resistência muscular abdominal, 63,98% estão com níveis de flexibilidade inferiores, e 26,90% e 18,71%, respectivamente, encontraram-se abaixo da faixa recomendável nas CATDinD e CATDinE.

4525

27

ASSOCIAÇÃO DO SEXO E DO NÍVEL DE APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE EM ADULTOS

CÉSAR DE ARAGÃO SILVA - Universidade Federal de Santa Catarina
Lisiane Schilling Poeta - Universidade Federal de Santa Catarina-COAFIS/NuPAF
Mayara Horner Bruczniski - Universidade Federal de Santa Catarina-COAFIS/NuPAF
Fernando Henrique Busnardo - Universidade Federal de Santa Catarina-COAFIS/NuPAF
Evelyn Hinds - Universidade Federal de Santa Catarina-COAFIS/NuPAF

O objetivo do presente estudo foi a associação do sexo e do nível de aptidão física relacionada a saúde em adultos atendidos pelo Centro de Orientação em Atividade Física e Saúde (COAFIS/NuPAF). A amostra foi composta por 92 adultos com idade de média de 40 ± 14 anos, sendo 51,1% (n=47) do sexo feminino, 48,9% (n=45) do sexo masculino, maioria casados (42,4%) e ativos (77,2%). Para a avaliação de AFRS aplicou-se o teste de dinamometria (braço direito e esquerdo), flexibilidade de ombro (direito e esquerdo) e flexibilidade de tronco. Para a dinamometria foi utilizado um dinamômetro da marca “Jamar”; para a flexibilidade de ombro foi utilizada uma fita métrica e para a flexibilidade de tronco, o banco de Wells. Na análise dos dados foi aplicada a estatística descritiva e o teste de associação do Qui-quadrado (χ^2), para uma significância de $p < 0,05$, entre homens e mulheres. Observou-se que para o teste da dinamometria, tanto para o ombro direito como para o ombro esquerdo, a amostra encontrava-se na condição atlética, com 65,6% (n=59) e 53,3% (n=48), respectivamente. Para a flexibilidade de ombros (direito e esquerdo) a maioria encontrava-se com baixa aptidão, sendo maior ou igual a 50% (n=45) da amostra. Para a flexibilidade de tronco, 47,8% (n=44) estavam na faixa recomendável. Após teste de associação, identificaram-se diferenças estatisticamente significativas entre os sexos para a dinamometria do braço esquerdo e flexibilidade de tronco. Estes resultados permitem afirmar que é necessário desenvolver estratégias específicas que atendam as limitações da aptidão física relacionada a saúde para esta população atendida, respeitando as diferenças entre os sexos.

4534

28

APTIDÃO NEUROMUSCULAR DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC, BRASIL

MAÍRA CARLINE SCHU - Universidade Federal de Santa Catarina
Claudia Leal Freitas - Nucleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
Karoliny Debiasi Ghedin - Nucleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
João Marcos Ferreira de Lima Silva - Nucleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC - Bolsista CAPES
Edio Luiz Petroski - Nucleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC

O desempenho dos adolescentes quanto aos níveis de força muscular apresenta-se cada vez mais baixo por consequência da redução da atividade física. Esta situação pode comprometer a realização de atividades diárias durante a juventude, podendo agravar-se com o avanço da idade. O objetivo do estudo foi verificar a prevalência de baixos níveis de aptidão neuromuscular relacionada à saúde de adolescentes de Florianópolis, SC. Participaram do estudo 229 adolescentes, sendo 89 rapazes ($16,08 \pm 1,04$ anos) e 140 moças ($16,04 \pm 0,93$ anos), de uma escola estadual de Florianópolis, SC. Realizou-se testes padronizados pela Bateria Canadense de Atividade Física, Aptidão e Estilo de Vida, classificando-os como aptos (Excelente, Muito Bom e Bom) e inaptos (Fraco e Precisa Melhorar). O escore de aptidão neuromuscular é resultado da ponderação dos desempenhos nos testes de sentar-e-alcançar, extensão de braço, resistência abdominal, isometria dorsal, impulsão vertical e preensão manual. A análise dos dados foi realizada através de estatística descritiva. Pôde-se observar que 53,7% dos adolescentes (51,7% do masculino e 55,0% do feminino) foram classificados como inaptos. A prevalência de adolescentes inaptos por teste físico foi de: 75,1% no teste sentar-e-alcançar, 56,7% na extensão de braço, 11,4% na resistência abdominal, 30,6% na isometria dorsal, 52,9% na impulsão vertical e 61,1% na preensão manual. Conclui-se que mais da metade dos adolescentes foram classificados como inaptos na aptidão física neuromuscular, com exceção da resistência abdominal e isometria dorsal. A implementação de atividades físicas envolvendo estes componentes pode ser uma alternativa para a melhoria da aptidão neuromuscular geral destes adolescentes.

4541

29

CARACTERÍSTICAS DE DESEMPENHO MOTOR DE ESCOLARES

JULIANA DA SILVA - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Cristiani de França - UDESC
 Fernando Richardi da Fonseca - UDESC
 Thais Silva Beltrame - UDESC

Mudanças importantes ocorrem durante a infância, sobretudo na fase escolar, em que as habilidades motoras e as capacidades físicas da criança estão em desenvolvimento. Entre os componentes de aptidão física destacam-se aqueles relacionados ao desempenho motor, que proporcionam condições aos escolares de participarem efetivamente de programas de atividade física, recreativas ou esportivas. O objetivo deste estudo foi caracterizar a aptidão física relacionada ao desempenho motor de escolares de 1ª à 4ª série de uma escola particular do município de São José/SC. A amostra foi composta por 143 escolares com idades entre 7 e 10 anos de ambos os sexos. Para determinar as características de aptidão física foi utilizada a bateria de medidas e testes somatomotores PROESP-BR. Foram avaliados os componentes de força explosiva de membros inferiores (FMI) e superiores (FMS), agilidade (AGI) e velocidade de deslocamento (VEL). Para os componentes de FMS, AGI e VEL a maioria dos escolares foi classificada nos parâmetros "Muito Bom" e "Bom" (69,93%, 75,52% e 67,13% respectivamente). Apenas no componente FMI a maioria dos escolares foi classificada nos parâmetros "Fraco" e "Muito Fraco" (62,23%). Com base nos resultados verificou-se que os escolares apresentaram um desempenho satisfatório com exceção apenas do componente FMI. A força explosiva de membros inferiores é um componente importante da aptidão física relacionada com o desempenho motor e os baixos resultados obtidos pela maioria dos escolares sugerem a necessidade da atenção do professor de Educação Física no planejamento de atividades que visem desenvolver este componente, uma vez que a força de membros inferiores pode interferir nas atividades diárias da criança.

4554

31

VALIDADE CONCORRENTE DE UM NOVO BANCO PARA MEDIR A FLEXIBILIDADE ATRAVÉS DO TESTE DE "SENTAR E ALCANÇAR"

GUSTAVO LOPES FERNANDES - Universidade Católica de Brasília - UCB/DF
 Renato André Silva - Centro Universitário UNIEURO
 Milena de Almeida Lopes - Universidade Católica de Brasília
 Cláudio José de Arruda - Centro Universitário UNIEURO
 Maria Fátima Glaner - Universidade Católica de Brasília

Existem diversos testes e instrumentos que se propõem a medir a flexibilidade. Um dos mais utilizados e conhecidos é o teste de "sentar e alcançar". Este método é válido para medir a flexibilidade dos músculos isquiotibiais e da região lombar através do Banco de Wells e Dillon. Recentemente, a Cardiomed lançou um banco desmontável, feito de metal e mais prático do que o tradicional de madeira. Entretanto, ainda não foram realizados estudos de comparação entre esses bancos. Portanto, o objetivo do presente estudo foi verificar a validade concorrente do banco lançado pela Cardiomed em comparação com o de madeira. A amostra foi composta por 53 escolares e 41 adultos, com os respectivos valores médios: idade= 12,9±0,9 e 25,7±6,6 anos; estatura= 164,4±10,1 e 171,1±8,3 cm; altura tronco cefálica= 84,9±5,1 e 89,3±4,7 cm; comprimento de membros inferiores= 79,4±5,0 e 81,9±3,7 cm; envergadura= 165,8±11,6 e 174,7±10,0 cm. Todos foram submetidos aleatoriamente a três medições da flexibilidade em cada banco, levando-se em consideração o melhor escore obtido. Para análise dos dados foram realizados o teste t pareado ($p > 0,01$) e o coeficiente de correlação de Pearson ($p < 0,01$). Os valores médios de flexibilidade obtidos, respectivamente para os bancos da Cardiomed e de madeira foram: crianças 25,6±8,4 e 24,7±8,4 cm ($p = 0,016$); adultos 30,0±9,1 e 29,7±8,8 cm ($p = 0,263$). Foi encontrada uma alta correlação entre as medidas tanto para as crianças ($r = 0,957$), como para os adultos ($r = 0,973$). Desta forma, por haver concordância entre as medidas de flexibilidade obtidas pelos dois instrumentos no teste de "sentar e alcançar", os resultados sugerem a validade concorrente do banco lançado pela Cardiomed em relação ao tradicional banco de madeira.

4547

30

COMPARAÇÃO DA CIRCUNFERÊNCIA DE BRAÇO RELAXADO ENTRE MENINOS E MENINAS PRÉ-PÚBERES

EDUARDO VIGNOTO FERNANDES - Universidade Estadual de Londrina
 Marcos Corrêa Júnior - UEL
 Danilo Polizez Castilho - UEL
 Márcia Greguol Gorgatti - UEL
 Arli Ramos de Oliveira - UEL

Homens e mulheres apresentam muitas divergências geneticamente programadas, com homens tendendo a maiores índices de massa muscular e menores concentrações de tecido adiposo, quando comparados ao sexo oposto. Entretanto, ao se falar de pré-púberes, essas variações geralmente não são observadas. O objetivo do estudo foi comparar o perímetro de braço relaxado com as porções adiposas de meninos e meninas pré-púberes. A amostra foi composta por 17 meninos e 21 meninas participantes do Projeto Perobal, desenvolvido na Universidade Estadual de Londrina em parceria com o Instituto Ayrton Senna/Audi. Foram mensurados os perímetros de braço relaxado, com o uso de uma trena, estatura, por um estadiômetro de madeira de 0,1cm e dobra cutânea tripectral, por, um adipômetro Cescorfi com precisão de 0,1mm. Foi feita a análise de maturação sexual, segundo Tanner (1962). A análise dos dados baseou-se em estatística descritiva e teste t de Student para amostras independentes, utilizando nível de significância de $p < 0,05$. Os meninos apresentaram idade média de 12,17(±1,3) anos, estatura de 146,68 (±10,36) cm, circunferência de braço de 21,81 (±4,4) cm e dobra tripectral de 10,27 (±5,55) mm. Nas meninas a idade média foi de 11,84 (±0,8) anos, estatura de 148,28 (±7,32) cm, circunferência de braço de 22,68 (±4,23) cm e dobra tripectral de 13,25 (±6,04) mm. Não foi encontrada diferença significativa entre meninos e meninas para as medidas de perímetro de braço relaxado ($F = 0,453$ e $p = 0,506$) e dobra tripectral ($F = 0,188$ e $p = 0,667$). Conclui-se, portanto, que os meninos e meninas pré-púberes pesquisados não apresentaram diferenças significativas entre si no que se refere ao perímetro e concentração de gordura periférica de braço.

4556

32

PERFIL DA FLEXIBILIDADE E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE ESCOLARES SURDOS PARTICIPANTES DO PROJETO BRILHANTE NO MUNICÍPIO DE PELOTAS-RS

LEONARDO NEGRI MUELLER - Universidade Federal de Pelotas
 Katia Fonseca da Silva - Universidade Federal de Pelotas
 Camila Fagundes Machado - Universidade Federal de Pelotas
 Marcelo Zanusso Costa - Universidade Federal de Pelotas
 Dione Moreira Nunes - Universidade Federal de Pelotas

Integrantes da aptidão física, as medidas de flexibilidade e Índice de massa corporal (IMC), vêm sendo estudadas com o intuito de estabelecer padrões acerca das mais variadas populações. No caso de indivíduos com necessidades especiais, os testes e avaliações físicas, permitem traçar o perfil de um grupo social crescente, que notadamente, volta-se à busca de oportunidades para uma melhor qualidade de vida. Desta forma, o estudo tem por objetivo definir o padrão da aptidão física referenciados a saúde (ApFS) de um grupo de crianças surdas, relacionando com o contexto social dos mesmos. A amostra foi composta por 12 crianças, de ambos os sexos, na faixa etária de 10 e 11 anos, participantes das atividades aquáticas do Projeto Brilhante, uma parceria da PETROBRAS/Embrapa/Fapeg/Clube Brilhante, que atende alunos das escolas especiais do município de Pelotas-RS. Os testes foram feitos conforme proposta do Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR) e comparados as tabelas de critérios de referência para os testes ApFS, de acordo com valores da zona saudável de aptidão física (ZSApF) sugeridas pelo mesmo. Em relação ao IMC, encontrou-se 66,6% dos alunos < ZSApF, quanto à flexibilidade, 50% < ZSApF. Embora seja uma amostra pequena, considerando que o grupo apresentou um perfil abaixo dos padrões desejáveis, acredita-se que seria importante a atenção para a promoção de hábitos de vida saudáveis e estimulação das articulações no sentido de amplitude de movimentos para colaborar com o desenvolvimento e desempenho desta população. É importante salientar que avaliações de aptidão física apontam não só, a situação corporal dos indivíduos, mas também oportunizam aos Professores de Educação Física a elaboração de programas efetivos para a saúde.

4561

33

NÍVEL DE GORDURA CORPORAL EM ALUNOS MASCULINOS DE ESCOLINHA DE FUTSAL

JAISSON RICARDO BONA - Faculdades Integradas Univest/FACVEST
 Everton Pileski Pereira - Faculdades Integradas Univest/FACVEST
 Edson Luis Machado de Arruda - Faculdades Integradas Univest/FACVEST
 Francisco José Fornari Souza - Faculdades Integradas Univest/FACVEST
 Gean Coelho Telles - Faculdades Integradas Univest/FACVEST

Introdução: a obesidade é um grave problema de saúde pública que avança continuamente em países em desenvolvimento como o Brasil. Objetivo: O objetivo do presente estudo foi verificar o nível de gordura corporal em meninos com idades entre 7 e 14 anos alunos de uma escolinha de futsal. Metodologia: O estudo foi realizado no Município de Lages SC, com uma amostra de 115 meninos com idades entre 7 e 14 anos. A verificação do índice de gordura corporal foi através do método de dobras cutâneas segundo o protocolo de Guedes (1997) (Tríceps e subescapular) para crianças e adolescentes (7-18 anos) e na classificação do nível de gordura corporal adotou-se a classificação proposta por Lohman (1987). Na análise dos dados, utilizou-se estatística descritiva básica, e teste associativo do Qui-quadrado (χ^2). Resultados: Os resultados demonstram que 47,0% dos indivíduos foram classificados com um nível ótimo de gordura corporal e, 32,2% encontram-se com um nível baixo ou muito baixo de gordura corporal, 20,8% apresentaram um nível de moderadamente alto a muito alto de gordura corporal. O Teste associativo do Qui-quadrado (χ^2), demonstrou não haver associação entre idade e nível de gordura corporal (χ^2 40,766 - $p < 0,232$). Conclusão: Considerando os resultados encontrados, pode-se concluir que a maioria dos meninos (53%) encontram-se abaixo (32,2%) ou acima (20,8%) de um nível de gordura corporal considerado ideal para praticantes de futsal segundo a faixa etária em relação a uma boa saúde.

4565

34

FORÇA DE MEMBROS INFERIORES EM ACADÊMICOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM ESTUDO COMPARATIVO

LUCIMARA DA SILVA ROSA POSSA MANZOLI - Universidade Federal de Santa Catarina
 Bruno Bitencourt da Silva - Universidade Federal de Santa Catarina
 Clóvis Bernardoni Junior - Universidade Federal de Santa Catarina

Força de membros inferiores em acadêmicos do Curso de Educação Física: um estudo comparativo Este estudo, do tipo descritivo diagnóstico, teve como objetivo analisar a força nos membros inferiores dos acadêmicos da sexta e da primeira fase do curso de Educação Física da UFSC. Mais especificamente objetivou-se identificar suas forças de membros inferiores, bem como comparar essa qualidade física entre os grupos. Participaram do estudo 49 graduandos, sendo 17 da primeira fase e 25 da sexta fase. No grupo de primeira fase havia 6 indivíduos do feminino e 11 do sexo masculino e as médias encontradas foram: 18,4 anos de idade, 63,3kg de massa corporal e 168,75cm de estatura. Na sexta fase havia 12 indivíduos do sexo masculino e 13 do sexo feminino que apresentaram as seguintes médias: 24,15 anos de idade, 64,95kg de massa corporal e 168,25cm de estatura. Como instrumento foi utilizado o Sargent Jump Test e o critério de avaliação de Fernandes (1998). Para este estudo foi utilizado uma balança da marca Filizola e um estadiômetro. Na primeira fase encontramos 1 indivíduo com resultado excelente, 6 acima da média, 9 na média e apenas 1 fraco. Na sexta fase 10 alunos apresentaram resultados acima da média, 11 na média e 4 abaixo da média. Como resultado do teste t a primeira fase obteve resultado 1 e a sexta fase 2,021. Os resultados demonstram que independente da fase que estão do curso de Educação Física a força de membros inferiores dos acadêmicos estão acima, deste modo, sendo a força física considerada uma das principais qualidades físicas para a saúde do indivíduo, recomenda-se a manutenção e a prática de atividades físicas regulares.

4572

35

PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM MULHERES ATENDIDAS EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE, CAMPO MOURÃO – PR

RUI GONÇALVES MARQUES ELIAS - Universidade Estadual de Maringá
 Joel Oliveira de Souza - Centro Integrado de Ensino Superior
 Yuliana Krisanovski - Centro Integrado de Ensino Superior
 Johnne Oliveira Coleraus - Centro Integrado de Ensino Superior
 Vanessa Rocha Justino - Centro Integrado de Ensino Superior

A obesidade e o excesso de peso são fatores de risco relevantes para o surgimento de doenças crônicas, como diabetes tipo 2, cardiopatias, hipertensão e acidentes vasculares, alcançou proporções epidêmicas globais com mais de um bilhão de adultos com excesso de peso. O objetivo deste estudo foi avaliar a prevalência de sobrepeso e obesidade de mulheres hipertensas e diabéticas em mulheres atendidas em uma Unidade Básica de Saúde do município de Campo Mourão – PR. Foram selecionados 56 pacientes do gênero feminino com idade acima de 45 anos. A partir dos valores obtidos com as medidas de estatura e peso corporal, calculou-se o índice de massa corporal (IMC) de acordo com a seguinte relação: $IMC = \text{Peso corporal (kg)} / \text{Estatura}^2 \text{ (m)}$. A classificação do IMC utilizada foi preconizada pela OMS: baixo peso ($IMC < 18,4 \text{ Kg/m}^2$), normal (IMC entre $18,4 \text{ Kg/m}^2$ e $24,9 \text{ Kg/m}^2$), sobrepeso (IMC entre 25 e $29,9 \text{ Kg/m}^2$), obesidade ($IMC > 30 \text{ Kg/m}^2$). A medida de circunferência abdominal se fez com uma fita métrica, circundando a região da cicatriz umbilical e classificada como obesidade circunferência abdominal maior que 88 centímetros. Foi observado que a maior parte das pacientes participantes da pesquisa estão acima do peso (85,6%), sendo 33,3% com sobrepeso e 52,3% das pacientes com obesidade. Dados estes comprovados pela medida da circunferência abdominal em que foi evidenciada a presença de obesidade em 90,4%. Estes resultados apontam que a redução de peso corporal deve merecer uma atenção especial no controle e tratamento do diabetes e da hipertensão arterial, adotando programas de atividade física regular.

4576

36

PERCENTUAL DE GORDURA E OUTROS INDICADORES DE RISCO A SAÚDE DO PÚBLICO ATENDIDO PELO COAFIS-NUPAF

FERNANDO HENRIQUE BUSNARDO DA SILVA - Universidade Federal de Santa Catarina
 Ricardo Amboni - Universidade Federal de Santa Catarina - COAFIS/NuPAF
 Evelyn Hinds - Universidade Federal de Santa Catarina - COAFIS/NuPAF
 César de Aragão Silva - Universidade Federal de Santa Catarina - COAFIS/NuPAF
 Jóris Pazin - Universidade Federal de Santa Catarina - COAFIS/NuPAF

Percentual de gordura junto com outros indicadores antropométricos, como IMC, IC e CC, tem a possibilidade de indicar riscos de saúde, como problemas cardíacos, diabetes, entre outros problemas de saúde. O objetivo deste estudo foi identificar a relação entre o percentual de gordura e outros indicadores antropométricos (IA), no público atendido pelo Centro de orientação de atividade física e saúde. Para tanto, realizou-se um estudo descritivo exploratório (correlacional), tendo uma amostra composta por 92 adultos (40 ± 14 anos) sendo 48,9% ($n=45$) homens e 51,1% ($n=47$) mulheres. Para determinação dos IA, índice de massa corporal (IMC), índice de conicidade (IC), percentual de gordura (%G), foram medidas as seguintes variáveis: estatura, dobras cutâneas de coxa, suprailíaca, abdominal, triceptal, peitoral e perímetro de cintura (CC). Utilizou-se a equação de Jackson & Pollock para indicação do %G. Os dados foram tabulados no programa estatístico SPSS versão 11.5, aplicou-se a análise descritiva (frequência, média e desvio padrão) e a correlação linear de Pearson ($p \leq 0,05$). As médias das variáveis antropométricas apresentaram os seguintes valores: massa corporal $69,25 \pm 12,96 \text{ kg}$, estatura $1,67 \pm 0,09 \text{ m}$, %G $22,1\% \pm 8,66\%$, IMC $24,59 \pm 4,19$, IC $1,15 \pm 0,98$, CC $81,08 \text{ cm} \pm 11,54 \text{ cm}$. Entre os resultados observou-se prevalência de 30,4% ($n=28$) de sobrepeso e 10,9% ($n=10$) de obesidade. Após análise, observou-se correlação moderada e significativa entre %G com IMC ($r = 0,467/p \leq 0,001$) e CC ($r = 0,513/p \leq 0,001$).

4584

37

OS EFEITOS DO TREINAMENTO DE CAPOEIRA, SOBRE A COMPOSIÇÃO CORPORAL E VARIÁVEIS DE APTIDÃO FÍSICA

LUIS ANGELO GRICIO JUNIOR - Universidade Estadual Paulista-UNESP- Campus Presidente Prudente
 Naraiana Elis Custódio Serrano - Universidade Estadual Paulista-UNESP-Campus Presidente Prudente
 Vanessa Gonçalves da Rocha - Universidade Estadual Paulista-UNESP-Campus Presidente Prudente
 Aline Segatto - Universidade Estadual Paulista-UNESP-Campus Presidente Prudente
 Ismael Forte Freitas Junior - Universidade Estadual Paulista-UNESP-Campus Presidente Prudente

A capoeira é uma forma de atividade física vigorosa que originou-se das culturas dos índios, negros e portugueses e passou a ser um dos principais símbolos de manifestação cultural brasileira. Sua prática promove efeitos benéficos para o bem estar, dentre eles a melhoria de aspectos físicos, emocionais, psicológicos e sociais, revelando ser uma forma eficiente de melhoria da aptidão física e, conseqüentemente, da qualidade de vida dos praticantes. Embora inúmeras pesquisas ressaltem a importância da prática regular de atividades físicas para a melhoria da saúde, são raros os estudos direcionados à prática da capoeira e sua influência nos componentes da qualidade de vida. Diante disso, o objetivo do presente estudo foi verificar as possíveis alterações nos níveis de aptidão física de pessoas que iniciam a prática da capoeira. A amostra foi constituída por oito indivíduos (2 do sexo masculino e 6 do sexo feminino), com idade entre 20 e 35 anos (média de $24 \pm$ anos), submetidos a 14 semanas de treino de capoeira com frequência de 4x/semana. Foram aplicados testes motores de agilidade, força membros superiores, equilíbrio, potência de membros inferiores e de flexibilidade. Foram realizadas medidas de peso e estatura para o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC). As comparações pré e pós período de treinamento foram feitas pelo teste t pareado e a significância estatística adotada foi de 5%. Os resultados revelam que melhorias estatísticas nos testes de potência foram $0,08(p<0,05)$. Conclui-se que o período de 14 semanas de treinamento da capoeira promoveu melhoria do componente da aptidão física, porém para um resultado mais significativo precisa-se de um número maior de amostra e um período maior de treinamento.

4598

39

RELAÇÃO ENTRE ADIPOSIDADE CORPORAL E DESEMPENHO MOTOR EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES

MARCELO VITOR DA COSTA - Grupo de Estudo e Pesquisa em Atividade Física e Exercício – GEPAFE (UEL)
 Regiane A. M. M. Zanatta - Grupo de Estudo e Pesquisa em Atividade Física e Exercício – GEPAFE (UEL)
 Luis Fernando L. Barboza - Grupo de Estudo e Pesquisa em Atividade Física e Exercício – GEPAFE (UEL)
 Rômulo Araújo Fernandes - Grupo de Estudo e Pesquisa em Atividade Física e Exercício – GEPAFE (UEL)
 Hélio Serassuelo Junior - Grupo de Estudo e Pesquisa em Atividade Física e Exercício – GEPAFE (UEL)

O excesso de gordura corporal está relacionado ao desenvolvimento de inúmeras patologias, entretanto, suas relações com o desempenho nos diferentes testes motores indicadores da aptidão física ainda não são bem definidas. Dessa forma o objetivo do presente estudo foi verificar a relação entre indicadores de adiposidade corporal e o desempenho motor de crianças e adolescentes. A amostra foi composta por 422 escolares (masculino= 202 e feminino= 220) de sete a 14 anos de idade residentes na cidade de Presidente Prudente-SP. Foi aplicada uma bateria composta por quatro testes motores: sentar e alcançar (SA), abdominal (ABDO), impulsão horizontal (IH) e corrida de 9/12 minutos (COR) e medidas das dobras cutâneas subescapular e tricipital. Como indicador da adiposidade corporal foi adotada a somatória das duas dobras cutâneas (ΣDC). Para o tratamento estatístico foi empregada a correlação linear de Pearson e o nível de significância adotado foi de $p<0,05$. Para ambos os sexos, não houve relação significativa ($r<0,10$) entre SA e a ΣDC. Para o sexo masculino, apesar das correlações apresentarem baixa magnitude, houve relação negativa e significativa entre os testes motores analisados (ABDO: $r=-0,41$; IH: $r=-0,21$ e COR: $r=-0,23$) e a ΣDC. Por outro lado, para as moças, houve apenas relação entre ABDO e ΣDC ($r=-0,13$). Dessa forma, conclui-se que adiposidade corporal aparentemente não influencia a flexibilidade em ambos os sexos. No entanto, para os rapazes o aumento da gordura corporal limitou o desempenho nos demais testes indicadores da aptidão física, enquanto que no sexo feminino, houve relação apenas entre ΣDC e o teste ABDO

4592

38

PERFIL DA FLEXIBILIDADE EM PRATICANTES DE NATAÇÃO DO CENTRO DE DESPORTOS DA UFSC

RUBENS JOSÉ BABEL JUNIOR - Universidade Federal de Santa Catarina
 Sabrina Silva da Rosa - Universidade federal de Santa Catarina

A flexibilidade é uma das valências físicas mais importantes para a saúde, juntamente com a força muscular e a capacidade aeróbia. Visando isso, esse trabalho tem como objetivo identificar o perfil da flexibilidade de membros superiores, mais especificamente a flexibilidade de ombros, em praticantes de natação do Centro de Desportos, que participaram dos projetos de extensão da UFSC no semestre de 2007.1. Participaram do estudo 37 alunos voluntários (27 homens e 10 mulheres). Para avaliar a flexibilidade de ombros utilizou-se o teste de flexibilidade de ombros adaptado de Corbin et al.(2000), que tem como objetivo registrar a aproximação das mãos, quando colocadas nas costas, estando um braço acima do ombro e o outro junto a cintura. Para o cálculo dos resultados foi utilizado o programa Microsoft Office Excel do Windows XP. As Mulheres tiveram uma média (MD) de 3,65cm para a flexibilidade do ombro direito e uma MD = -0,4 para o ombro esquerdo. Os Homens tiveram uma MD = 2,54cm para a flexibilidade de ombro direito e uma MD = -2cm para o ombro esquerdo. Ambos os sexos tiveram uma classificação de baixa aptidão física para o ombro direito e uma condição de risco para o ombro esquerdo. Identificou-se que mesmo as mulheres tendo uma condição melhor de flexibilidade do que os homens, ambos os sexos estão em condições baixas de flexibilidade, inclusive, em condições de risco, quando relacionadas à flexibilidade de ombro esquerdo. Sugere-se que as pessoas façam algum tipo de atividade física específica que vise a melhorar a flexibilidade, a natação contribui para um aumento da flexibilidade quando praticada de forma regular e sistemática, mas ela tem uma influência maior na aptidão cardiorrespiratória do que na flexibilidade.

4617

40

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS ACADÊMICOS DA FUNORTE

IGOR RAINNEH DURAES CRUZ - Instituto de Educação Verde Norte
 Geraldo Magela Durães - Universidade Estadual de Montes Claros
 Eduarda Coelho - Universidade Tras-os-Montes e Alto Douro
 Maria Dolores Monteiro - Universidade Tras-os-Montes e Alto Douro
 Amário Lessa Junior - Universidade Estadual de Montes Claros

A atividade física habitual esta relacionada como a atividade física do dia-a-dia, estudos ao seu respeito vem crescendo graças ao aumento dos níveis de obesidade e sedentarismo, no que reflete negativamente na aptidão física. Os gêneros apresentam diferenças significativas, porque o gênero masculino adota os esportes mais vigorosos como pratica desportiva e o gênero feminino aprecia atividades mais leves e moderadas. O objetivo deste trabalho foi comparar o nível de Atividade Física Habitual dos acadêmicos do curso de Educação Física da Funorte, segundo o gênero e o período. A amostra compreendeu 230 acadêmicos, divididos em 120 do sexo masculino ($25,31 \pm 4,5$ anos) e 110 do sexo feminino ($25,74 \pm 5,53$ anos). Para a coleta dos dados aplicou-se o questionário do Baecke, no primeiro semestre de 2006. Os dados foram analisados descritivamente e comparados com a utilização do teste T independente entre os gêneros e períodos de faculdade com Índice de Atividade Física Habitual, adotando uma significância de $p \leq 0,05$ por meio do pacote estatístico SPSS 13.0. Os resultados mostraram que o gênero masculino corroborou com a literatura no quesito esportes e frequência, foi utilizado o teste múltipla ANOVA, adotando o teste "Post Hoc" com correção de Tukey que identificou o 7º período matutino como o mais ativo entre os períodos, pois apresenta uma maior frequência em esportes moderados a vigorosos em seu dia a dia. Conclui-se que os dados confirmaram a literatura no quanto ao gênero e prática da atividade física e apresenta que o 7º período mostrou mais ativo entre os períodos.

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS ACADÊMICOS DA FAVENORTE

DEISIANY DA SILVA MIRANDA - Instituto de Educação Verde Norte
 Djalma Santos Souza - Instituto de Educação Verde Norte
 Eduarda Coelho - Universidade Tras-os-Montes e Alto Douro
 Amário Lessa Junior - Universidade Estadual de Montes Claros
 Igor Rainneh Durães Cruz - Instituto de Educação Verde Norte

A atividade física habitual (AFH) é definida como o movimento corporal exercido pela musculatura esquelética durante o dia, semana e meses, sendo esta subdividida em atividade física em atividade física de trabalho (AFT), atividade física desportiva (AFD) e atividade física de lazer (AFL) resultando na atividade física habitual total. O objetivo deste trabalho foi avaliar o nível de atividade física habitual dos acadêmicos da Favenerorte, para isso utilizou o questionário de Baecke em uma amostra de 50 alunos, sendo: 23 do gênero masculino (25.22 ± 4.5) e 27 do gênero feminino (25.07 ± 7.99 anos). Os dados apresentaram normalidade sido averiguado pelo teste kolmogorov Smirnov, assim aplicou-se a correlação de Pearson para correlacionar os gêneros com os escores da AFH, sendo que o gênero masculino apresentou um $p < 0.05$ nos quesitos AFD (0.012) e AFT (0.005), já o gênero feminino no escore AFD (0.001), isso significa que ambos os gêneros apresentam um alto nível de atividades desportivas (futebol, caminhada e ginástica), mas o trabalho (emprego) do gênero masculino é mais vigoroso que o gênero oposto. O IAFH total apresentou um $p > 0.05$, em ambos os gêneros porque amostra estudada não apresentou níveis significativos na AFL, os gêneros foram comparados, ficando o gênero masculino com um melhor nível habitual de atividade física. Conclui-se que os acadêmicos do curso de educação física estão com um IAFH baixo, necessitando adotar práticas mais ativas também em seu tempo livre.

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO DE LAZER EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

MARCELO DE PAULA NAGEM - Universidade Estadual de Montes Claros
 Igor Rainneh Durães Cruz - Instituto de Educação Verde Norte
 Geraldo Magela Durães - Universidade Estadual de Montes Claros
 Eduarda Coelho - Universidade Tras-os-Montes e Alto Douro
 Amário Lessa Junior - Universidade Estadual de Montes Claros

A atividade física de lazer (AFL) é aquela atividade feita no momento de lazer, sem que se tenha dia definido ou hora marcada. A AFL geralmente é realizada nos fins de semana, sem um acompanhamento adequado, a literatura menciona que pessoas na qual possuem um trabalho mais vigoroso, são menos adeptas a atividade física no tempo de lazer porque considera o seu trabalho como atividade física. Assim o objetivo deste estudo é analisar o nível da AFL e as atividades praticadas entre os universitários, para tal utilizou-se o inquérito de Baecke, no qual contempla este escore da atividade física. A amostra compreendeu em 230 acadêmicos do curso de Educação Física da Funorte – MG, sendo 120 do gênero masculino (25.31 ± 4.5) e 110 do gênero feminino (25.74 ± 5.53). No tempo livre, o gênero masculino é mais ativo que o feminino ($2,87 \pm 0,73$; $2,77 \pm 0,75$ respectivamente) cerca de 70% dos homens pratica “por vezes e/ou muitas vezes” em comparação ao feminino que se quantifica em 50,9%. O gênero apresenta um índice de médio para alto em relação à prática de esportiva sendo: natação, caminhada, futebol, musculação e basquete como os mais praticados; já o feminino é quantificado em pouco mais de 50%, sendo a caminhada, dança, voleibol e ginástica como os mais praticados. Este estudo revelou dado que merece um pouco mais de atenção é o elevado numero de mulheres não praticar atividade física.

VARIAÇÃO DE DESEMPENHO DE CORRIDA EM DIFERENTES FAIXAS DE VO2

SIMONE APARECIDA PEREIRA MARQUES - Universidade Federal de Santa Maria
 Jorge Luiz dos Santos de Souza - Universidade Federal de Santa Maria
 Andréa Karla Breunig de Freitas - Universidade Federal de Santa Maria
 Sérgio Pereira Nunes - Universidade Federal de Santa Maria
 Luiz Osório Cruz Portela - Universidade Federal de Santa Maria

Na medida de VO2máx tem-se a participação dos diferentes sistemas envolvidos no transporte e consumo de oxigênio. Na saúde e performance é tido como o melhor índice de desempenho aeróbio, apesar de divergência com defensores do limiar anaeróbio. Objetiva-se verificar a variação no desempenho de corrida em de diferentes intervalos de VO2máx. Avaliou-se 92 sujeitos, (32 masc. e 60 fem., com média= 49,7 anos e DP=6,76), na esteira - 1% de inclinação, veloc.= 1,8 km/h a cada 5 minutos - O VO2máx foi medido através do VMax 229, sormedic. O grupo foi dividido nas classes de VO2máx, em ml (kg.min)-1, que seguem: Grupo(G1) < 25, média= 19,5 \pm 1,7 (n=7); G2) 26 - 30, média= 28,7 \pm 1,5 (n=21); G3) 31-40, média =36,5 \pm 3,0 (n=34); G4) 41-50, média =45,9 \pm 2,8 (n=26); G5) > 50, média =57,5 \pm 4,5 (n=4). As distâncias, em metros, encontradas em cada classe foram: G1) média= 1028,6 \pm 212,6; min= 680; máx= 1370 G2) média= 1333,3 \pm 465,2; min= 480; máx= 2600; G3) média= 1549,3 \pm 701,8; min= 160; máx= 3400 G4) média= 2356,7 \pm 817,3; min= 445; máx= 4220; G5) média= 3080 \pm 778,5; min= 2170; máx= 4230. Uma grande variação no desempenho de corrida, em metros, pode ser observada dentro de uma mesma classe de VO2máx. Não houve, (teste de wilcoxon, $\alpha = 0,05$), diferença estatística significativa entre os grupos G1 e G2; G2 e G3 para a distância de corrida. Em alguns casos a diferença no VO2máx é maior do que 10 ml (kg.min)-1. Deve-se atentar, na avaliação, para os limites do emprego do VO2máx enquanto sinônimo de capacidade de desempenho físico.

ANÁLISE DA APTIDÃO FÍSICA DOS ÁRBITROS DE FUTEBOL PROFISSIONAL DO ESTADO DO PIAUÍ

AHÉCIO KLEBER ARAÚJO BRITO - Universidade Federal do Piauí
 Francisco Nilson dos Santos - Universidade Federal do Piauí

O objetivo desse estudo foi analisar a aptidão física dos árbitros de futebol profissional do Estado do Piauí. A amostra, selecionada intencionalmente, foi constituída pelos 10 árbitros do sexo masculino que pertenciam a Federação de Futebol do Estado do Piauí e também da Confederação Brasileira de Futebol (CBF). A avaliação da aptidão física seguiu os critérios propostos pela Confederação Brasileira de Futebol e Federação Internacional de Futebol – CBF/FIFA e ocorreu mediante a avaliação do condicionamento cardiorespiratório aeróbio e anaeróbio, sendo aplicado o teste de andar e correr de 12 minutos, para mensurar a resistência aeróbica, o teste de velocidade de 50 metros para medir a resistência anaeróbica alática e o teste de 200 metros para avaliar a resistência anaeróbica láctica. Os árbitros apresentaram os seguintes resultados: média de idade de 38,5 anos (DP=4,06), massa corporal média de 73 kg (DP=7,74kg) e estatura média de 1,73 metros (DP=0,09). Para as variáveis da aptidão física os resultados evidenciados foram: no teste aeróbio de 12 minutos, cuja exigência mínima é de 2700 metros, a média foi de 2728 metros (DP=42,16) e o VO2Máx teve média de 49,62 ml(kg.min)-1; no teste anaeróbico alático de 50 metros, cuja exigência máxima é o tempo de 7,50 segundos, teve média de 7,12 segundos (DP=0,25); e no teste anaeróbico láctico de 200 metros cuja exigência é o tempo máximo de 32 segundos, teve média de 30,3 segundos (DP=0,81). Conclui-se que o desempenho dos árbitros avaliados apresentou-se dentro dos preconizados pela CBF/FIFA, muito embora a média dos testes tenha se apresentado próximo aos limites exigidos, os árbitros encontram-se em condições de trabalhar nos jogos dos campeonatos sob seus auspícios.

4679

45

REPRODUTIBILIDADE DE UM INSTRUMENTO PARA AVALIAR A EFETIVIDADE DE UMA INTERVENÇÃO EDUCACIONAL DE CURTA DURAÇÃO SOBRE ATIVIDADE FÍSICA E HÁBITOS ALIMENTARES

SUZIANE DE ALMEIDA PEREIRA MUNARO - IERP
Markus Vinicius Nahas - UFSC
Hector Luiz Rodrigues Munaro - UESB-NEAFIS

O objetivo deste estudo foi analisar a reprodutibilidade de um instrumento de avaliação da efetividade de intervenções educacionais de curta duração sobre atividade física e hábitos alimentares. A amostra foi selecionada por conveniência, procurando formar um grupo o mais heterogêneo possível, dentre os usuários dos projetos de extensão do Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina (CDS/UFSC). Foi composta por 28 indivíduos, sendo 28,6% do sexo masculino (n=8) e 71,4% feminino (n=20). A idade média foi de 51,39 anos (DP= 14,9). Na análise da reprodutibilidade dos dados do questionário utilizou-se o coeficiente de correlação intra-classe Spearman (ρ) e o índice de concordância Kappa (k). Entre as aplicações T1 e T2 da entrevista, observou-se os seguintes valores para as dimensões analisadas: nos hábitos alimentares foi de $k=0,86$ e $k=0,97$; para atividade física no lazer, foi de $k=0,95$ e $k=1,0$. A entrevista teve duração média de aplicação de 7,2 minutos. Para os sujeitos foi perguntado acerca do entendimento das questões, e afirmaram um bom entendimento. Concluiu-se que o protocolo de entrevista possui bons índices de reprodutibilidade e que o instrumento mostrou-se adequado em sua aplicação nos sujeitos estudados.

4737

47

APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE DE CRIANÇAS COM DESORDEM COORDENATIVA DESENVOLVIMENTAL (DCD)

CRISTIANI DE FRANÇA - UDESC
Thais Silva Beltrame - UDESC

A Desordem Coordenativa Desenvolvidora - DCD - é um comprometimento da coordenação motora, que resulta na incapacidade de desempenhar as atividades diárias. O objetivo deste estudo foi verificar os níveis de aptidão física relacionada à saúde (ApFRS) de crianças com indicativo de DCD. Dez crianças, com idade de 7 a 9 anos, sendo 5 do sexo masculino e 5 feminino e percentil abaixo ou igual a 5 no teste Movement ABC, formaram a amostra de crianças com DCD. A bateria de medidas e testes somatomotores PROESP-BR foi utilizada para caracterizar a ApFRS. Foram utilizadas medidas antropométricas para determinação do índice de massa corporal (IMC) e testes motores como indicadores de flexibilidade, força/resistência abdominal e resistência geral. Para a análise dos dados foi utilizada estatística descritiva de distribuição de frequência. Em relação ao IMC, 4 crianças classificaram-se como obesas e 6 como "normais". A maioria das crianças classificaram-se como "fraco" (2) e "muito fraco" (5) no teste de força/resistência abdominal e 3 crianças como "bom". Na resistência geral, uma classificou-se como "bom", 2 como "Razoável" e o restante como "fraco" e "muito fraco". Para o componente de flexibilidade todas as crianças classificaram-se como "muito fraco". Estes resultados demonstram um baixo nível de aptidão física relacionada à saúde, o que pode indicar prejuízo a saúde. As crianças com DCD podem apresentar outras condições associadas à desordem, como baixo desempenho escolar, déficit de atenção, hiperatividade, problemas sociais e emocionais. Os baixos níveis dos indicadores de saúde indicam mais um fator do desenvolvimento infantil a ser monitorado, na tentativa e melhorar a qualidade de vida destas crianças.

4726

46

COMPARAÇÃO DE DOIS MÉTODOS PARA A PREDIÇÃO DE GORDURA CORPORAL EM ADULTOS ATENDIDOS POR UM CENTRO DE ORIENTAÇÃO EM ATIVIDADE FÍSICA

RICARDO AMBONI - Universidade Federal de Santa Catarina
Mayara Horner Brucznitski - Universidade Federal de Santa Catarina-COAFIS/NuPAF
Marcius de Almeida Gomes - Universidade do Estado da Bahia-LEPEAF
Maria de Fátima da Silva Duarte - Universidade Federal de Santa Catarina-COAFIS/NuPAF

A comparação de instrumentos de medida para pesquisas e/ou atendimentos populacionais, se faz necessário na perspectiva de se simplificar os métodos, ainda mais quando se fala em saúde pública. O objetivo do estudo foi comparar dois métodos de predição de gordura corporal, bioimpedância (BIA) a uma equação de dobras cutâneas (DC), em adultos atendidos pelo Centro de Orientação em Atividade Física e Saúde (COAFIS). Fizeram parte da amostra 81 adultos (41 ± 13 anos), sendo 40 do sexo masculino (49,4%), e 41 do sexo feminino (50,6%). O percentual de gordura (%G) foi determinado à partir da mensuração de DC, peitoral, abdominal, coxa média, para o sexo masculino e tríceps, supra-íliaca, coxa média, para o feminino, por meio da equação proposta por Jackson & Pollock (1978). A medida do %G a partir das DC foi relacionada com o %G aferido a partir da BIA da marca Plenna, modelo Linea-Tin 00127. Para comparação das medidas utilizou-se correlação de Pearson e teste T de Student dependente, por meio do pacote estatístico SPSS versão 11.0. Para os cálculos descritivos (média, desvio padrão), o %G foi de $16,70 \pm 7,15$ para a equação e $22,84 \pm 9,31$ para a BIA. Para a correlação de Pearson observou-se uma relação positiva e forte ($r=0,83; p<0,01$), o teste t apresentou diferenças significativas ($p<0,01$), entre os métodos. Portanto, apesar da forte correlação entre os métodos, as médias das mensurações, DC e a BIA, diferiram-se. Mostrando que a BIA da marca Linea-Tin 00127, não pode substituir a predição de gordura corporal realizada pela equação de Jackson & Pollock (1978). Sendo assim, são necessários novos estudos que comparem métodos, se possível, utilizando métodos diretos, como também diferentes métodos, para a detecção do mais válido.

4740

48

AVALIAÇÃO DO TREINAMENTO NEURO MUSCULAR PROPRIOCEPTIVO EM ATLETAS DA SELEÇÃO DE FUTEBOL DO GRÊMIO FUTEBOL PORTO ALEGRENSE – CATEGORIA 1996

MAGDA PATRÍCIA FURLANETTO - Universidade Luterana do Brasil
Rogério Pacheco de Sá - Universidade Luterana do Brasil

Diferentes tipos de exercícios para equilíbrio e outros programas de treinamento muscular têm sido utilizados para reabilitar atletas e prevenir lesões no esporte, como entorses de tornozelo e rupturas de LCA. Os programas de treinamento são usados para aumentar a função muscular (recrutamento e tempo de reação) e o controle neuromuscular, enquanto outros visam melhorar o equilíbrio e a propriocepção articulares. Este trabalho objetiva a avaliação do treinamento neuromuscular proprioceptivo em atletas do time de futebol de categorias de base. O protocolo é realizado nas dependências do Centro de Treinamento das Escolinhas, situado no bairro Cristal em Porto Alegre, o referencial comparativo está sendo executado a partir do teste de Freman-Romberg adaptado, que consiste em cronometrar o tempo que o indivíduo permanece em equilíbrio em posição unipodal. Os tempos foram medidos antes do início dos treinamentos e, após 60 dias, em 24 indivíduos, tendo sido divididos em: 12 atletas no grupo controle e 12 no de intervenção. Os dados foram coletados antes e após o primeiro período de treinamento e a diferença encontrada foi estatisticamente significativa, com uma média percentual em prol do grupo de intervenção de 11,98 vezes o tempo em equilíbrio do membro inferior dominante em relação ao tomada de tempo inicial e 14,45 vezes a diferença encontrada no MI não-dominante. No grupo de controle encontramos uma média não significativa: 0,70 vezes no dominante e 0,40 vezes no contralateral. A partir dos achados é possível concluir que o treinamento proprioceptivo é eficaz no que se refere ao ganho de tempo de resposta neuromuscular em jovens atletas de futebol do grupo pesquisado.

4772

49

PROBLEMATIZANDO A QUESTÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL E PERFIL MOTOR DE ESCOLARES DE 5 A 7 ANOS, DE UMA ESCOLA PÚBLICA DE MARECHAL CÂNDIDO RONDON/PR

ALEXSSANDRO MORGENROTH - UNIOESTE - Universidade do Oeste do Paraná, campus de Mal. Cândido Rondon/PR
 Eneida Maria Troller Conte - UNIOESTE - Universidade Estadual do Oeste do Paraná/ Campus de Marechal Cândido Rondon
 Elto Legnani - UFTPR - Universidade Tecnológica Federal do Paraná/ Campus de Toledo
 Ana Livia da Silva - UNIOESTE - Universidade Estadual do Oeste do Paraná/ Campus de Foz do Iguaçu

Atualmente pode-se observar que as crianças estão mudando seu hábito de viver, isto devido às facilidades encontradas, através do desenvolvimento acelerado da tecnologia e da modernização, fatores que estão deixando as crianças sedentárias, acarretando assim perda da sua qualidade de vida. O lazer é realizado em frente a aparelhos eletrônicos e internet. Assim, a questão problema desta investigação pautou-se, principalmente em traçar o perfil antropométrico de escolares com idade entre 5 a 7 anos, matriculados em uma escola da rede pública, no Município de Marechal Cândido Rondon/PR. Consiste em uma pesquisa descritiva, Gil (1996). A amostragem constituiu-se de 33 escolares, de ambos os sexos. Para a aquisição dos dados, foram utilizados os seguintes instrumentos de medida: uma balança com precisão de 100g marca FILIZOLA, com plataforma. Para a verificação da estatura, utilizou-se um estadiômetro. O instrumento utilizado para medir as dobras cutâneas (tricipital e subescapular) foi um compasso de dobras cutâneas da marca CESCORF. Utilizando o Índice de Massa Corporal (IMC), classificando em peso saudável, obesidade ou desnutrição e, medições das dobras cutâneas tricipital e subescapular para verificação do percentual de gordura. Optou-se por utilizar os critérios de aptidão física relacionada à saúde proposta pela bateria de testes FITNESSGRAM, do Cooper Institute for Aerobics Research (1999). Após a análise e discussão dos resultados concluiu-se que os meninos estão crescendo dentro dos padrões considerados normais. Já no sexo feminino verificou-se um crescimento constante no percentual de gordura.

4793

51

PERFIL DOS PARTICIPANTES DA ATIVIDADE DE CONDICIONAMENTO FÍSICO DURANTE INTERNAÇÃO PARA TRATAMENTO DA DEPENDÊNCIA QUÍMICA

KATIA CRISTINE SCHMIDT - UFSC
 Maria Angélica Binotto - UFSC
 Sidney Ferreira Farias - UFSC
 Paulo Ricardo Rodrigues Bassi - HST
 Martina Kieling Sebold Barros Rolim - UNISUL

A atividade física vem a muito sendo incentivada por profissionais da saúde com foco na prevenção e a recuperação de dependentes químicos. Apesar de existirem poucos fundamentos científicos sobre o tema, estudos em saúde mental comprovam a associação da prática regular de exercícios físicos a melhoras no humor e bem-estar. Este estudo teve como objetivo verificar o perfil de participantes da atividade de condicionamento físico durante internação para tratamento da dependência química. Foi realizada uma anamnese para a coleta dos dados referentes ao consumo anterior de drogas e hábitos de vida. Também foram realizadas medidas antropométricas relacionadas a risco coronariano e teste de força de MMSS. A amostra deste estudo foi composta por 111 homens entre 18 e 68 anos ($X=29,9$), na sua maioria fumantes (85,6%), inativos (85,6%), que se consideram ansiosos (73,9%). As substâncias de abuso foram o álcool, maconha, cocaína, ecstasy, crack e medicamentos. A média de IMC foi de 24,12 Kg/m² ($s=3,21$) sendo que 65,8% tiveram IMC classificado como normal. Um pouco mais da metade dos participantes apresentou Baixo Risco Coronariano referente à circunferência de cintura (55%). No teste de força para MMSS a maior parte dos indivíduos teve desempenho classificado como fraco (37,8%). Conclui-se que, pelos benefícios já reconhecidos da atividade física em relação à saúde e de acordo com o perfil apresentado, esta é indicada para a população em questão. Com as observações necessárias ao quadro clínico e psíquico dos indivíduos, a prática regular de exercícios físicos pode ser benéfica para a melhoria da aptidão física, em especial da força muscular, além da aquisição de hábitos saudáveis visando o auxílio e manutenção do tratamento.

4787

50

AVALIAÇÃO DO PERFIL ANTROPOMÉTRICO, DADOS DE SAÚDE, FLEXIBILIDADE E PRENSÃO MANUAL DE COLABORADORES DA EMPRESA MULTINACIONAL – WHIRLPOOL – PLANTA RIO CLARO – SP

ANA CLÁUDIA GARCIA DE OLIVEIRA DUARTE - Universidade Federal de São Carlos
 Antônio Eduardo Aquino Junior - UFSCar
 Marcela Sene-Fiorese - UFSCar
 Ana Carolina Greco - Greco & Schutzer

Considerando a necessidade atual das empresas em promover qualidade de vida entre seus colaboradores, este estudo foi realizado com o objetivo de avaliar o perfil antropométrico, dados de saúde (composição corporal, circunferência da cintura), flexibilidade e prensão manual de funcionários da empresa Whirlpool. 1183 funcionários foram avaliados em: peso (balança digital-Toledo®); altura (estadiômetro), IMC; circunferência da cintura; % de gordura corporal (bioimpedância de MMSS); flexibilidade (banco de Wells) e prensão manual (dinamômetro). Do total de avaliados, 74,47% eram homens e 25,53% mulheres, de idade média de 30,05±9,27 anos (homens) e 29,72±8,33 anos (mulheres). Entre os homens o peso médio foi de 75,38±13,68Kg e das mulheres foi 62,04±11,40Kg, e a altura média foi de 1,75±0,24m e 1,61±0,07m respectivamente. Considerando o IMC, 42,34% dos homens e 30,19% das mulheres encontram-se em condição de sobrepeso e ou obesidade. Quanto ao percentual de gordura, 31,78% dos homens e 48,01% das mulheres apresentaram sobrepeso e obesidade. Quanto à circunferência da cintura, 36,22% dos homens e 38,08% das mulheres apresentaram valores acima da referência. Analisando a flexibilidade, 50,91% dos homens obtiveram escore excelente, 11,30% bom, 17,58% médio, 5,48% regular e 14,73% fraco e 54,24% das mulheres foram excelente, 13,22% bom, 13,22% médio, 6,10% regular e 13,22% fraco. Quanto à força de prensão manual, a média entre os homens foi de 49,72±9,45KgF e entre as mulheres 26,61±7,68KgF. Embora os dados de força e flexibilidade se encontrem normais, 30% dos colaboradores desta Empresa apresentaram dados de saúde alterados. Ações educativas de mudança de estilo de vida devem ser inseridas no contexto do trabalho.

4801

52

PERCENTUAL DE GORDURA DE POLICIAIS MILITARES DO MUNICÍPIO DE PORTO VELHO – RO

JULIANA NUNES DE OLIVEIRA - Universidade Federal de Rondônia - UNIR
 Juliana Nunes de Oliveira - Grupo de Estudo do Desenvolvimento da Cultura Corporal - UNIR
 Jônatas de França de Barros - Faculdade de Educação Física - UNB
 Luis Gonzaga de Oliveira Gonçalves - Grupo de Estudo do Desenvolvimento da Cultura Corporal - UNIR

Através da análise do percentual de gordura, pode-se verificar a predisposição do indivíduo para várias patologias como a obesidade, hipertensão, diabetes, além de diminuir a capacidade de trabalho. Dessa forma, objetivo desta pesquisa foi analisar o nível do percentual de gordura de Policiais militares do sexo masculino, na faixa etária de 20 a 40 anos da companhia de especial de choque do município de Porto Velho (COE). A população deste estudo foi constituída de 91 Policiais, sendo a amostra composta de 22 indivíduos na faixa etária de 20 a 29 anos e 35 na faixa etária de 30 a 39 anos. Mensurou-se as dobras cutâneas (SE, TR, SI, PM), utilizando-as em uma equação para medir a densidade corporal de homens brasileiros. Em seguida, aplicou-se o resultado em fórmula específica para medir o % de gordura. Os resultados foram comparados com tabelas referenciais da literatura. Para análise dos dados utilizou-se a média, desvio padrão, frequência relativa e frequência absoluta. Os cálculos foram realizados no programa estatístico SPSS versão 10.0. Os resultados finais demonstram que na faixa etária de 20 a 29 anos, 68,18% encontra-se com o %G acima da média populacional, enquanto 31,82% abaixo. Na faixa etária de 30 a 39 anos, verifica-se que 85,71% dos Policiais estão com %G acima da média, 5,71% na média e 8,58% abaixo. Conclui-se com estes resultados, que a maioria dos policiais se encontram com o percentual de gordura acima da média prevista para a faixa etária. Isso pode ser um indicativo de diminuição dos níveis de saúde dos mesmos, podendo causar indisposição no trabalho, sobrecarga nas articulações e aumentar as possibilidades de aparecimento das doenças crônicas não transmissíveis.

4831

53

ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL E O IMC DE PROFISSIONAIS DA ÁREA DO DIREITOSARILA HALI KLOSTER - Cesumar - Centro Universitário de Maringá
Sergio Roberto Adriano Prati - Cesumar

Pesquisas mostram que o estilo de vida é um importante determinante da saúde de indivíduos. A prática de exercícios físicos e a alimentação adequada são alguns dos principais hábitos que devem ser adotados. Porém, com a presença cada vez maior de mecanismos que poupam esforço físico ocorreu a diminuição da atividade física no trabalho, em casa e no lazer. Em decorrência a isto, e com mudanças alimentares, houve o aumento de doenças crônicas degenerativas, como a obesidade. Autores identificam que grande parte da obesidade é mais devido ao baixo gasto energético que ao alto consumo, a inatividade física parece ser então, o maior fator do crescimento desta doença. Considerando que os profissionais do Direito passam longos períodos realizando atividades de baixo gasto energético e ainda parte deles não possuem alimentação adequada, tal trabalho tem como objetivo identificar características de atividade física e o IMC de profissionais de escritórios. Participaram do estudo 35 advogados de ambos os sexos da cidade de Maringá. O instrumento utilizado foi o Questionário Internacional de Atividade Física e dados adicionais como peso e altura. As informações obtidas foram descritas em planilha do Excel e os indivíduos classificadas como: Muito Ativo, Ativo e Inativo, e, Peso baixo, Normal, Sobrepeso, Obesidade Grau I, II ou III. Os resultados mostram que a maioria são ativos e possuem peso normal. Porém, realizada a comparação entre os sexos, nota-se que apesar de o sexo feminino apresentar menor porcentagem acima do peso, são menos ativos. Conclui-se que mesmo sendo ativos e não possuírem alto IMC, devem os profissionais praticarem mais exercícios físicos, o sexo feminino buscando a saúde, e o masculino, o emagrecimento.

4847

55

RELAÇÃO ENTRE CIRCUNFERÊNCIA DE CINTURA E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM TRABALHADORES DE UMA INDÚSTRIA DO SETOR ALIMENTÍCIOCARLOS RENATO DA SILVA - Nova Consultoria e Assessoria em Fitness
Raildo da Silva Coqueiro - Programa de Pós-graduação em Educação Física – PPGEF/UFSC
Aline Rodrigues Barbosa - Programa de Pós-graduação em Educação Física – PPGEF/UFSC

O objetivo do estudo foi verificar a magnitude da relação entre o índice de massa corporal (IMC) e a circunferência da cintura (CC) em trabalhadores de uma indústria do setor alimentício de Santa Catarina, segundo sexo. Um total de 154 trabalhadores (78 homens) foram avaliados de forma transversal. Os dados antropométricos (massa corporal, estatura e CC) foram obtidos segundo procedimentos padronizados. O IMC (variável dependente) foi derivado subsequentemente. As diferenças entre sexos foram verificadas por meio do teste t de Student para amostras independentes. Foram realizadas análises de regressão linear (simples) para homens e mulheres. A média de idade dos indivíduos foi de 23,5 (+ ou -) 7,0 anos no sexo masculino e de 24,0 (+ ou -) 7,6 anos no feminino ($p = 0,249$). Os valores médios de CC foram 83,3 (+ ou -) 8,4 cm e 79,0 (+ ou -) 11,5 cm ($p = 0,001$) e de IMC 24,7 (+ ou -) 3,1 kg/m² e 25,3 (+ ou -) 4,2 kg/m² ($p = 0,340$) em homens e mulheres, respectivamente. A CC explicou 56,4% da variabilidade do IMC no sexo masculino, enquanto no sexo feminino o poder de explicação foi de 57,3%. Os coeficientes de correlação e regressão foram os seguintes: $r = 0,751$; $r^2 = 0,564$; $p < 0,001$ (sexo masculino) e $r = 0,757$; $r^2 = 0,573$; $p < 0,001$ (sexo feminino). Conclui-se que, a relação linear entre CC e IMC foi positiva, significativa e forte para ambos os sexos. Esses achados sugerem que o excesso de peso pode ser explicado em grande parte por alterações na CC e essa relação é similar em homens e mulheres.

4832

54

NÍVEL DE FLEXIBILIDADE EM MENINOS E MENINAS PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO COM IDADES ENTRE 10 E 15 ANOSANDERSON MELLO - Faculdades Integradas Unives/FACVCEST
Everton Pileski Pereira - Faculdades Integradas Unives/FACVCEST
Jaisson Ricardo Bona - Faculdades Integradas Unives/FACVCEST
Edson Luis Machado de Arruda - Faculdades Integradas Unives/FACVCEST
Francisco José Fornari Souza - Faculdades Integradas Unives/FACVCEST

Introdução: A flexibilidade é a capacidade de realizar movimentos em certas articulações com apropriada amplitude de movimento (Barbanti, 1994). Objetivo: verificar o nível de flexibilidade em meninos e meninas praticantes de musculação com idades entre 10 e 15 anos. Metodologia: estudo foi realizado no município de Lages SC, com amostra de 77 indivíduos com idades entre 10 e 15 anos. A verificação do nível de flexibilidade, foi realizada através do teste de sentar e alcançar (Fitnessgram, 1992). Foi utilizados recursos do pacote estatístico SPSS versão 13.0 para Windows, sendo que a análise foi feita através da estatística descritiva básica, e teste associativo do Qui-quadrado (χ^2). Resultados: Atraves da pesquisa em frequência e percentual, 41,6% dos indivíduos totais encontram-se abaixo da zona saudável de aptidão física (ZSApf) para a boa saúde. Em relação a estatística, o teste associativo do Qui-quadrado (χ^2) demonstrou não haver associação entre o nível de flexibilidade com as variáveis sexo ($\chi^2 = 4,065 - p = 0,131$) e idade ($\chi^2 = 18,101 - p = 0,53$). Entre os meninos, 50,0% encontram-se abaixo (ZSApf). O teste (χ^2) demonstrou não haver associação entre o nível de flexibilidade e a idade ($\chi^2 = 14,174 - p = 0,165$). Já entre as meninas, o percentual é menor em relação aos meninos. Sendo que 33,3% encontram-se abaixo (ZSApf). O teste (χ^2) demonstrou não haver associação entre o nível de flexibilidade e a idade ($\chi^2 = 12,059 - p = 0,281$). Conclusão: Verificou-se que não há associação entre flexibilidade e a variável sexo e idade. Ambos encontram-se abaixo (ZSApf), sugere-se uma ênfase nas atividades, para contribuir com a melhora dessa variável, que é de significativa importância para a prática da atividade física.

4850

56

FLEXIBILIDADE DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SCKAROLINY DEBIASI GHEDIN - Universidade Federal de Santa Catarina
Marui Weber Corseuil - Nucleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
João Marcos Ferreira de Lima Silva - Nucleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC – Bolsista CAPES
Andreia Pelegrini - Nucleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
Edio Luiz Petroski - Nucleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC

A flexibilidade encontra-se entre os componentes da aptidão física mais influente no sucesso das tarefas motoras. Sua manutenção é necessária para que na vida adulta este não seja um fator limitante na mobilidade. Assim, objetivou-se verificar o nível de flexibilidade de adolescentes de Florianópolis, SC. A amostra foi composta de 237 adolescentes com idades de 14 a 17 anos, sendo 92 do sexo masculino (15,95+0,88 anos) e 145 do sexo feminino (15,93+0,82 anos), matriculados no ensino médio de uma escola da rede estadual de Florianópolis, SC. Realizou-se testes de sentar-e-alcançar para verificar a flexibilidade, classificando-os como aptos (Excelente, Muito Bom e Bom) e inaptos (Fraco e Precisa Melhorar), conforme padronização da Bateria Canadense de Atividade Física, Aptidão e Estilo de Vida. A análise dos dados foi realizada através de estatística descritiva e teste t de Student para amostras independentes ($p < 0,05$). Os resultados demonstraram que 24,1% dos adolescentes foram classificados como aptos, enquanto 75,9% foram classificados como inaptos. No sexo masculino (23,06+8,19 cm), 28,3% apresentaram-se aptos e 71,7% inaptos, enquanto no feminino (25,85+9,30 cm), 21,4% foram classificadas como aptas e 78,6% inaptas. Diferenças significativas foram encontradas entre os sexos ($p < 0,05$), especificamente no grupo etário de 14 anos ($p < 0,05$), com valores superiores para as meninas (30,38+5,10 cm) em relação aos meninos (15,50+3,16 cm). De acordo com os resultados, conclui-se que os adolescentes necessitam melhorar os níveis de flexibilidade, pois esta valência é caracterizada como um fator limitante à saúde.

4855

57

FORÇA DE PRENSÃO MANUAL DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC

JOÃO MARCOS FERREIRA DE LIMA SILVA - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC – Bolsista CAPES
 Andreia Pelegrini - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
 André da Silva Nascimento - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
 Marui Weber Corseuil - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
 Edio Luiz Petroski - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC

Os baixos níveis de força no movimento de prensão manual podem tornar-se um limitante no sucesso de tarefas que dependam desta capacidade física. Assim, objetivou-se verificar os níveis de força de prensão manual em adolescentes do ensino médio da cidade de Florianópolis, SC. A amostra foi composta de 223 adolescentes com idades de 15 a 17 anos, sendo 86 rapazes (16,08+0,74 anos) e 137 moças (16,04+0,69 anos), matriculados no ensino médio de uma escola da rede estadual de Florianópolis, SC. Realizou-se testes de força de prensão manual utilizando-se o aparelho específico da marca JAMAR, escalonado em quilogramas, classificando-os como aptos (Excelente, Muito Bom e Bom) e inaptos (Fraco e Precisa Melhorar), conforme padronização da Bateria Canadense de Atividade Física, Aptidão e Estilo de Vida. Adotou-se a estatística descritiva, testes U de Mann-Whitney e Qui-quadrado, assumindo $p < 0,05$. Os resultados demonstram que 25,6% dos rapazes e 48,2% das moças apresentaram-se aptos ($p < 0,05$). Foi verificado que, 87,7% dos rapazes e 82,5% das moças eram destros, entretanto, a predominância de força no membro direito foi de 66,3% nos rapazes e 57,7% nas moças, enquanto no membro esquerdo, 30,2% dos rapazes e 27,0% das moças. Quando estratificado por sexo, entre as idades, não observou-se diferença na predominância lateral da força. Conclui-se que, um expressivo número de adolescentes precisa ser incentivado com atividades que exijam o fortalecimento desta musculatura, visando prevenir limitações funcionais no futuro.

4875

59

APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE DE PRATICANTES DE TAI CHI CHUAN

CRISTIANE DE LIMA EIDAM - UFSC
 Maria Lisete Mazarakis Regis - Academia Korpus e Energia
 Asela Schneider - Espaço Merlim
 Letícia de Miranda e Miranda - UFSC

O Tai Chi Chuan tem sido descrito como promotor de ganhos na força e flexibilidade de seus praticantes, assim como promove melhorias sobre as medidas antropométricas. O objetivo deste estudo foi avaliar a aptidão física de praticantes de Tai Chi Chuan. A amostra, selecionada por conveniência, foi constituída de 19 indivíduos (18 mulheres e 1 homem), praticantes de Tai Chi Chuan em uma academia no município de Florianópolis, os quais voluntariamente aceitaram fazer parte deste estudo descritivo. Foram consideradas como variáveis da aptidão física relacionada à saúde: a força ou resistência muscular localizada (RML) e a flexibilidade. Além destas, avaliou-se o índice de massa corporal (IMC) e a relação cintura quadril (RCQ). A força (RML) foi avaliada através do Teste Abdominal Modificado (Curl Up Test). A flexibilidade foi avaliada através do teste de Sentar e Alcançar Modificado e do Teste de Flexibilidade de Ombros. No tratamento estatístico utilizou-se a análise descritiva. A média de idade foi de 54,11 anos e a média do tempo de prática foi de 5,6 anos. Quanto à força, 15 (78,9%) obtiveram desempenho bom ou recomendável para a saúde. Quanto à flexibilidade do quadril e do ombro direito, 8 (41,9%) ficaram na média, acima da média ou com desempenho relacionado à performance. Quanto à flexibilidade do ombro esquerdo 9 (47,4%) ficaram na média ou acima da média. Quanto ao IMC, 11 (57,9%) estavam na faixa recomendável, classificado como normal. Quanto à RCQ 18 (94,7%) obtiveram valores considerados sem risco para a saúde. Sendo assim, a variável que requer melhorias é a flexibilidade. Sugere-se o controle de outras variáveis como aptidão cardiorrespiratória, força de membros inferiores e equilíbrio.

4857

58

CONDICIONAMENTO CARDIORRESPIRATÓRIO DE ESCOLARES DE ESCOLAS PÚBLICAS E PRIVADAS DE CASCAVEL-PR

KARINA ELAINE DE SOUZA SILVA - Universidade Estadual de Campinas / Faculdade Assis Gurgacz
 Andreia Pelegrini - UFSC
 Edilson Serpeloni Cyrino - UEL
 Antonio de Azevedo Barros-Filho - UNICAMP

Observa-se atualmente, uma redução nos níveis de atividade física habitual da população, sobretudo de crianças, o que parece estar contribuindo sobremaneira para o surgimento ou agravamento de diferentes problemas de saúde, tais como obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares, hipertensão arterial, entre outras. Alguns estudos têm indicado que elevados níveis de sedentarismo já na infância, podem comprometer precocemente a saúde e qualidade de vida desta população. Por outro lado, níveis adequados de aptidão cardiorrespiratória podem auxiliar na prevenção e tratamento de disfunções crônico-degenerativas. Sendo assim, o objetivo deste estudo foi analisar a aptidão cardiorrespiratória de escolares de sete a 10 anos, de ambos os sexos, de escolas públicas e privadas de Cascavel, PR, Brasil, de acordo com uma avaliação referenciada por critérios de saúde. Fizeram parte do estudo 1023 escolares, sendo 777 de escolas públicas (415 meninos e 362 meninas) e 246 de escolas privadas (116 meninos e 130 meninas). Como indicador de resistência cardiorrespiratória foi empregado o teste de corrida/caminhada de 9 min e o critério de avaliação foi o proposto pela AAPHERD (1988). Para as comparações entre as proporções de escolares que atenderam aos critérios de saúde foi aplicado o teste χ^2 e exato de Fisher ($p < 0,05$). A prevalência de escolares que atenderam aos pontos de corte estabelecidos foi de 25% para as escolas públicas e 31% para as privadas. Conclui-se que a maioria das crianças investigadas não atenderam os critérios estabelecidos para o componente da aptidão cardiorrespiratória, sugerindo ações de intervenção e promoção de exercícios físicos que estimulem a melhoria deste componente no ambiente escolar em Cascavel-PR.

4876

60

INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS E DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE SERVIDORES DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA-UFSC

ELUSA SANTINA ANTUNES DE OLIVEIRA - UFSC
 Fabiula da Silva Aguiar - UFSC

Introdução: Os riscos à saúde são maiores para aqueles indivíduos que possuem grande parte de sua gordura corporal na porção superior do corpo, pois a gordura visceral é um preditor de doenças cardiovasculares. Objetivo: Verificar o perfil antropométrico e composição corporal de servidores da UFSC. Métodos: Estudo descritivo, com uma amostra de 170 servidores (78 homens e 92 mulheres) na faixa etária de 24 e 69 anos. Realizou-se avaliação antropométrica sendo mensuradas as variáveis: massa corporal (MC), estatura (E), circunferência de cintura e quadril e espessuras de dobras cutâneas (tríceps, subescapular, supraílica, abdominal e panturrilha medial). A partir dos dados coletados, foram calculados o índice de massa corporal (IMC), o percentual de gordura corporal (%G) e a relação cintura-quadril (RCQ). Utilizou-se estatística descritiva para determinar os valores de média, desvio padrão e percentuais. Resultados: Foram encontrados os seguintes valores médios: MC=69,4+15,14 kg, E=165,6+9,30 cm, IMC=25,21+4,69 kg/m², %G=26,2+6,79 e RCQ=0,83+0,8. Em relação ao IMC, 1,7% foram classificados com baixo peso, 53,6% estão na faixa recomendável, 32,4% com sobrepeso e 12,4% com obesidade. Em relação ao RCQ, verificou-se que os valores médios tanto para ambos os sexos, apresentaram valores inferiores aos indicados para a condição de risco, observando um aumento da RCQ com o avanço da idade. Quanto ao %G as mulheres apresentaram valores médios superiores aos dos homens em todas as idades. Verificou-se também, que com avanço da idade aumentou a gordura corporal subcutânea. Conclusões: Verificou-se um aumento progressivo de gordura corporal subcutânea com o passar da idade em ambos os sexos.

REPRODUTIBILIDADE INTRA-AVALIADOR EM MEDIDAS DE TESTES MOTORES APLICADOS EM ESCOLARES

DÉBORA ALVES GUARIGLIA - Universidade Estadual de Londrina
Edilson Serpeloni Cyrino - Universidade Estadual de Londrina
Enio Ricardo Vaz Ronque - Universidade Estadual de Londrina

A utilização de testes motores em escolares tem uma ótima aceitação na literatura por ser de fácil aplicação e baixo custo operacional, no entanto, sua aplicação deve ser realizada com cautela no que diz respeito ao controle metodológico, visto que, erros de medida intra e inter avaliador podem comprometer severamente os resultados obtidos. Neste sentido, o objetivo do presente estudo foi analisar a reprodutibilidade intra-avaliador dos testes motores, sentar e alcançar e abdominal modificado em escolares. Para tanto a amostra foi constituída por 83 escolares, sendo 37 meninos e 46 meninas. Para a determinação da reprodutibilidade das mensurações dos testes motores esses escolares foram submetidos a dois momentos de medidas, com intervalo entre três a sete dias. Para a análise dos dados foi aplicado o recurso do erro técnico de medida (ETM), para reprodutibilidade em termos absolutos, o cálculo do coeficiente de correlação intraclassa (CCI) para a reprodutibilidade relativa e procedimentos para analisar a concordância dos dados propostos por Bland e Altman (1986). O ETM observado foi menor que dois centímetros para o teste de sentar e alcançar e duas repetições para o teste de abdominal modificado. Em relação ao CCI todos os testes motores em ambos os gêneros apresentaram valores superiores a 0,95 o que representa alta estabilidade entre as medidas. Em relação ao diagrama de plotagem de Bland e Altman todos os testes ofereceram concordância aceitável apesar de ser observada a presença de alguns outliers em seus diagramas. Com base nos resultados pode-se concluir que nos testes motores sentar e alcançar e abdominal modificado apresentam uma boa reprodutibilidade intra-avaliador em suas medidas nessa faixa etária.

ANÁLISE DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESCOLARES EM FUNÇÃO DA SAZONALIDADE

LISANDRA MARIA KONRAD - Universidade Federal de Santa Catarina
Valbério Candido Araújo - UFSC
José Cazuza de Farias Júnior - UFPA
Markus Vinicius Nahas - UFSC

Fatores ambientais, incluindo a sazonalidade, parecem ser determinantes para a prática regular de atividade física (AF). Este estudo teve como objetivo verificar se a sazonalidade influencia o nível de atividade física (NAF) de escolares do ensino médio noturno da rede estadual de Florianópolis, SC. Foram avaliados 109 escolares (14 a 20 anos), nos quatro períodos sazonais de 2006: 1) março (final do verão), 2) junho (final do outono), 3) setembro (final do inverno) e, 4) dezembro (final da primavera). O NAF foi obtido por meio do escore combinado (média) da frequência (dias) de prática de AF (60min/+) durante uma semana típica com a frequência dos últimos sete dias. Foi adotado o ponto de corte de 300min/sem de prática de AF para classificar os escolares insuficientemente ativos e os ativos. Para a análise, no SPSS 15.0, foi usada o teste de Cochran's e ANOVA para medidas repetidas, com nível de significância de 5%. A média de idade foi de 16,71 (DP=1,54) anos, com predomínio do sexo feminino (62,4%, n=68). Escolares insuficientemente ativos foram encontrados em maior proporção nas quatro fases da coleta (NAF1=57,8%; NAF2=67,0%; NAF3=59,6%; NAF4=67,0%) não sendo verificadas diferenças estatísticas (Q=4,654; p=0,199) no geral ou por sexo. Frequência média de prática de AF de 3,44 dias/sem (60min/+) foi observada entre os escolares. No geral e por sexo, as médias da frequência média de AF (AF1=3,59; DP=2,30; AF2=3,44; DP=1,93; AF3=3,49; DP=2,01; AF4=3,24; DP=2,03) não diferiram estatisticamente (F=0,978; p=0,498). A sazonalidade não influenciou o NAF dos escolares de Florianópolis. Tanto na proporção de escolares insuficientemente ativos quanto na frequência média semanal de AF não houve diferença estatística no geral e por sexo.

PÔSTERES 1 – ÁREA TEMÁTICA 2: AMBIENTE E PROMOÇÃO DA SAÚDE**3572**

1

A ATIVIDADE FÍSICA COMO MÉTODO AUXILIAR NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO

MARIA CLARA MENEZES DE SANTANA - Faculdade Social da Bahia

Esta pesquisa experimental de cunho etnográfico enfocou os seguintes aspectos: Atividade Física e Depressão; assim o presente estudo teve como objetivo identificar as contribuições que a atividade física pode trazer para auxiliar o tratamento da depressão, baseando-se em livros sobre depressão e, principalmente, em artigos encontrados na internet por falta de material em português publicado sobre o assunto. A amostra da pesquisa foi composta por um grupo de quatro profissionais do Hospital Juliano Moreira (um psicólogo, uma psiquiatra, um técnico em enfermagem e um professor de educação física). Para o levantamento dos dados, foi utilizada uma entrevista semi-estruturada e observações feitas durante as visitas à instituição. As considerações feitas sobre essa pesquisa é que o profissional de educação física ainda é mal interpretado na área de saúde mental, não recebendo o seu valor e a falta de interesse da instituição para a melhoria do serviço de recreação com os pacientes.

3729

2

FATORES DE RISCO DE CORONARIOPATIA EM ADOLESCENTESNALDIANE BORELLA - Universidade Estadual do Oeste do Paraná-UNIOESTE
Eneida Maria Troller Conte - Universidade Estadual do Oeste do Paraná-UNIOESTE
Adair da Silva Lopes - Universidade Federal de Santa Catarina

O presente estudo teve como objetivo verificar a prevalência de fatores de risco de coronariopatia em adolescentes do 3º ano matutino do Colégio Estadual Antônio Maximiliano Ceretta do município de Marechal Cândido Rondon - PR, analisando assim aspectos de alimentação, atividade física, pressão sanguínea (PA), taxa de colesterol, níveis de triglicérides e glicose. A pesquisa foi do tipo descritiva – transversal, contou com a participação de 29 escolares, sendo 19 do sexo feminino e 10 do sexo masculino. Os dados foram coletados através da aplicação de um questionário sobre hábitos de vida e exames laboratoriais para a verificação da taxa de colesterol, triglicérides, glicose e PA. A análise foi realizada com base nos comportamentos de risco e nas taxas aceitáveis para os valores apresentados nos exames de laboratório. Os resultados demonstraram que alguns escolares apresentavam fator de risco isoladamente, não havendo relação entre os fatores. Apesar desses fatores não serem ainda, em números, significativos, é necessário que os adolescentes dêem maior atenção à alimentação adequada e criem hábitos de atividade física regulares, considerando ser esse o período em que os hábitos alimentares e o estilo de vida encontram-se em estruturação, com profundas implicações no risco de desenvolvimento de doenças na vida adulta. Enfatiza-se que a intervenção sobre os fatores de risco detectados é muito importante para solucionar ou amenizar complicações futuras, principalmente através do envolvimento de adolescentes em estratégias educativas, influenciando assim, em mudanças benéficas no perfil de risco identificado.

4305

3

A GINÁSTICA LABORAL E SEUS EFEITOS FÍSICO/MOTORES E EMOCIONAISSARA TERESINHA CORAZZA - Universidade Federal de Santa Maria
Daniele Fernandes Cortes - UFSM
Luana Callegaro Rossato - UFSM

A Ginástica Laboral é conceituada como exercícios diários que visam normalizar capacidades e funções corporais para o desenvolvimento do trabalho, diminuindo a possibilidade de comprometimento do corpo. Este estudo tem por objetivo analisar os efeitos físico/motores e emocionais em praticantes de um Programa de Ginástica Laboral. Dentro dos efeitos físico/motores apontamos como variáveis analisadas a flexibilidade, coordenação motora ampla e coordenação motora fina. O grupo de estudo foi composto por 15 sujeitos, com média de idade 36,73 e desvio padrão de 11,40. Os sujeitos eram funcionários do Colégio Técnico Industrial de Santa Maria (CTISM - UFSM) e faziam parte do Programa de Ginástica Laboral, com frequência de duas vezes na semana, com no mínimo 2 meses de prática. Os instrumentos utilizados foram o Teste Sentar-e-Alcançar de Wells para flexibilidade, Teste Burpee para Coordenação Motora Ampla e Teste do Painei de Andreotti & Okuma para Coordenação Motora Fina. Para analisar os efeitos emocionais e qualidade de vida foi aplicada uma entrevista. Ao identificar descritivamente os resultados dos testes físico-motores obteve-se média 13,3 pontos em 10 s de realização no teste de coordenação motora ampla; 6,06s no teste de coordenação motora fina e 22,96cm no teste de flexibilidade. Quanto aos aspectos emocionais, percebeu-se efeito positivo na sensação de relaxamento e bem-estar, na descontração e nas relações pessoais. Conclui-se portanto que a prática da Ginástica Laboral promove efeitos benéficos para o trabalhador.

4340

4

A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA CIDADE UNIVERSITÁRIA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO DO SULCAROLINE SILVA DE OLIVEIRA - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Claudia Aparecida Stefane - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Fernanda Karolline de Oliveira Guimarães - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Jarina Gomes Gabilan - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Leonardo Liziero - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul

A implementação e o fortalecimento de iniciativas no campo da Atividade Física (AF) e saúde são necessárias para que se possa orientar e propor práticas corporais de forma segura e eficaz de maneira a minimizar prática de AF autônoma e não consciente. O estudo teve por objetivos caracterizar praticantes de AF na Cidade Universitária da UFMS; identificar modalidades e motivos que os levavam a procurar o espaço e a opinião sobre importância de orientação profissional para prática. A coleta ocorreu por observação e entrevista, com 75 indivíduos em novembro de 2006. Diante dos resultados, caracterizou-se os praticantes: adultos, homens e inseridos na população economicamente ativa. As modalidades mais frequentes: caminhada(61%), futebol(15%), basquete(13%) e natação(7%). A caminhada teve aderência maior talvez por não necessitar de equipamentos e infra-estrutura específica. Dentre os motivos para busca da UFMS: falta opção no bairro, lazer e busca por qualidade de vida ligada a saúde, isto retrata a escassez de locais de fácil acesso em regiões próximas. A prática era realizada sem orientação de profissional de Educação Física por 65%, apesar da presença deste ser vista como fundamental para 92% que, no entanto, não estavam dispostos a pagar pela sua contratação o que reforça a importância de projetos e propostas públicas voltadas à prática da AF. Espera-se que o estudo seja incentivo a elaboração de projetos de reconhecimento de onde e como AF é desenvolvida e características de quem a busca. Estas informações colaboram para interpretações fundamentadas, intervenções e iniciativas de políticas públicas, pois podem direcionar elaboração de programas de incentivo a AF, como Atlas do Esporte municipal, em operacionalização.

4480

5

ANÁLISE DOS ÍNDICES DE DESISTÊNCIA EM PROGRAMAS DE GINÁSTICA LABORAL EM 14 REGIÕES DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL

THIAGO ROZALES RAMIS - Escola Superior de Educação Física-Universidade Federal de Pelotas
 Shana Ginar da Silva - Escola Superior de Educação Física/ Universidade Federal de Pelotas
 Volmar Tosi Feijó - Serviço Social da Indústria
 Marcelo Cozzenza da Silva - Escola Superior de Educação Física/ Universidade Federal de Pelotas
 Airtton José Bombaldi - Escola Superior de Educação Física/ Universidade Federal de Pelotas

No Brasil a preocupação com a saúde dos funcionários e com sua rentabilidade surge na década de 30, onde existiam empreendimentos que já ofereciam opções de esporte e lazer. Dentro desse contexto e objetivando atender as necessidades físicas dos funcionários, surge na década de 70 a Ginástica Laboral buscando a melhoria da qualidade de vida dos trabalhadores, da socialização, da produtividade, diminuição do absenteísmo e prevenção de Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho. O presente estudo tem como objetivo analisar os percentuais de desistência dos trabalhadores inseridos no projeto "Abordagem Inovadora do Tratamento de Grupos Específicos de Ginástica na Empresa" e os possíveis fatores que levaram a essa desistência. Participaram do estudo 361 trabalhadores de quatorze empresas do estado do Rio Grande do Sul, sendo o trabalho realizado no primeiro semestre de 2006. Dados sobre as relações inter-pessoais no ambiente de trabalho, saúde e qualidade de vida e influência pedagógica de um novo método de ginástica laboral sobre desistência na ginástica foram coletados através de questionário semi-estruturado. Ao final dos quatro meses de duração do projeto, do total de trabalhadores envolvidos, 224 permaneceram até o final do estudo, sendo o percentual de desistência de 38%. Apesar de perceber-se melhora na socialização, no estado emocional, no status de saúde e qualidade de vida, o novo método proposto não sustentou a aderência ao programa. A dificuldade dos alunos em absorver as informações ministradas de forma individualizada pode ter sido o fator primordial que levou a desistência.

4637

7

PREVALÊNCIA DE ATIVIDADE FÍSICA RECOMENDADA DE ACORDO COM A PARTICIPAÇÃO EM AMBIENTES COMUNITÁRIOS DE LAZER

CLEONIR CALDEIRA JÚNIOR - Grupo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde - GPAQ/PUCPR
 Adriano Akira Ferreira Hino - GPAQ/PUCPR
 Rogério César Fermino - GPAQ/PUCPR
 Ciro Romélio Rodríguez Añez - GPAQ/PUCPR
 Rodrigo Siqueira Reis - GPAQ/PUCPR

Os fatores ambientais podem ter relação com o uso de ambientes comunitários e níveis de atividade física (AF). Contudo, poucas pesquisas têm investigado essa relação. O objetivo do estudo foi verificar a prevalência de AF recomendada de acordo com a participação em diferentes ambientes comunitários. A amostra foi composta por 1696 escolares da rede pública de ensino de Curitiba-PR (59,5% do sexo feminino). A AF foi reportada e os indivíduos classificados como "ativos" de acordo com a participação em atividades de intensidade moderada/vigorosa por no mínimo vinte minutos em três dias de uma semana habitual. Para avaliar a participação dos escolares em parques, praças, academias e quadras de esportes os respondentes assinalaram uma escala de quatro pontos. Os indivíduos foram classificados em "frequente" (quando relataram ir ao menos uma vez ao mês aos ambientes) e "não frequente". Para a comparação entre os grupos que participam dos ambientes e atingiram a recomendação utilizou-se o teste qui-quadrado de proporção. As análises foram realizadas separadamente para os sexos e o nível de significância mantido em 5%. Em todos os ambientes investigados a maior parte dos sujeitos atingiu a recomendação, sendo que a academia foi o local com maior proporção de escolares considerados ativos (89,3% e 71,8% de meninos e meninas respectivamente). Os locais com menores proporções foram a praça para os meninos (73,8%) e o parque para as meninas (52,7%). Conclui-se que a maioria dos escolares que frequentam os ambientes estudados são ativos. Pode-se inferir que alguns atributos peculiares destes locais comunitários tendem a atrair e/ou favorecer os indivíduos a serem mais ativos.

4602

6

NATAÇÃO NA ESCOLA – SAÚDE E EDUCAÇÃO

PATRICIA ESTHER FENDRICH MAGRI - UNIVILLE;BOM JESUS/IELUSC;FELEJ
 Amanda Cristina Generoso - UNIVILLE
 Caroline Maria de oliveira - BOM JESUS / IELUSC
 Vanessa Cristine Kohler - FELEJ

Natação na Escola é um projeto de extensão dos cursos de Educação Física do BOM JESUS/IELUSC e UNIVILLE em parceria com a FELEJ-Fundação de Esportes, Lazer e Eventos de Joinville através do Projeto Jovem Cidadão (esporte educacional). O objetivo é oferecer um programa de natação gratuito, duas vezes por semana para escolares da rede pública com idade de 10 a 12 anos. O planejamento das atividades prevê a aprendizagem das técnicas básicas de ambientação aquática, os estilos da natação, a sobrevivência e a convivência segura em espaços aquáticos. As atividades são planejadas em reunião com os monitores e coordenação, discutidas quanto às características da faixa etária e experiências natatórias dos aprendizes. Durante as aulas as metodologias de ensino variam, e as atividades lúdicas sempre se fazem presentes como forma de incentivo à prática e interação entre os participantes. As avaliações de desempenho são sistemáticas e registradas em formulário próprio. A partir da análise destas é possível dizer que muitos dos alunos já haviam tido contato com o ambiente aquático, de forma assistemática, ou seja, não haviam frequentado aulas de natação. Após um período de prática verifica-se como resultados que os mesmos aprendem a nadar os estilos com saídas e viradas. Os pais percebem esta ação como uma oportunidade para o desenvolvimento saudável de seus filhos e indicam a melhora ou manutenção das condições de saúde, peso corporal, satisfação nas atividades diárias, disposição, responsabilidade, concentração e felicidade. Conclui-se que este projeto atende os anseios da comunidade e associa elementos prioritários na formação dos cidadãos: saúde e educação. Palavras-chave: natação, extensão, escolares.

4759

8

ÍNDICE DE DOR MUSCULAR EM PRATICANTES DE GINÁSTICA LABORAL

ITANA LISANE SPINATO - Universidade de Fortaleza - UNIFOR
 Selma Regina.S.Barbosa - Universidade de Fortaleza
 Andrea Costa - Universidade de Fortaleza
 Frederico Lemos Araújo - Universidade de Fortaleza
 Luciana Zaranza Monteiro - Universidade de Fortaleza

Introdução: Atualmente, estamos vivenciando um período de tensão e dores musculares ocasionados por períodos longos de trabalho sentados, trabalhos repetitivos acarretando a má postura, lesões musculares, a redução do nível de flexibilidade. Um dos maiores problemas enfrentado dentro do ambiente de trabalho está relacionada à queixa de dores musculares. Objetivo: Analisar o índice de dores musculares em funcionários praticantes de ginástica laboral da Universidade de Fortaleza-UNIFOR. Métodos: Estudo de abordagem quantitativa, descritiva e transversal, com 75 funcionários da UNIFOR, selecionados de forma aleatória de ambos os sexos, sendo 23 (30,7%) mulheres e 52 (69,3%) homens, com faixa etária entre 19 e 55 anos. O índice de dor muscular foi avaliado através de um questionário – Trigger Points adaptado por Martins, 2000. Resultados: Os resultados refletem as regiões mais doloridas dos participantes: ombro, joelho, coluna lombar e dor no punho direito são possivelmente as mais afetadas devido à má postura durante o trabalho de digitação e devido às longas horas gastas na frente do computador. Neste estudo a maioria dos participantes queixavam-se de dores musculares e alegavam que a dor diminuía com a utilização de fármacos, como relaxante muscular e a prática de ginástica laboral. Conclusão: Diante dos resultados, faz-se absolutamente necessária uma análise ergonômica do trabalho, pois sem ela, as sessões de ginástica laboral seriam apenas um paliativo momentâneo, já que alguns minutos de alongamento e relaxamento não seriam capazes de atuar com eficácia sobre a má postura ocasionada por um mobiliário anti-ergonômico ou tarefas deficientemente prescritas, realizadas durante seis ou oito horas.

4770

9

ESTRESSE OCUPACIONAL EM FUNCIONÁRIOS PRATICANTES DE GINÁSTICA LABORAL

SELMA REGINA S. BARBOSA - UNIVERSIDADE DE FORTALEZA - UNIFOR

Andreia Costa - Universidade de Fortaleza

Frederico Lemos Araújo - Universidade de Fortaleza

Itana Lisane Spinato - Universidade de Fortaleza

Luciana Zaranza Monteiro - Universidade de Fortaleza

Introdução: O estresse ocupacional é relacionado a agentes estressores do trabalho e uma das maneiras de diminuir o estresse é a prática de exercícios relaxantes pelo menos 20 minutos por dia. Objetivo: Avaliar o nível de estresse dos funcionários praticantes de ginástica laboral da Universidade de Fortaleza-UNIFOR. Métodos: Estudo de abordagem quantitativa, descritiva e transversal, com 75 funcionários da UNIFOR, de ambos os sexos. O nível de estresse foi avaliado através de um questionário estruturado adaptado por Martins, 2000. Resultados: A amostra foi composta por 23 (30,7%) mulheres e 52 (69,3%) homens, sendo que 92% dos participantes trabalham com o público. 52% afirmam que os eventos no trabalho são normalmente previsíveis. 81,3% relataram serem extremamente requisitados no trabalho, 54,7% às vezes vivenciam conflito no trabalho. 86,7% dos funcionários nunca saíram de licença nos últimos 12 meses devido à tensão no trabalho e 13,3% saíram. Destes, relatam que os motivos da licença foram: férias e licença médica e a causa principal desses afastamentos foram à carga de trabalho excessiva. A maioria dos funcionários relatou que a diminuição da jornada de trabalho melhoraria a sua qualidade de vida e diminuindo assim o estresse. Conclusão: Observamos que os agentes estressores são de natureza organizacional e similares, manifestando-se através da imprevisibilidade no trabalho devido à ajustes de última hora, falta de conhecimento de suas tarefas, alta requisição no trabalho e o contato com o público, que muitas vezes é agressivo. Um programa de ginástica laboral dando ênfase nos exercícios de alongamentos e respiratórios diminuiriam o nível de estresse dos praticantes.

4783

11

PREVALÊNCIA DA PERCEPÇÃO DE DOR EM FUNCIONÁRIOS DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE LONDRINA

IGOR AUGUSTO BRAZ - Universidade Estadual de Londrina

José Claudio Jambassi Filho - Universidade Estadual de Londrina

Giorgio Cunha Meletti - Universidade Estadual de Londrina

Leandro de Mattos Coelho - Universidade Estadual de Londrina

Evanil Antonio Guarido - Universidade Estadual de Londrina

As lesões por esforços repetitivos (LER) ou distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT) são termos que abrigam diversos incômodos inflamatórios, tais como tendinite, bursite e lombalgia. Estes distúrbios podem ser causados por esforços repetitivos, tensão, falta de pausas e monotonia. Caracterizar o corpo de funcionários das empresas e instituições, quanto à percepção de dor, é uma ferramenta importante no intuito de estabelecer programas de prevenção e promoção da saúde. Com isso, o objetivo do estudo foi estimar a prevalência da percepção de dor, nos funcionários do Centro de Educação Física e Esporte (CEFE), da Universidade Estadual de Londrina - Paraná. Participaram do estudo 19 profissionais do CEFE (40,47 anos \pm 13,24), correspondendo a 100% da população de funcionários. Os indivíduos foram divididos em dois grupos: grupo setor administrativo (GA) e grupo dos demais setores (GD), que desempenhavam funções como limpeza, entrega e transporte de materiais e serviços de zelador. Para obter informações a respeito da percepção de dor, rotatividade de função, tempo de serviço no setor e prática de atividade física, apenas um avaliador aplicou um formulário com questões de simples compreensão. Pode-se observar, uma prevalência de 68,42% na percepção de dor, na população total de funcionários do CEFE. No GA (30,55 anos \pm 10,86) esta prevalência foi de 44,44%, já no GD (49,4 anos \pm 7,67) o valor aumentou para 90%. Distúrbios lombares e nos ombros obtiveram a maior prevalência de dor. No GA, 55,55% dos funcionários praticavam atividade física regularmente, já no GD, este valor foi de apenas 20%. Foi constatado um alto índice de prevalência de dor nos funcionários, principalmente no GD.

4771

10

INFLUÊNCIA DO NÍVEL SOCIOECONÔMICO NA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM PARQUES ENTRE ADOLESCENTES

ANA CARINA NALDINO CASSOU - Universidade Federal do Paraná

Adriano Akira Ferreira Hino - Pontifícia Universidade Católica do Paraná

Mariana Silva Santos - Pontifícia Universidade Católica do Paraná

Rodrigo Siqueira Reis - Pontifícia Universidade Católica do Paraná

Ciro Romélio Rodríguez Añez - Pontifícia Universidade Católica do Paraná

O objetivo do estudo foi verificar a influência do nível socioeconômico (NSE) na prática de atividades físicas em parques (AFP) entre adolescentes. Participaram 1601 escolares entre 14 e 18 anos (43,0% meninos) da rede pública de Curitiba-PR. Para a obtenção dos dados utilizou-se um questionário aplicado de maneira coordenada com questões referentes ao NSE, AFP, percepção de segurança (PS), tempo até o parque caminhando e frequência semanal de prática de AF de intensidade moderada/vigorosa por no mínimo 20 minutos, classificados em "insuficientemente ativos" e "ativos" (3 dias ou mais). Para verificar a AFP de acordo com o NSE foi utilizado a regressão logística bruta e ajustada para AF, tempo até o parque e PS. As análises foram realizadas separadamente por sexo utilizando o pacote estatístico SPSS v.11.0, considerando $p \leq 0,05$. Os resultados demonstraram que meninos realizam mais AFP (52,3%) do que meninas (43,0%). A proporção de meninos classificados nos níveis "A", "B" e "C" foi 15,8%, 62,2% e 22,0%, enquanto que a de meninas foi 20,4%, 62,7% e 16,9% respectivamente. Para os meninos a AFP não foi associada ao NSE. No entanto, as meninas de maior NSE apresentaram associação significativa com AFP ("B" OR=1,54; "A" OR=1,46). Após ajuste do modelo foi observado que as adolescentes de NSE "B" realizam mais AFP em relação aos de NSE "C" (OR=1,43). De acordo com os resultados, conclui-se que para as meninas o maior NSE está associado com maior prática de AF nos parques públicos, sendo que entre os meninos tal relação não foi identificada. Embora aspectos relacionados à segurança e à prática de AF influenciem nesta relação, neste estudo parece que o NSE entre as meninas é um fator que apresenta grande influência neste hábito.

4784

12

GRUPO CICLOBRASIL/PEDALA FLORIPA: ESTUDOS, EVIDÊNCIAS E AÇÕES SOBRE MOBILIDADE SUSTENTÁVEL EM FLORIANÓPOLIS

GISELLE NOCETI AMMON XAVIER - Universidade do Estado de Santa Catarina

- UDESC

Jeferson Coutinho de Sousa - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC

Roberta Raquel - Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC

Milton Carlos Della Giustina - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC

André Geraldo Soares - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC

O Núcleo de Pesquisa e Extensão Grupo CicloBrasil/Pedala Floripa, municipalidades, universidades e sociedade civil organizada corroboram com políticas de mobilidade sustentável favorecendo inclusão social, melhorias ao meio-ambiente e promovendo saúde. Objetivou-se diagnosticar aspectos de segurança e infra-estrutura referentes à mobilidade ativa em áreas escolares de três projetos (I, II, III), desenvolvidos pelo Grupo CicloBrasil/Pedala Floripa e colaboradores. Aplicou-se questionários, entrevistas, roteiros de observação. Encontrou-se: (I) Caminhar e Pedalar nos bairros de Coqueiros e Abraão: n=4 escolas; trajeto casa/escola/casa 62% realizaram a pé; 1,5% de bicicleta; Escolas localizadas em ruas pavimentadas sem ciclovia e ciclofaixa, com calçadas. Observou-se faixas de pedestres em duas áreas escolares, nenhuma apresentou sinalização vertical, semáforo ou lombada física; (II) Rotas Seguras para a Escola: n=6 escolas; trajeto casa/escola/casa 64% realizaram a pé; 15% de bicicleta; Há infra-estrutura de segurança viária disponível em algumas áreas escolares: sinalização vertical de área escolar, horizontal de faixa de travessia pedestres; (III) Mobilidade Ciclística Inclusão Social: n=2 escolas; trajeto casa/escola/casa 68% realizaram a pé; 16,5% de bicicleta; Apontou a mobilidade ciclística como acessível em curtas e médias distâncias e a falta de estrutura e segurança viária reprimindo demanda de uso. O maior perigo enfrentado pelos escolares nos deslocamentos ativos são o tráfego de motorizados próximo à região domiciliar e escolar e falta de infra-estrutura adequada. Respeitar limites espaciais da cidade, evitando fluxo excessivo de motorizados colabora na inclusão social, melhorias ao meio-ambiente e promove saúde.

4792

13

ANALISE DE EXCESSO DE PESO E OBESIDADE EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES FREQUENTADORES DE BARRA DO SUL-SC

PRISCILLA BERTOLDO SANTOS - UFPR

Carlos André Paes - UFPR

Karini Borges dos Santos - UFPR

Sabrina Ribeiro Jorge - UFPR

Julimar Luiz Pereira - UFPR

A prevalência da obesidade tem aumentado em todas as faixas etárias. A Pesquisa Nacional Saúde e Nutrição feita pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística-2002/2003 mostrou que a frequência de adolescentes que apresentaram excesso de peso foi de 16,7%, sendo 17,9% entre os meninos e 15,4% entre as meninas. O objetivo deste estudo foi identificar a incidência de excesso de peso e obesidade em crianças e adolescentes banhistas de Barra do Sul-SC. Foram avaliados 65 indivíduos de ambos os sexos, sendo 54 meninas e 11 meninos, a faixa etária compreendia de 6 a 17 anos. Foram mensurados peso, estatura, circunferência de cintura e dobras cutâneas para predição da gordura corporal. Para a classificação de excesso de peso e obesidade tomou-se como referência os valores propostos pelo Center for Disease Control and Prevention (CDC). Os resultados encontrados para o IMC foram: entre as meninas, 6 (11,1%) apresentaram excesso de peso, 6 (11,1%) obesidade e 42 (77,7%) foram consideradas normais. Entre os meninos, 1 (9%) apresentou excesso de peso, 4 (36,3%) obesidade e 6 (54,5%) normais. Quando analisadas pelo perfil de gordura corporal, entre as meninas, 1 (1,9%) apresentou obesidade e 3 (5,5%) sobrepeso. Para o grupo de meninos verificou-se 2 (18,2%) em situação de obesidade e 1 (9,1%) na condição de sobre-peso. Observa-se que as condições inadequadas de peso corporal associadas ao sobrepeso e à obesidade se mostrou mais presente entre os indivíduos do sexo masculino, independente quando analisados tendo como referência a gordura corporal ou o IMC. Conclui-se verificando que na população estudada, as condições de sobrepeso e obesidade é mais frequentes entre os homens do que entre as mulheres.

4858

15

MOTIVOS DE ADERÊNCIA A PRÁTICA DA NATAÇÃO

CAROLINE MARIA DE OLIVEIRA - Bom Jesus/IELUSC

Patricia Esther Fendrich Magri - UNIVILLE

Fernanda Cruzetta - UNIVILLE

A natação pode ser praticada por múltiplos objetivos e dentre eles destaca-se segurança em espaços aquáticos, saúde, lazer e competição. Entendendo que ao procurar as aulas de natação para seus filhos, os pais se impulsionam por um motivo que provoca a ação, este estudo se propôs a descobrir quais seriam estes motivos. A pesquisa foi do tipo exploratória descritiva. Foram entrevistados oitenta e quatro pais de alunos com idades entre 10 e 12 anos que responderam a questão: Qual o principal motivo que levou você a matricular seu filho na natação? Alguns dos respondentes apontaram apenas um motivo e outros indicaram vários motivos. Estes foram agrupados por categorias de acordo com a técnica de análise de conteúdo proposta por Rauen(2001). Os resultados indicaram que os pais estão preocupados com a saúde e o desenvolvimento de seus filhos (32,9%), entendem a importância da atividade física e prática esportiva (20,8%) porque seus filhos gostam e tem interesse em aprender a nadar, consideram o projeto uma oportunidade (12%), receberam indicações médicas (7,5%), entendem a natação como parte da educação das crianças (3,7%) e querem incentivar o convívio social (3,1%). Entendendo os motivos que levaram os pais a matricular os filhos nas aulas de natação é possível associar os conteúdos específicos da modalidade aos interesses dos envolvidos. Acredita-se que assim a prática da natação seja incentivada, pois ao serem satisfeitos os motivos iniciais outros podem despertar e garantir a continuidade da prática, tornando a atividade física um hábito para toda a vida. Palavras-chave: motivos, aderência, natação.

4838

14

OS CONHECIMENTOS ACERCA DE ATIVIDADE FÍSICA, SAÚDE E AMBIENTE DOS TRABALHADORES DAS EQUIPES DO PROGRAMA DE SAÚDE DA FAMÍLIA

ELISABETE BONGALHARDO ACOSTA - FURG

Marta Regina Cézar Vaz - Fundação Universidade do Rio Grande

A atividade física é uma das formas de manifestação humana no que se refere ao movimento, é apenas um conteúdo da educação física que compreende a cultura corporal de pessoas e coletivos e se apresenta como um caminho de possibilidades na construção da saúde, que não pode ser vista sem os seus aspectos socioambientais. O presente estudo tem por objetivo principal, identificar os conhecimentos sobre atividade física, saúde e ambiente, através do processo de trabalho das equipes do Programa de Saúde da Família no município do Rio Grande. Foi realizada uma pesquisa de corte transversal orientada por caráter descritivo-exploratório e analítico-quantitativo que estudou os conhecimentos referentes à atividade física, a saúde e ao ambiente das equipes que compõe atualmente o Programa de Saúde da Família (PSF) no município do Rio Grande, buscando uma visão geral dessa realidade. Nessa perspectiva foi construído um questionário contendo dez questões de com quatro alternativas ou mais cada utilizando uma escala crescente de importância com notas de zero a dez, e uma questão aberta. Participaram do estudo 122 trabalhadores. O processo de análise identificou um conhecimento prévio desses trabalhadores sobre atividade física, saúde e ambiente, mas ainda percebe-se um enraizamento de conceitos de natureza biológica, foi possível também visualizar de um programa de saúde pública/coletiva em funcionamento efetivo e conhecer o perfil dos trabalhadores atuantes nesses serviços. Neste sentido a Educação Física pode contribuir para desmistificar alguns conceitos na relação atividade física, saúde e ambiente proporcionando que o trabalhador se concretize como sujeito e conseqüentemente cidadão e ator, cumprindo seu papel.

4862

16

VERIFICAÇÃO DA OCORRÊNCIA DE ACIDENTES E PREPARAÇÃO PARA O ATENDIMENTO DE URGÊNCIA DURANTE A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ORIENTADA POR ACADÊMICOS DO CENTRO DE DESPORTOS – UFSC

MATHEUS EMMANUEL VAN TOL AMARAL GUERRA - Universidade Federal de Santa Catarina

Mária Fermínia Luchtemberg De Bem - UFSC

Elusa Santana Antunes de Oliveira - UFSC

Elio Carlos Petroski - UFSC

Introdução: o conhecimento pode evitar o agravamento da condição de saúde do acidentado. Objetivo: Verificar as ocorrências de acidentes e a preparação para o atendimento de urgência durante a prática de atividades físicas (AF) orientadas por acadêmicos. Metodologia: O estudo foi descritivo do tipo exploratório e utilizou questionários validados e adaptados. A amostra foi intencional composta por 120 acadêmicos da quarta à oitava fase do curso de graduação em Educação Física da UFSC. Utilizou-se para a análise dados a estatística descritiva e o teste do Qui-quadrado, com nível de significância de $p < 0,05$. Os dados qualitativos foram organizados em categorias de análise. Resultados: Participaram 55% do sexo masculino, com média de 22,7 anos de idade ($DP=3,48$), 90,8% era solteira e 7,5% tinha filho. Estão no mercado de trabalho 72,6% dos acadêmicos, 54% na condição de bolsista, 5,8% com carteira assinada e 51% cumpriam jornada de trabalho de 11 a 22 horas semanais. Uma anamnese antes da prática de AF foi defendida por 89,9% dos acadêmicos, havendo uma associação positiva em relação ao sexo masculino ($\chi^2=4,197$; $p < 0,05$). Relataram presenciar situações de emergência (50%) e já sofreram ou assistiram a algum acidente durante a prática desportiva (77,3%). Os principais acidentes observados foram: entorses, câibras e hematomas. Relataram estar preparados para atendimento apenas 39,5%. A principal dificuldade no atendimento foi a falta de conhecimento teórico-prático (73,3%) e os conhecimentos obtidos nas disciplinas não foram suficientes para realizar o atendimento de urgência (73,3%). Conclusão: as disciplinas cursadas, não foram suficientes para garantir a realização de procedimentos de primeiros socorros no local de trabalho.

PÔSTERES 1 – ÁREA TEMÁTICA 11: ESTUDOS DE PRODUÇÃO CIENTÍFICA EM ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE**3578****1****DISTRIBUIÇÃO DOS MOTIVOS DE SEDENTARISMO E ETILISMO ENTRE UNIVERSITÁRIOS PAULISTAS, SEGUNDO GÊNERO**

LUIZ CARLOS DE BARROS RAMALHO - Grupo de Saúde Coletiva/Epidemiologia e Atividade Física - FEF-UNICAMP-Campinas/SP - Brasil.

Marcelo Conte - ESEF-Jundiaí

Aguinaldo Gonçalves - FEF-UNICAMP

Introdução: é amplamente reconhecido que nos dias atuais muitos estudos de Saúde Pública apontam o sedentarismo, bem como uso de bebidas alcoólicas, são relevantes fatores de risco à saúde. Objetivo: identificar associação entre o Nível de Atividade Física (NAF) e etilismo, entre acadêmicos de Sorocaba/SP, segundo gênero. Metodologia: tratou-se de estudo amostral por acessibilidade de alunos, maiores de 18 anos, regularmente matriculados no Uirapuru Superior, Sorocaba, SP, (156 homens e 288 mulheres, com médias de idade de 26,21 + 7,23 e 26,04 + 7,59, respectivamente). O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências Médicas e Biológicas de Sorocaba – PUC/SP, processo no 532, uma vez que todos participantes responderam o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido segundo as normas de pesquisa envolvendo seres humanos. O NAF individual foi identificado pelo IPAQ-versão 8; para caracterizar o etilismo referido aplicou-se questão com resposta binária de livre entendimento (sim ou não). Utilizaram-se medidas descritivas de centralidade e dispersão (média e desvio-padrão) e o teste qui-quadrado para testar as proporções de interesse. Resultados: primeiramente, destaca-se 17,64 % de sedentarismo e predomínio de irregularmente ativo (NAF 3) apresentando diferença estatisticamente significativa entre os estudantes do sexo masculino naqueles que fazem uso de álcool em relação aos demais. Conclusão: a presente investigação revelou elevado grau de sedentarismo e, especificamente, no sexo masculino o consumo do etilismo foi predominante naqueles classificados como NAF 3.

4320**2****INCIDENCIA DE LESÕES EM JOVENS VELEJADORES BRASILEIROS PARTICIPANTES DA COPA DA JUVENTUDE DE VELA**

FÁBIO SPRADA DE MENEZES - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina

Gustavo Ricardo Schutz - UDESC

Alessandro Hauptenthal - UDESC

Caroline Ruschel - UDESC

Suzana Matheus Pereira - UDESC

A iniciação é uma fase importante para o desenvolvimento das habilidades esportivas específicas visando o desempenho futuro dos atletas. No caso da Vela, as competições nessa fase da vida são fundamentais, principalmente, para o desenvolvimento das estratégias de regata. Seguindo essa linha, a Copa da Juventude de Vela é a maior competição de vela esportiva para atletas abaixo de 17 anos do país. Nela competem atletas promissores de todas as partes do país. Por outro lado, a prática esportiva de alto-nível, associada à estrutura músculo-esquelética, ainda em formação, de adolescentes pode gerar maior risco lesivo. O objetivo deste estudo foi avaliar a incidência de lesões em jovens velejadores participantes da Copa da Juventude de Vela. A pesquisa fez parte do projeto "Perfil do Campeão" convênio CENESP/UDESC, e teve aprovação no Comitê de Ética em Pesquisas da UDESC. A coleta foi realizada na Copa da Juventude de Vela na cidade de Ilhabela e os dados foram obtidos através de entrevista estruturada por questionário específico com variáveis fechadas e abertas e índices de validade e clareza satisfatórios. Foram entrevistados dos 29 atletas, sendo 19 do sexo masculino e 10 do sexo feminino, com média de idade de 16,3 anos e média de tempo de prática de 7,4 anos. O segmento mais acometido por lesões foi o joelho com 2 referências, seguido por tornozelo, perna e mão com uma referência cada. Os acometimentos mais frequentes foram os traumas cortantes profundos com 2 casos, e as tendinopatias e entorses com 1 caso cada. Por fim, concluiu-se que a incidência de lesões nos jovens atletas de vela foi pequena em relação à prática de outros esportes na mesma faixa de idade.

4344**3****TEORIA ECOLÓGICA: ANÁLISE DE PERIÓDICOS NA PSICOLOGIA DO DESENVOLVIMENTO**

MARISE BOTTI - Universidade Federal de Santa Catarina

Os programas de apoio à pesquisa oferecidos nas universidades proporcionam respaldos positivos para o aumento da produção e veiculação de pesquisas e estudos científicos. Desta forma, realizar pesquisas que analisem o que está sendo produzido nos campos científicos e como estão sendo veiculados, torna-se essencial para readequar este processo. O objetivo foi realizar um levantamento das publicações científicas referentes à área da Psicologia do Desenvolvimento. O interesse pela área justifica-se por tratar-se do desenvolvimento da criança e sua relação com o ambiente no seu microsistema, abordado pela Teoria Ecológica. Inicialmente fez-se uma busca nos periódicos nacionais nas bases de dados do Portal Capes e nas bibliotecas da Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC. O critério de escolha para as revistas foi conter artigos referentes ao assunto proposto. Somente duas revistas científicas da Educação Física foram encontradas, desta forma, selecionou-se quatro revistas da área da Psicologia, considerando apenas publicações de 2002 à 2006, sendo duas no Portal Capes (Revista Psicologia em Estudo e Revista Estudos e Pesquisas em Psicologia) e duas na Biblioteca Central da UFSC (Revista Psicologia Argumento e Revista Temas em Psicologia). A investigação caracterizou-se como exploratória de caráter descritiva. Como resultados encontraram-se 420 artigos, agrupados em 24 áreas de conhecimento da Psicologia. As áreas mais evidenciadas foram da Psicologia Social, Familiar e Comportamental. Em relação à Psicologia do Desenvolvimento encontrou-se 37 artigos publicados, ou seja, aproximadamente 9% de todas as publicações. Pode-se concluir que, para a temática observada existem poucos estudos disponíveis.

4394**4****AValiação DA FLEXIBILIDADE EM INDIVÍDUOS NÃO PRATICANTES DE PILATES – ANTES E APÓS UMA SESSÃO DO MÉTODO**

TIAGO PAIVA MENANDRO GARCIA DE FREITAS - UDESC

Micheline Henrique Araújo da Luz Koerich - UDESC

Andreza Garrett da Silva - UDESC

A flexibilidade é uma qualidade física integrante da aptidão física para a saúde, sendo importante tanto para o atleta como para o sedentário. Entre as técnicas e métodos para treino de flexibilidade, o método Pilates tem sido indicado por muitos profissionais, embora haja poucas pesquisas comprovando sua eficácia. Este estudo descritivo exploratório teve como objetivo avaliar a flexibilidade dos músculos da cadeia posterior, em indivíduos não praticantes de Pilates, antes e após uma sessão do método. Participaram 26 pessoas de ambos os sexos (15 mulheres e 11 homens), com idade entre 20 e 26 anos (média de 23 ± 1,68 anos), que foram avaliadas antes e após a aula. Para avaliação da flexibilidade utilizou-se dois testes: o de sentar e alcançar (Banco de Wells), cujo os resultados foram medidos em centímetros; e o teste de flexão do quadril com o joelho estendido (em graus), utilizando o goniômetro. A sessão teve duração de 45 minutos e foi composta por 11 exercícios em solo utilizados nas aulas de Pilates. Os resultados demonstraram aumento significativo no teste de sentar e alcançar (Banco de Wells), média de 2,58 ± 1,34 cm; e aumento significativo na flexão do quadril com o joelho estendido (médias de 9,23 ± 5,19° e 9,21 ± 3,99°, para as pernas direita e esquerda respectivamente). Através deste estudo concluiu-se que com uma sessão do método, pode-se obter aumento da flexibilidade da cadeia posterior.

4398

5

PROGRAMA DE EDUCAÇÃO TUTORIAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA: INDISSOCIABILIDADE ENTRE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO DIRECIONADA PARA A ATIVIDADE FÍSICA

JARINA GOMES GABILAN - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
 Caroline Silva de Oliveira - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
 Claudia Aparecida Stefane - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
 Leonardo Liziero - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
 Fernanda Karolline de Oliveira Guimarães - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul

O Programa de Educação Tutorial (PET) é um programa vinculado à Pró-Reitoria de Graduação que atua a partir do desenvolvimento de ações coletivas em caráter interdisciplinar. O grupo PET Educação Física (PET-EF) da UFMS foi criado em 2006 e é composto por um tutor (docente) e 8 acadêmicos do curso de licenciatura em Educação Física da UFMS. Dentre os objetivos do programa estão o de estimular ação em grupo e dedicação ao curso; desenvolver capacidade de trabalho em equipe e facilitar a percepção da realidade coletiva e do compromisso social. O PET-EF direciona suas ações, este ano, para o eixo temático das atividades físicas, visto que esta é preconizada fortemente pela mídia e recebe apoio das áreas do conhecimento em relação à qualidade de vida e saúde. O grupo atua na indissociabilidade de ensino, pesquisa e extensão. Os petianos por meio de seus projetos devem apresentar iniciativa e autonomia na proposição, organização e atuação em atividades físicas junto à comunidade interna e externa. Desde sua criação, o PET desenvolveu seminários e ciclos de estudos, pesquisas como "Levantamento e mapeamento dos espaços para atividade física em Campo Grande/MS" e ações de extensão como Gincana de Recepção aos Calouros; Jogos Universitários Intercampi; Dança de Salão, Dança do Ventre e o Programa Atividades Físicas no qual estão inseridos os projetos de Futsal Feminino, Reabertura da sala de musculação da UFMS, Natação e Voleibol para ambos os sexos. Nesta direção é que as experiências do PET oferecem aos acadêmicos domínio de conhecimentos e competências que permitem atingir os objetivos propostos e conscientizar a sociedade sobre os benefícios físicos, psicológicos e sociais que a atividade física pode proporcionar.

4516

7

UM OLHAR EPISTEMOLÓGICO SOBRE A PRODUÇÃO CIENTÍFICA DO MESTRADO DE EDUCAÇÃO FÍSICA/UFSC/2006

JULIO CESAR SCHMITT ROCHA - Universidade Federal de Santa Catarina
 Ricardo Lucas Pacheco - UFSC
 Angela Maria Benedet - SED/SC
 Marli Teresinha da Silva - SED/SC
 Antônio Pereira Fialho - UFSC

Este estudo de caráter exploratório se propôs a caracterizar e contextualizar a epistemologia presente na produção científica do Mestrado em Educação Física / UFSC/2006. Foi organizado em duas seções: a primeira se ocupou sobre as questões epistemológicas inseridas na Educação Física, seu "status científico", a pesquisa como forma do conhecimento e nela o método como forma do fazer, sob as abordagens quantitativa e qualitativa. A segunda, a partir da análise de quatorze (14) dissertações, onde nove (9), foram qualificadas na abordagem empírico-analítica e cinco (5) na fenomenológica-hermenêutica, sob a ótica do nível técnico, teórico e epistemológico (pressupostos lógico-gnosiológicos e ontológicos). Confirmou-se que a abordagem empírico-analítica (quantitativa), utilizou-se de levantamentos, pesquisa amostral, de mercado, de opiniões. Mensurando opiniões, reações, hábitos, atitudes por meio de amostras estatisticamente comprovadas, preservando a neutralidade do pesquisador. As amostras são aleatórias ou por cotas (extratos pré-definidos de sexo, idade, classe social, região, etc.). A abordagem fenomenológica-hermenêutica (qualitativa) se caracterizou por ter como fonte direta de dados, o ambiente natural. Identificou-se a utilização de mais de uma técnica para coleta, (entrevista, observação sistemática, categorias de análise) com predomínio da forma descritiva na apresentação. O pesquisador é tido como principal instrumento, que reconhece a influência do contexto e seus significados. Este trabalho possibilitou-nos questionar a visão sobre a aquisição de conhecimentos, apontando para diferentes formas de pensar e perceber a realidade, gerando uma sensação de descaminho e instabilidade do que imaginávamos saber.

4415

6

INCIDENCIA DE LESÕES NOS JOGOS DA UNIVERSIDADE DO ESTADO DE SANTA CATARINA – JIUDESC – 2006

MARCOS PRADO BARBOSA - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Bruno Seara Polidoro - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Manuela Karloh - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Paulo Roberto Cerutti - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Fábio Sprada de Menezes - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina

Os Jogos universitários são competições que têm como funções primordiais o engrajamento e a reunião entre alunos de diferentes cursos e o estímulo da prática desportiva. Porém, o sentimento de competição e a busca por resultados podem trazer consigo o aparecimento de lesões. O objetivo deste estudo foi avaliar a incidência de lesões nos Jogos Internos da Universidade do Estado de Santa Catarina - JIUDESC – 2006. A pesquisa foi descritiva e os dados foram obtidos nas avaliações e evoluções realizados pela Equipe de Fisioterapia dos jogos, tendo aprovação prévia do Comitê de Ética em Pesquisas da UDESC. Foram atendidos 71 atletas, sendo 50 homens e 21 mulheres, com média de idade de $21,35 \pm 3,07$ anos. A modalidade com maior frequência de lesões foi o handebol com 22 ocorrências, seguida pelo futsal com 19, pelo voleibol com 11 e rúgbi com 7 casos. As lesões mais comuns foram as contraturas e as luxações/subluxações ambas com 17 ocorrências, as entorses com 14, as contusões/trauma direto com 12, e as bursites e tendinites com 7 casos. Os segmentos mais acometidos foram o tornozelo com 12 referências, a coxa com 11, mãos e dedos também com 11, joelho com 10, a coluna cervical com 6, a coluna lombar com 5 e ombro com 5 casos. Concluiu-se que grande parte dos atletas lesionados foram homens com pouco mais de 20 anos. O esporte mais lesivo foi o handebol, sendo as contraturas, luxações e entorses as lesões mais comuns. O segmento corpóreo mais lesado foi o tornozelo.

4524

8

AFERIÇÃO DE ATIVIDADE FÍSICA EM CRIANÇAS DE 7 A 10 ANOS – AVALIAÇÃO DE QUESTIONÁRIOS

FERNANDA CRUCIANI - Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo - FSP/USP
 Nathalia Antiquiera Assunção - Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo
 Denise Pimentel Bergamaschi - Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo

Aspectos metodológicos envolvidos na mensuração de atividade física têm sido cada vez mais requisitados em pesquisas na área de ciências da saúde. O grupo etário de 7 a 10 anos, menos contemplado que as demais idades, não possui questionário brasileiro validado. O objetivo deste estudo foi descrever características de questionários validados para esta faixa etária. Realizou-se revisão bibliográfica criteriosa em bases de dados eletrônicas que incluía elaboração de estratégia de busca ampla. Foram considerados questionários que abrangessem idades de 7 a 10 anos, com propriedades psicométricas testadas. O estudo destes enfocou a faixa etária, o tipo e forma de administração, o local de origem e a duração. Foram reconhecidos 149 estudos nas bases Pubmed, LILACS e Sports Discuss, que resultaram em 17 questionários: 9 voltados para idades de 7 a 11 anos; 3 para 7 a 19 anos; 4 para 10 a 16 anos e 2 para menores de 8 anos. 13 foram elaborados nas Américas (Estados Unidos – 10; Canadá – 2; México - 1) e os demais, na Europa e Oceania (Estônia, Holanda, Austrália e Moçambique). Destes, 16 eram recordatórios de 1 a 7 dias e somente 1 avaliava preferência e traços comportamentais; 12 eram auto-preenchidos, 3 eram aplicados por meio de entrevista e 2 preenchidos pelos pais/professores. Para o tempo de mensuração observou-se avaliação cobrindo períodos de 1, 5 e 7 dias, mês anterior e sem tempo específico. Apesar da heterogeneidade dos aspectos avaliados e da ausência de avaliação concomitante do tipo, da frequência, da intensidade e duração da atividade física, foi possível identificar um instrumento que pode ser utilizado para aferição nesse segmento populacional, o qual deverá passar pelo processo de adaptação transcultural.

4528

9

LESÕES OSTEOARTICULARES E A ESCALA VISUAL ANALÓGICA DA DOR EM ATLETAS DAS DIFERENTES MODALIDADES DESPORTIVAS ATENDIDAS PELA CLÍNICA DE FISIOTERAPIA DA FACULDADE ESTÁCIO DE SÁ DE SANTA CATARINA

EDUARDO ROBERTO VICTORINO DE MOURA - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina

Giuliano Mannrich - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina

Érica Mota de Oliveira - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina

Fábio Sprada de Menezes - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina

Os esportes competitivos, atualmente, apresentam um nível intenso de treinamentos, que associado ao pouco tempo para recuperação entre jogos e competições pode levar atletas a lesões, em diferentes segmentos do corpo. Normalmente, as estruturas acometidas por problemas ortopédicos são articulações, músculos e tendões. Os acometimentos podem gerar quadros dolorosos como limitação da amplitude de movimento e perda de força, fato que culmina com o afastamento das atividades atléticas. A fisioterapia desportiva tem como principais metas a diminuição dos efeitos sintomáticos das lesões e o restabelecimento do desempenho esportivo. O objetivo do estudo foi verificar os tempos de redução da dor em diferentes tipos de lesões nos atletas, de diferentes modalidades, atendidos pela Clínica de Fisioterapia da FESSC. Essa pesquisa descritiva foi aprovada no Comitê de Ética da Instituição. Para a coleta foi realizada uma investigação nos prontuários dos atendimentos realizados pela equipe de fisioterapia desportiva da FESSC. Durante os atendimentos, para a obtenção dos dados relacionados com a dor, utilizou-se uma Escala Visual Analógica de Dor (0 à 10). Foram avaliados 20 atletas, sendo 12 homens e 8 mulheres, com idades entre 13 e 30 anos, de diferentes esportes. Foi observado um comportamento distinto e característico da dor de acordo com o tipo de lesão (articular, tendínea, muscular). Notou-se que a dor muscular é a primeira a desaparecer com média de 13 atendimentos, seguida pela dor articular com média de 35 atendimentos e por último a dor tendínea com média de 40 atendimentos. Por fim, concluiu-se que para cada lesão existe um tempo distinto de melhora da dor e que a dor muscular é, das avaliadas, a de mais rápido tratamento.

4546

11

PROCESSO DE INTEGRALIZAÇÃO E FORMAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

JORGE DIAS LUZ - UFSC

Sidney F. Farias - UFSC

Fabia Rosa - UFSC

Maria A. Frigo - UFSC

Com o objetivo de conhecer o processo de formação e integralização em educação física efetuou-se o presente estudo. Como metodologia, utilizou-se um estudo descritivo exploratório com indicações de análise de conteúdo. Foram analisadas em dois momentos 40 planilhas de histórico escolar dos formandos do curso de Educação Física da UFSC no segundo semestre de 2006. Em primeiro estância, classificou-se por região de origem e tempo para integralização do curso. Em segundo momento, através da observação das notas obtidas nas disciplinas de cunho básico: anatomia humana, fisiologia humana e adaptações orgânicas ao exercício, comparou-se origem e dedicação ao curso. Como resultado, verificou-se que 50% eram naturais de Florianópolis ou Grande Florianópolis, outros 20% eram de cidade do interior catarinense e 30% originários de outros estados. Em relação ao tempo para integralização, verificou-se que os nascidos no interior de Santa Catarina, necessitaram de menor número de semestres para conclusão do curso, seguidos pelos nascidos em outros estados e naturais de Florianópolis e região. Na segunda análise, constatou-se que os alunos oriundos do interior do estado apresentaram médias superiores nas disciplinas analisadas quando comparados aos demais. Em conclusão, verificou-se que os alunos nascidos em Florianópolis foram os que mais tardaram para integralização do curso e detinham as menores notas dentre os observados, enquanto os oriundos do interior do estado necessitaram de menor número de semestres e obtiveram melhores notas na comparação geral.

4532

10

LEVANTAMENTO BIBLIOGRÁFICO CRITERIOSO PARA REVISÃO SISTEMÁTICA DE QUESTIONÁRIOS DE AVALIAÇÃO DE ATIVIDADE FÍSICA

NATHALIA ANTIQUEIRA ASSUNÇÃO - Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo

Fernanda Cruciani - Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo

Denise Pimentel Bergamaschi - Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo

A literatura científica aponta, de modo enfático, a relação entre obesidade infantil e ausência de atividade física. Esta pode ser aferida por métodos subjetivos tais como questionários. No Brasil existe carência de questionários validados na faixa etária de 7 a 10 anos. Apresenta-se neste estudo os passos metodológicos necessários para um levantamento criterioso envolvido em uma revisão sistemática. Este procedimento se contrapõe à forma tradicional (não sistemática) de levantamentos que normalmente se baseiam nas referências de artigos já selecionados ou em buscas não sistemáticas em bases de dados sem assegurar, ao investigador, a extensão da mesma. O processo inicia-se com a escolha de palavras-chave, identificação das bases de dados, definição da estratégia de busca com possibilidade de ampliação e restrição por meio de operadores booleanos, especificação do campo de localização de palavras-chave (título, assunto, resumo), documentação das buscas, arquivamento dos artigos encontrados em gerenciador de referências, eliminação de duplicatas e análise de qualidade com base em critérios pré-estabelecidos. O levantamento bibliográfico sistemático tem como vantagens permitir ao investigador plena reprodução da busca realizada, conhecimento sobre seu escopo e confiança sobre a inclusão de boa parte dos trabalhos publicados sobre o tema de interesse.

4626

12

CONCEPÇÃO DA SOCIEDADE ACERCA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA E SUA IMPORTÂNCIA NO CONTEXTO SOCIAL

LUCIANA PEREIRA MIRANDA - Universidade Estadual de Montes Claros

Karine Barbosa Queiroz Lessa - Faculdades Unidas do Norte de Minas

Igor Raineh Durães Cruz - Instituto de Educação Verde Norte

Amário Lessa Junior - Universidade Estadual de Montes Claros

Geraldo Magela Durães - Universidade Estadual de Montes Claros

O papel do profissional de Educação Física começa a ser pensado como sinônimo de saúde física e mental (forma disciplinar voltada ao "corpo biológico"). O campo de atuação do profissional de Educação Física é extremamente amplo e isso dificulta a sua compreensão por parte da população. Assim o objetivo deste trabalho é identificar a concepção da sociedade de Montes Claros acerca do Educador Físico e sua importância no contexto social e correlacionar com as demais profissões da área da saúde. Para isso realizou um estudo descritivo adotando a pesquisa de campo como meio de coleta de dados, aplicando um questionário 383 habitantes (com uma média de idade 27,64 anos, sendo que 47% possui o ensino médio completo) sendo escolhidos de forma estratificada e distribuídos em 12 pólos regionais como base no mapa de territorialização da cidade de Montes Claros - MG. Os resultados mostraram que a população conferiu ao educador físico o nono lugar no que confere a promoção da saúde e classificando profissões da área humanas como promotores da saúde, este resultado ser considerado que o profissional possui uma baixa na importância na concepção da sociedade. Através das respostas apresentadas até então, é possível inferir que a sociedade reconhece a importância da atividade física em seus diversos aspectos, contudo evidencia-se uma desvalorização do profissional da área. Conclui-se que uma grande parcela dos entrevistados não conhecem as funções de um profissional de Educação Física. O que pode representar que o campo de intervenção deste profissional no âmbito social não tem sido significativo a ponto de ser conhecido por todos, se tornando este um dos fatores limitadores do reconhecimento do profissional perante a sociedade.

4653

13

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ACADÊMICOS DO PRIMEIRO SEMESTRE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

BEATRIZ DOS SANTOS CAVALCANTE - Universidade Federal do Ceará
Camila Façanha Freitas - Universidade Federal do Ceará
Luiz Vieira da Silva Neto - Universidade Federal do Ceará
Evanice Avelino de Souza - Universidade Federal do Ceará
Valter Cordeiro Barbosa - Universidade Federal do Ceará

Nos últimos anos, a inatividade física tem ganhado espaço na literatura como um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento de diversas doenças crônicas, fato esse que atualmente, é considerado um grande problema em termos de saúde pública. Nestas perspectivas, buscou-se investigar o nível de atividade física em acadêmicos recém ingressados ao curso de Educação Física da Universidade Federal do Ceará - UFC. A pesquisa teve um caráter descritivo e transversal, foi realizada em 40 acadêmicos recém ingressados no curso de Educação Física da Universidade Federal do Ceará, compreendendo a faixa etária entre 17 e 36 anos de idade, sendo 28 do sexo masculino e 12 do sexo feminino. A amostra foi selecionada à medida que as pessoas chegavam para efetuar suas matrículas e a coleta de dados foi realizada em Fevereiro de 2007. O instrumento utilizado para verificar o nível de atividade física foi o questionário International Physical Activity Questionnaire (IPAQ- versão curta), e para análise dos dados, o software Statistical Package for Social Sciences (SPSS 13.0). Observou-se que 47,5% dos estudantes encontram-se insuficientemente ativo e 40% apresentam-se ativos. Também foi verificado que nenhum acadêmico ficou classificado como muito ativo e 12,5% da amostra encontram-se sedentários. Quanto ao nível de atividade física entre os gêneros, não foi verificado diferença significativa. Conclui-se que a maioria dos acadêmicos não encontra-se sedentários. Entretanto, a prática regular de atividade física deve ser mais estimulada para melhora da saúde e qualidade de vida dos acadêmicos.

4676

15

EFICIÊNCIA DE DIFERENTES EXTRATOS PROTÉICOS PARA GANHO DE PESO EM RATOS SUBMETIDOS A UM TREINAMENTO FÍSICO

LOUISE FARAH SALIBA - Pontifícia Universidade Católica
Murilo Reffo Filho - Pontifícia Universidade Católica do Paraná

Diferentes extratos protéicos têm sido utilizados para promover a síntese protéica após o exercício. O objetivo do estudo foi comparar a eficiência entre extratos protéicos em ratos suplementados pós-treino. O experimento foi realizado com 30 ratos machos da raça Wistar recém desmamados divididos em seis grupos (albumina, caseína, soja, soro do leite, controle e jejum pós-treino). Os grupos foram submetidos duas vezes por semana à natação, com três séries de resistência máxima, durante cinco semanas. Após o exercício cada grupo recebeu 20 gramas de ração, onde os grupos suplementados receberam 10 gramas de ração padrão e 10 gramas de seus respectivos extratos protéicos, o grupo controle recebeu 20 gramas de ração padrão e o grupo jejum pós-treino não recebeu ração durante duas horas pós-treino. Foi avaliado o peso médio dos grupos antes e ao final do experimento e o percentual de ganho de peso. Para verificar a existência de diferença significativa utilizou-se o teste não paramétrico de Kruskal Wallis e para identificação dos grupos que diferiram utilizou-se o teste não paramétrico Mann Whitney ($p < 0,05$). Houve diferença estatisticamente significativa somente no peso médio final dos grupos albumina e soro do leite em comparação ao grupo jejum pós-treino. Entre os extratos protéicos avaliados o soro do leite e a albumina foram os mais eficientes para o ganho de peso quando comparados ao jejum pós-treino, evidenciando a importância da alimentação após o exercício para o ganho de peso.

4665

14

COMPARAÇÃO ENTRE A SUPLEMENTAÇÃO DE CARBOIDRATO COMERCIAL E XAROPE DE GUARANÁ NA GLICEMIA DE ATLETAS

CAROLINA AMÂNCIO LOULY CAMPOS - Centro Universitário UniEURO
Paulo Fernando Araújo Souza - Universidade Católica de Brasília

Os carboidratos são nutrientes importantes para o corpo humano são eles que vão dar energia vital para realização do exercício. Este trabalho visa comparar o efeito glicêmico do carboidrato comercial e do xarope de guaraná, um produto mais barato, durante o exercício físico. Nove atletas de atletismo do sexo masculino, responderam a um questionário onde foi avaliado seus consumos energéticos diários. No dia do estudo o desjejum dos indivíduos foi padronizado, foram incentivados a correr por 1h em uma esteira, numa velocidade entre 16 a 18 Km/h, estando todos entre 70 a 80% do VO2máx. Estavam divididos em 3 grupos, GUA, CHO e CON com 8% de Guaraná, Carboidrato Comercial e Adoçante respectivamente. As medidas glicêmicas foram realizadas 30 minutos antes do início do exercício, 30 min durante exercício, 60 min termino do exercício e 30 min após o término do exercício. A glicemia de 30 minutos após o término do exercício foi significativamente maior no grupo CHO ($110,3 \pm 9,07$ mg/dl) e GUA ($124,0 \pm 8,48$ mg/dl) comparadas com o Controle ($71,0 \pm 7,55$ mg/dl). Não houve diferença nas médias glicêmicas entre o grupo CHO e GUA em nenhum dos tempos de suplementação. Foi demonstrado que o Xarope de Guaraná, um produto dezenas de vezes mais barato, não apresentou diferença significativa no índice e no comportamento glicêmico com relação ao CHO comercial.

4717

16

ANÁLISE DA POSTURA ORTOSTÁTICA NA PATINAÇÃO ARTÍSTICA SOBRE RODAS: UM ESTUDO DE CASO

KARINE DA CRUZ COUTO - Universidade Luterana do Brasil
Anneliese Schonhorst Rocha - Universidade Luterana do Brasil
Osvaldo Donizete Siqueira - Universidade Luterana do Brasil

A patinação artística sobre rodas é um esporte no qual o centro de equilíbrio do atleta fica alterado devido à presença dos patins e a sua forma de promoverem locomoção. Em consequência, o patinador necessita modificar a sua postura para manter-se em pé ao executar os movimentos, o que pode gerar, ao logo do tempo, havendo grande frequência e carga horária excessiva nos treinos, alterações posturais, se comparadas à postura ortostática padrão proposta na literatura. O presente estudo de caso buscou verificar se existiam tais alterações e os motivos que podem levar às mesmas, através de uma análise postural ortostática aplicada conforme o protocolo de Kendall et al. (1995). Um patinador campeão de alto nível foi posicionado, com as devidas demarcações, em um posturógrafo, momento em que foram realizadas fotografias para uma análise posterior, visando detectar as possíveis alterações posturais. Para tanto, aplicou-se um modelo de análise utilizado pelo Núcleo de Pesquisa de Reeducação Postural da Universidade Luterana do Brasil. A seguir, os resultados foram associados aos movimentos fundamentais e técnicos da patinação artística, os quais se traduziram por alterações posturais dentre as que podemos citar: pés abduzidos, evertidos e joelhos flexos, postura adotada possivelmente para que se possam coordenar os movimentos durante o deslizamento; pelve em antepulsão e anteversão, hiperlordose e protração da cabeça, que parecem estar relacionadas com o deslocamento do centro de equilíbrio para frente, e são alterações necessárias para a manutenção da estabilidade durante o ato de patinar. Concluiu-se então, que essas alterações provavelmente possam estar relacionadas ao treinamento excessivo na patinação artística.

4794

17

PICO DE VELOCIDADE OBTIDO NO TESTE PROGRESSIVO INTERMITENTE COM PAUSAS EM JOGADORES DE FUTSAL

TIAGO CETOLIN - Faculdade da Serra Gaúcha

Daniel Vist - Faculdade da Serra Gaúcha – Caxias do Sul – RS

Juliano Fernandes da Silva - Universidade Federal de Santa Catarina

Luiz Guilherme Antonacci Guglielmo - Universidade Federal de Santa Catarina

Valdecir Foza - Faculdade da Serra Gaúcha – Caxias do Sul – RS

O teste intermitente com pausas, denominado TCar, tem sido amplamente utilizado para a avaliação da potência aeróbia de atletas em esportes intermitentes, contudo, parece haver a necessidade de estabelecer algumas alterações específicas no modelo do TCar para uma maior aproximação das ações motoras exigidas no futsal. O objetivo do presente estudo foi determinar e comparar o pico de velocidade (PV) obtido no teste TCar normal e no TCar modificado. Participaram oito sujeitos pertencentes à categoria júnior de uma equipe de futsal participante do campeonato gaúcho de 2006 (19±0,5 anos, 71,8±7,1 kg e 174±6cm). Para a determinação do PV, os jogadores foram submetidos ao teste TCar realizado na quadra, constituído de multi-estágios de 12s de corrida de ida e volta, com pausas de 6s. A distância inicial foi de 15m com incrementos de 1m (0,6km.h⁻¹) a cada 90s. A velocidade inicial foi de 9km.h⁻¹ sendo ritmada por sinais sonoros. O TCar modificado foi elaborado em forma de "Z", em que a parte central apresentava 7m e as duas extremidades 4m cada. A velocidade inicial foi de 9km.h⁻¹, com incrementos de 0,6km.h⁻¹ a cada 90s (0,5m em cada extremidade) até a exaustão voluntária. Foram empregados a estatística descritiva e o teste "t" de Student para amostras dependentes. Foi adotado um nível de significância de p<0,05. No TCar normal o grupo apresentou um PV de 14,2±1,0km.h⁻¹, enquanto que no TCar modificado o PV foi de 14,9±1,1km.h⁻¹, apresentando diferença significativa. Pode-se concluir que o grupo apresentou um maior PV no TCar modificado em relação ao TCar normal, podendo estar relacionado com a especificidade da modalidade. Contudo, recomenda-se uma ampliação desta base de dados, para que os resultados possam ser confirmados.

4835

19

ANÁLISE CINEMÁTICA DE MEMBROS INFERIORES NO EXERCÍCIO DE AGACHAMENTO EM TRÊS DIFERENTES NÍVEIS: COMPARAÇÃO ENTRE GÊNEROS

BRUNO AGUILERA TOPPINI - Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Maithe Cardoso de Araújo - Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Gustavo Leporace - Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Jomilto Praxedes - Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Luiz Alberto Batista - Universidade do Estado do Rio de Janeiro

O exercício de agachamento é usado em academias, no meio esportivo e na reabilitação de lesões do joelho. É comum a utilização de apoios sob os pés, para facilitar a execução do movimento e para o aprimorar o equilíbrio e o treinamento. Contudo, pouco se sabe sobre as conseqüências advindas da sua prática. O grau de inclinação e a validade do método ainda necessitam de comprovação. Dez indivíduos, 5 homens (H) (23,4 ± 3,6 anos; 73,5 ± 3,5kg; 174,8 ± 9,2cm) e 5 mulheres (M) (21 ± 1,3 anos; 56,3 ± 3,6kg; 164,8 ± 4,0cm), participaram voluntariamente deste estudo, que tem o objetivo de examinar o comportamento de membros inferiores (MI), durante o agachamento em três níveis (N1=0°, N2=15°, N3=25°). Nenhum apresentou lesão ou limitação conhecida nos MI até a ocasião. Seus movimentos foram filmados para análise no software Dgeeme, versão 1.0. O tratamento estatístico foi feito utilizando-se o software GraphPad Prism® (Versão 4.01), teste de Kolmogorov Smirnov para determinar a normalidade dos dados, ANOVA One Way (p<0,05) e Post Hoc Tuckey para verificar diferenças nos dados cinemáticos entre os três níveis. A análise dos dados mostrou que, nos H, as angulações do joelho (J), quadril (Q) e tornozelo (T) aumentaram com o aumento de N em ambas as fases. Para as M, a angulação de Q diminuiu de N1 para N2 e aumentou de N2 para N3 em ambas as fases; a angulação de J aumentou com o aumento de N em ambas as fases; e a angulação de T diminuiu com o aumento de N na fase excêntrica, ocorrendo o inverso na fase concêntrica. Isto indica que ocorre um padrão no movimento tanto em H quanto em M, mas que é diferente entre os dois gêneros.

4817

18

EFEITOS DA FACILITAÇÃO NEUROMUSCULAR PROPRIOCEPTIVA (FNP) NA INDEPENDÊNCIA FUNCIONAL DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS NA CASA DE REPOUSO RENASCER DE SÃO JOSÉ

ÉRICA MOTA DE OLIVEIRA - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina

Rita de Cassia Clark Teodoroski - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina

Eduardo Roberto Victorino de Moura - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina

A Organização Mundial da Saúde (1990) define qualidade de vida como a percepção do indivíduo quanto a sua posição na vida, sendo que esta pode ser afetada por aspectos psicológicos, espirituais, físicos e inclusive nível de independência. Para os idosos, a qualidade de vida está envolvida principalmente com o nível de independência funcional. No entanto, estudos revelam que idosos institucionalizados em casas de repouso apresentam maior dependência funcional do que idosos domiciliados em residências familiares. O objetivo deste estudo foi avaliar o grau de independência funcional para a realização das atividades da vida diária dos idosos institucionalizados na Casa de Repouso Renascer de São José. Para a coleta dos dados foi realizada uma avaliação funcional através de uma ficha de avaliação funcional elaborada pelos pesquisadores e validada por fisioterapeutas e o questionário de qualidade de vida SF-36. Foram avaliados 4 idosos com a faixa etária entre 72 e 82 anos, selecionados de modo intencional. Após avaliação, foram realizados 20 atendimentos de fisioterapia utilizando a técnica da Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva (FNP). Encontrou-se como resultado a melhora significativa do grau de independência funcional, sendo que dos três idosos que apresentavam grau moderado de dependência, apresentaram ao final dos atendimentos um grau leve. Um dos idosos, que apresentou grau máximo de dependência funcional, passou ao grau moderado. Com isso, ficou evidente que a técnica de FNP apresentou satisfatória resposta na reabilitação desses idosos institucionalizados, melhorando a amplitude de movimento, grau de força muscular, independência funcional e principalmente a qualidade de vida dos mesmos.

4865

20

TEMPO DE SUSTENTAÇÃO NO PICO DE VELOCIDADE EM ATLETAS DE FUTSAL FEMININO

JULIANO FERNANDES DA SILVA - Universidade Federal de Santa Catarina

Francimara Budal Arins - Universidade Federal de Santa Catarina

Paulo César Nascimento - Universidade Federal de Santa Catarina

Luiz Guilherme Antonacci Guglielmo - Universidade Federal de Santa Catarina

Rosane Carla Rosendo da Silva - Universidade Federal de Santa Catarina

O pico de velocidade (PV) é uma medida indireta utilizada para mensurar a potência aeróbia em testes de campo. Além disso, o tempo de sustentação na intensidade do PV (TSPV) fornece informações relativas à capacidade anaeróbia. O objetivo do presente estudo foi verificar o TSPV em atletas universitárias de futsal feminino que disputaram os 51º Jogos Universitários Catarinenses (JUC's). Participaram seis atletas (19,8±0,7 anos, 56,58±5,76 kg, 161,77±4,95 cm, 21,27±2,68 %GC) que foram submetidas ao teste intermitente TCar, constituído de multi-estágios de 12s de corrida de ida e volta, com pausas de 6s. A distância inicial foi de 15m com incrementos de 1m (0,6km.h⁻¹) a cada 90s. A velocidade inicial foi de 9km.h⁻¹ sendo ritmada por sinais sonoros. A frequência cardíaca (FC) foi obtida no final de cada estágio com freqüencímetro Polar (modelo S610i). Após intervalo de 72 h foi realizado um teste com carga retangular até a exaustão, com dinâmica semelhante ao TCar, para determinação do TSPV. O teste foi precedido por aquecimento de 5 min a 60% do valor de PV alcançado pela atleta no TCar. Foi utilizada a estatística descritiva para análise dos dados. No TCar o grupo apresentou FCmáx de 205±11 bpm, correspondendo a 102,56±5,29 % da FCmáx predita pela idade. O PV foi de 13,9±0,6 km.h⁻¹, enquanto o TSPV foi 6,5±2,06 min, valores que estão de acordo com os relatados na literatura. O tempo de sustentação em alta performance é essencial em esportes com substituições ilimitadas como o futsal. Assim, o tempo que a atleta permanece em quadra pode ser determinado por condições técnicas e táticas e também pela sustentação de rendimento físico em alta intensidade.

16 DE NOVEMBRO – MANHÃ – TEMAS LIVRES

SALA GOIABEIRA – ÁREA TEMÁTICA 3: ESTILO DE VIDA E QUALIDADE DE VIDA

4349

001

PERFIL DO ESTILO DE VIDA DE DIABÉTICOS DA CIDADE DE DOIS VIZINHOS – PARANÁ

JOIE DE FIGUEIREDO NUNES - Faculdade Educacional de Dois Vizinhas- FAED/ UNISEP

Franciele Dalmagro Carlotto - FAED

O Diabetes Mellitus é uma doença que é muito influenciada pelo estilo de vida do portador. Assim, este estudo objetivou verificar o perfil do estilo de vida de indivíduos portadores do Diabetes Mellitus moradores do município de Dois Vizinhas-PR. Participaram dessa pesquisa descritiva 120 diabéticos com média de idade de $62,06 \pm 11,53$ anos, cadastrados na Secretária Municipal de Saúde da cidade de Dois Vizinhas, selecionados por conveniência dentre aqueles que voluntariamente aceitaram fazer parte do estudo. Os dados foram coletados por meio do questionário "Perfil do Estilo de Vida Individual" (Nahas, Barros e Francalacci, 2000). Os dados foram analisados qualitativamente e por meio da estatística descritiva, média e desvio padrão. Numa avaliação geral, a maioria apresentou estilo de vida satisfatório. Analisando cada componente individualmente observou-se que em relação à "Nutrição", a maioria dos indivíduos foi classificada com perfil satisfatório (59,16%). Quanto à "Atividade Física", o componente obteve perfil insatisfatório. Nos demais componentes: "Comportamento Preventivo", "Relacionamento Social" e "Controle do Stress", a maioria dos indivíduos apresentou perfil satisfatório. O componente com melhor classificação foi o "Comportamento Preventivo", no qual 73,33% dos indivíduos apresentaram perfil satisfatório. Já o componente "Atividade Física" apresentou o pior resultado com 66,67% dos diabéticos com perfil insatisfatório. Esses resultados apontam para a importância de se criar estratégias de estímulo e adesão dos diabéticos em programas de exercícios físicos regulares, através da implantação de palestras e programas específicos que atendam a esta população, incentivando um estilo de vida ativo e saudável.

4782

003

PERCEPÇÃO DE SAÚDE E ATIVIDADES DE VIDA DIÁRIA DE PESSOAS COM SÍNDROME DE DOWN

ALEXANDRE CARRICONDE MARQUES - UFPel

Daniel Garlipp - UFRGS

Gabriel Bergmann - UFRGS

Thiago Lorenzi - UFRGS

Adroaldo Cesar Araujo Gaya - UFRGS

A busca da qualidade de vida tem sido uma constante na maioria das propostas sociais modernas. Em razão do aumento das oportunidades de educação, lazer, emprego e inclusão, a qualidade de vida das pessoas com Síndrome de Down (SD) tem mudado ao longo das últimas décadas. O objetivo deste estudo foi descrever o nível de prontidão para as atividades de vida diária, a percepção de saúde e o nível de alfabetização de pessoas com SD. Participaram do estudo 1.093 pessoas com SD de ambos os sexos, com idades entre sete e 63 anos. Utilizou-se na coleta de dados um questionário simplificado respondido pelos pais ou responsáveis. A amostra foi dividida em seis grupos de idade (7 a 10; 11 a 15; 16 a 20; 21 a 30; 31 a 40 4 > de 40). De acordo com o sexo 711 (55,3%) eram homens e 574 (44,7%) mulheres. As atividades de vida diária (AVDs) são realizadas com um bom nível de independência e autonomia, entretanto nas idades extremas há uma maior dificuldade para realização das mesmas. A percepção de saúde e a saúde física e mental do grupo é considerada boa. O nível de alfabetização foi de 11% (107) apresentando uma melhora em relação a outros estudos. Os adultos mais velhos (> de 40 anos) apresentaram os menores índices (4.1%), enquanto que a categoria de 16 a 20 anos os índices foram de 17,9% de alfabetizados. Observaram-se associações significativas entre nível de alfabetização e atividades de vida diária na análise do qui-quadrado de Pearson para um $P < 0,005$. Percebe-se com este estudo que o estilo de vida das pessoas com SD tem mudado positivamente nos últimos anos facilitando a sua interação no contexto social.

4395

002

PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS A INATIVIDADE FÍSICA EM CATADORES DE MATERIAIS RECICLÁVEIS DE UMA CIDADE DO SUL DO BRASIL

MARCELO COZZENSA DA SILVA - Escola Superior de Educação Física/Universidade Federal de Pelotas

Anaclaudia Gastal Fassa - Programa de Pós-graduação em Epidemiologia , Universidade Federal de Pelotas

David Kriebel - Departamento de Ambiente do Trabalho, Universidade do Massachusetts Lowell, USA

Os catadores de materiais recicláveis são trabalhadores informais que vivem da coleta, separação e venda do lixo reciclável. Suas condições de vida e trabalho são extremamente precárias. O objetivo do estudo foi o de examinar a prevalência de inatividade física e fatores associados em uma amostra de catadores da cidade de Pelotas/RS. Foi realizado um estudo transversal com 990 indivíduos de 18 anos ou mais. Catadores foram pareados por sexo, idade e escolaridade a não catadores moradores das mesmas áreas. Inatividade física foi definida como menos de 150 min/sem de atividades físicas moderadas ou vigorosas. Foi realizada análise multivariável através de regressão de Poisson para verificação dos fatores associados ao desfecho entre catadores e não catadores. Catadores e seu grupo de comparação apresentaram alta prevalência de inatividade física no lazer (69,9% e 66,3% respectivamente). Na análise multivariável para os catadores, inatividade física esteve associada positivamente com a idade, sendo que os indivíduos com idade de 60 anos ou mais tiveram risco 30% superior aos não catadores. O sexo feminino apresentou razão de prevalência de 1,12 (IC95% 1,1 a 1,4) para inatividade quando comparadas aos homens. Em relação aos não catadores, indivíduos do sexo feminino e os que apresentaram positividade para sintomas depressivos estiveram associados a inatividade física. A prevalência de inatividade física no lazer nesses trabalhadores foi equivalente a encontrada na população geral. Entretanto, esses trabalhadores vivem em locais que apresentam péssimas condições de infra-estrutura de moradia e, ainda piores, de áreas e locais delineados para a prática de atividades de lazer.

4708

004

ESTILO DE VIDA EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO

RAFAELA PILEGI DADA - cesumar

Sérgio Roberto Adriano Prati - Cesumar

O estilo de vida pode ser determinante de conseqüências físicas e comportamentais nas pessoas. Da mesma forma caso um estilo de vida seja adotado esse comportamento poderá transformar características no ser humano inclusive desenvolvendo doença graves como obesidade, diabetes e cardiopatias. No caso do adolescente, quanto antes tomar decisões para o estilo de vida positivo menores serão as chances de se tornarem adultos doentes e problemáticos. Assim o objetivo deste estudo é analisar o estilo de vida de adolescentes de uma escola estadual da cidade de Marialva-PR. A amostra foi composta por 193 alunos do primeiro ano e 86 alunos do terceiro ano do ensino médio. Como instrumento de medida foi utilizado o Pentágono do Bem-estar proposto por Nahas, Barros e Francalacci (2000). O instrumento é composto por cinco dimensões de estilo de vida sendo atividade física (AF), nutrição (N), controle do estresse (CS), comportamento preventivo (CP) e relacionamento social (RS). Em cada componente existem três questões que devem ser respondidas com valores de zero (estilo de vida negativo) a três (estilo de vida positivo). Os dados foram analisados através da estatística descritiva e teste "t" para amostra independente e nível de confiança de 95%. Os resultados indicaram que os alunos apresentam estilo de vida insuficiente e inadequado. As moças apresentam estilo de vida melhor que rapazes na dimensão CP e, ao contrário os rapazes nos componentes AF e CS. Por fim, pode-se observar que quanto mais se aproxima o fim do nível médio mais negativo se torna o estilo de vida dos estudantes.

SALA LARANJEIRA – ÁREA TEMÁTICA 8: ATIVIDADE FÍSICA E ENVELHECIMENTO**4461**

005

SEDENTARISMO EM IDOSOS RESIDENTES EM PELOTAS, RS: UM ESTUDO DE BASE POPULACIONAL

MARIANA AFONSO OST - Escola Superior de Educação Física - UFPel
 Mario Renato Azevedo - Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas
 Pedro Curi Hallal - Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas

Sabe-se que a prática de atividade física traz inúmeros benefícios à saúde entre pessoas de todas as idades. No entanto, grande ênfase tem sido dada atualmente à importância da atividade física na saúde do idoso, tanto para prevenir quanto tratar problemas relacionados com a saúde física e mental. O objetivo deste estudo foi avaliar o percentual de sedentarismo entre idosos do sexo masculino e feminino. Foram entrevistados 103 indivíduos, sendo eles 60 mulheres e 43 homens, com idade entre 60 e 69 anos, selecionados por amostragem aleatória no município de Pelotas. A atividade física foi avaliada com a versão longa do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), e foi usado um ponto de corte de 150 minutos por semana para determinação de sedentarismo. Como principais resultados encontramos que 85% dos idosos foram considerados sedentários no trabalho. Já no lazer, esse percentual foi de 70%. No ambiente doméstico, 30% dos idosos foram classificados como sedentários. O percentual de sedentarismo no trabalho foi maior nas idosas em comparação aos idosos. Para os outros domínios, não houve diferença significativa no percentual de sedentarismo conforme o sexo. Conclui-se que o percentual de sedentarismo em idosos é elevado e varia conforme o domínio da atividade física avaliado.

4495

006

AValiação DA SAÚDE MENTAL DE IDOSOS INICIANTEs EM UM PROGRAMA DE GINÁSTICA

LUCÉLIA JUSTINO BORGES - Universidade Federal de Santa Catarina
 Tânia R. Bertoldo Benedetti - Universidade Federal de Santa Catarina
 Giovana Zaperlon Mazo - Universidade do Estado de Santa Catarina

A demência e depressão são os transtornos psiquiátricos mais comuns em idosos e requer atenção especial, visto que, estas doenças podem levar à incapacidade funcional dos idosos, afetando sua qualidade de vida. Diante disso, o objetivo do presente estudo foi avaliar o estado de saúde mental e verificar a associação entre demência e depressão em idosos iniciantes em um programa de ginástica, implantado nos Centros de Saúde (CS) de Florianópolis. A amostra foi composta por 121 idosos (104 mulheres e 17 homens), com idade variando entre 60 a 86 anos. A coleta de dados foi realizada no período de julho/2006 a março/2007. Foram aplicados os questionários Mini-Exame do Estado Mental (MEEM) e Escala de Depressão Geriátrica (EDG) por meio de entrevistas individuais. Os dados sócio-demográficos foram obtidos por meio das fichas de cadastro do programa. Foram utilizadas análises estatísticas descritivas e Correlação de Spearman, adotando-se nível de significância de $p < 0,05$. A idade média obtida foi de $68,69 \pm 6,46$ anos. Quanto à escolaridade, 9% eram analfabetos e 43,8% possuíam de quatro a sete anos de estudo. A prevalência de demência foi de 9,1% e 17,4% apresentaram suspeita à depressão. Detectou-se relação negativa entre demência e depressão ($\rho = -0,201$; $p = 0,02$), ou seja, os sujeitos que apresentaram depressão obtiveram pontuação abaixo do normal no teste de rastreio de demência e aqueles com ausência de depressão apresentaram pontuação normal no teste de demência. Os resultados obtidos corroboram com a literatura, visto que, foram detectadas prevalências significativas tanto para a depressão quanto para a demência. Ressalta-se ainda, que foi verificada relação negativa para estas doenças na população estudada.

4542

007

PRINCIPAIS FATORES DE RISCO DE QUEDAS DE INDIVÍDUOS IDOSOS DA ZONA LESTE DE SÃO PAULO

JORGE LUIZ DA SILVA - USP
 Rodrigo da Silva Castelli - EACH-USP
 Jhonas Pereira dos Reis - EACH-USP
 Renato de Moraes - EACH-USP
 Luis Mochizuki - EACH-USP

Para os idosos uma simples queda pode ter graves conseqüências, desde uma simples escoriação a uma fratura. Identificar os fatores de risco de uma queda possibilita a adoção de ações para a prevenção de quedas. Este trabalho tem o objetivo de identificar os fatores de risco de quedas de idosos destacados na literatura que mais se destacam em grupo de idosos moradores da zona leste de São Paulo. Participaram 71 idosos, entre 65 e 75 anos, participantes de programas de extensão desenvolvidos na comunidade do entorno da EACH (Escola de Artes, Ciências e Humanidades USP) que pertencem a núcleos de convivência ou associação de moradores. Foi feita uma anamnese para o levantamento do histórico de quedas, prática de atividade física, e o teste Tinetti. Resultados: Verificamos que 73% dos sujeitos sofreram alguma queda em um intervalo de um antes da entrevista, 74% das pessoas que caíram trabalhavam em casa. Com relação aos calçados, a maioria deles utilizavam chinelo durante a queda (43%). A maioria deles (90%) possui algum tipo de doença crônica, das quais 75% fazem uso de algum medicamento, em sua maioria para controle da pressão arterial. Verificamos que 90% delas praticam atividade física. Conclusão: A prevalência de quedas nos idosos que participam de programas de extensão nos locais analisados é maior em mulheres que trabalham em casa, com idade entre 71 a 80 anos, praticantes de atividade física e usam chinelo diariamente.

4555

008

PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS ÀS INDICADORES DE DESNUTRIÇÃO EM MULHERES IDOSAS RESIDENTES NO NORDESTE DO BRASIL

JAIR SINDRA VIRTUOSO JÚNIOR - Universidade Estadual de Santa Cruz/FAPESB
 Ricardo Oliveira Guerra - Universidade Federal do Rio Grande do Norte

O declínio funcional na senescência faz com que o impacto da desnutrição na saúde das pessoas idosas seja agravado. O propósito dessa investigação foi de identificar a prevalência e os fatores associados com o risco de desnutrição em mulheres idosas. O estudo trata-se de um delineamento transversal, tendo uma amostra representativa de 222 mulheres, na faixa etária de 60 a 96 anos, pertencentes a grupos de convivência no município de Jequié, BA. Foi aplicada uma entrevista contendo questões relativas as variáveis sócio-demográficas, condições clínicas e aspectos comportamentais. A análise estatística foi realizada com nível de significância $p < 0,05$, com cálculo da respectiva razão de chances na regressão logística binária. Foi identificada uma prevalência de 33,8% ($n=75$) de mulheres consideradas com risco de desnutrição ou desnutridas através da miniavaliação nutricional, nos quais a partir de análise multivariada hierarquizada, verificou-se associação significativa com a faixa etária de 70 a 79 anos ($OR=2,7$; $IC:1,2-5,8$), baixo nível de escolaridade ($OR=3,7$; $IC:1,1-12,3$), não residir sozinha ($OR=2,4$; $IC:1,1-5,1$), presença de sintomatologia depressiva ($OR=3,0$; $IC:1,4-6,3$), ausência de uso de medicamentos ($OR=2,8$; $IC:1,2-6,6$), ter passado por alguma privação de alimentos ao longo da vida ($OR=2,8$; $IC:1,3-5,9$) e está abaixo do percentil 65 referente ao tempo de atividade física no lazer ($OR=2,2$; $IC:1,1-4,9$). Conclui-se que há um elevado percentual de idosas em situação de risco de desnutrição, sendo que os fatores associados a essa condição sugerem uma complexa rede causal na determinação do estado nutricional. As ações direcionadas às tais características podem contribuir para uma vida com mais qualidade a estas pessoas.

SALA PITANGUEIRA – ÁREA TEMÁTICA 1: MEDIDAS DA ATIVIDADE FÍSICA E DA APTIDÃO FÍSICA

4661

009

AVALIAÇÃO DO DESEMPENHO MOTOR DOS ESCOLARES DE SANTA CATARINA

WILLIANN BRAVIANO MARIA - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC/CEFID

Guilherme Eugênio van Keulen - UDESC/CEFID

Marcelo Gonçalves Duarte - UDESC/CEFID

Rafael Kanitz Braga - UDESC/CEFID

Paulo Vítor Bona Negri - UDESC/CEFID

Performance está relacionada a competição, e uma das maneiras de avaliá-la é através do desempenho motor. O PROESP-BR, Projeto Esporte Brasil, criado para identificar escolares que apresentam níveis de desempenho motor compatíveis com a prática do esporte de competição e de alto rendimento, é a ferramenta adequada para avaliar a performance em nível escolar. O objetivo do estudo foi avaliar o desempenho motor dos escolares nos Jogos Escolares de Santa Catarina/2006. Participaram do estudo 419 escolares, 220 meninos e 199 meninas, com idade entre 11 e 14 anos. Os escolares foram submetidos à avaliação de desempenho motor, constante na bateria de testes do PROESP-BR que é composta de: avaliação da Força de Membros Inferiores, Força de Membros Superiores, Agilidade e Velocidade. A classificação do desempenho motor é: Muito Fraco (MF), Fraco (F), Razoável (R), Bom (B), Muito Bom (MB) e Excelente. Para análise dos dados foi utilizado o programa SPSS_13. Verificou-se que 4,34% dos meninos e 3,75% das meninas apresentaram classificação MF, 7,69% dos meninos e 6,56% das meninas apresentaram classificação F, 15,22% dos meninos e 15,34% das meninas apresentaram classificação R. Verificou-se ainda, que a maioria dos meninos apresentou desempenho B 29,38% e MB 38,5%, o mesmo foi observado em relação as meninas, B 21,72% e MB 46,35%. Foi observado também, na categoria excelente que as meninas apresentaram médias acima do esperado (6,3%) e melhor que a dos meninos (4,87%). Os resultados obtidos, parecem demonstrar que os projetos escolares têm favorecido a geração de novos talentos. Espera-se que estes surjam por consequência da política adotada para os programas de Educação Física Escolar do estado, e não como objetivo principal dos programas.

4886

011

NÍVEIS DE FORÇA DOS MEMBROS SUPERIORES EM ESCOLARES DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC, BRASIL

VALBÉRIO CANDIDO DE ARAÚJO - Universidade Federal de Santa Catarina

Andreia Pelegrini - Centro de Desportos – Universidade Federal de Santa Catarina

Ricardo Amboni - Centro de Desportos – Universidade Federal de Santa Catarina

Adair da Silva Lopes - Centro de Desportos – Universidade Federal de Santa Catarina

Níveis adequados de força são importantes para prevenção, manutenção e promoção da saúde em qualquer faixa etária. Para tanto o objetivo do presente estudo foi analisar os níveis de força dos membros superiores em escolares da cidade de Florianópolis. A amostra foi composta por 1061 escolares, sendo 512 do sexo masculino e 549 do sexo feminino, com idades entre 7 e 14 anos. As variáveis mensuradas foram massa corporal, estatura, índice de massa corporal e força de membros superiores através do teste de flexão e extensão dos cotovelos na barra fixa modificada, proposto pela FITNESSGRAM (Cooper Institute for Aerobics Research). A análise estatística dos dados foi através de estatística descritiva. O teste "t" de Student para amostras independentes ($p < 0,05$), foi empregado para verificar diferenças entre os gêneros para cada faixa etária. Foram encontrados valores médios para os sexos masculino e feminino, respectivamente, massa corporal ($34,17 \pm 11,38$, $34,37 \pm 10,90$), estatura ($1,38 \pm 0,13$, $1,39 \pm 0,13$), índice de massa corporal ($17,31 \pm 3,22$, $17,19 \pm 3,03$) e força de membros superiores ($7,33 \pm 4,58$, $4,96 \pm 3,64$). De acordo com a classificação aceitável para a força, 51,9% ($n=277$) dos meninos e 48,1% ($n=277$) das meninas encontram-se dentro dos padrões aceitáveis. Os resultados apontam que houve diferenças estatisticamente significativas entre gêneros ($p=0,012$) e idades ($p=0,008$, $p=0,009$), porém, sendo que os maiores valores de força foram observados entre os 10 e 13 anos de idade. Conclui-se que aproximadamente 50% de cada sexo apresentaram níveis insatisfatório de força de membros superiores, o que chama a atenção para necessidade de desenvolvimento dessa capacidade na infância por sua forte associação com problemas de saúde.

4751

010

RISCOS DE SAÚDE EM ESCOLARES DO MUNICÍPIO DE PORTO VELHO

LUIS GONZAGA DE OLIVEIRA GONÇALVES - Universidade Federal de Rondônia

Juliana Nunes de Oliveira - Universidade Federal de Rondônia

Jônatas de França Barros - Faculdade de Educação Física - UnB

As variáveis da aptidão física relacionadas com a saúde são importantes na verificação dos níveis de saúde de populações. Este estudo tem como objetivo principal, identificar os níveis de aptidão física relacionadas com a saúde de estudantes que participaram do Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR) realizado em 2004. A população deste estudo foi composta de 950 alunos, na faixa etária de 09 a 17 anos, de escolas públicas. E a amostra constituiu-se em 641 alunos de 11 a 14 anos, sendo, 317 do sexo masculino e 324 do sexo feminino. As variáveis mensuradas foram: flexibilidade (teste de sentar e alcançar); força abdominal (teste abdominal) e a resistência cardiorrespiratória (teste de 9 minutos). A análise dos dados foi realizada através da estatística descritiva média, mediana e do desvio padrão no programa SPSS (10.0). Os resultados encontrados foram comparados com as tabelas normativas do PROESP-BR, relacionadas com a aptidão física para a saúde. Após a análise dos resultados, verificou-se que, no teste de sentar e alcançar os meninos e as meninas, em todas as faixas etárias, tiveram resultados abaixo dos índices mínimos para a saúde. Já no teste de força abdominal, (masc) as faixas etárias de 11, 12 e 14 anos encontram-se na média, enquanto a de 13 anos, abaixo da média prevista; no sexo feminino, todas as faixas etárias ficaram abaixo da média comparada. Com relação à resistência cardiorrespiratória, todos os meninos encontram-se dentro dos índices aceitáveis e as meninas, abaixo, somente na idade de 13 anos. Com estes resultados, pode-se observar, que as meninas estão com a condição física menor que os meninos, ficando mais expostas ao aparecimento de problemas de saúde a médio e longo prazo.

4293

012

APTIDÃO FÍSICA DOS ÁRBITROS DA FEDERAÇÃO DE FUTEBOL DE MATO GROSSO DO SUL: AVALIAÇÃO PILOTO DA NOVA BATERIA DE TESTES FIFA 2007

ANTONIO CARLOS MUSSI DA SILVA - UFMS

Gabriela Morales - UFMS

Fabrício C.P. Ravagnani - UFMS, UCDB

Brunno Elias Ferreira - UFMS

Érika Alves Morel - UFMS

Introdução O bom condicionamento físico dos árbitros de futebol é fundamental pois o cansaço aumenta os erros de arbitragem e podem interferir nos resultados do jogo. Portanto, o objetivo do estudo foi determinar o nível de aptidão física dos árbitros da FFMS através da nova bateria de testes FIFA 2007. **Indivíduos e Métodos:** A amostra foi constituída por 10 árbitros e 12 árbitros assistentes (10 homens e 2 mulheres) com idade entre 30 e 33 anos. Todos foram avaliados pelo Grupo de Estudos de Medidas e Avaliação da UFMS. A bateria de testes foi constituída de um teste anaeróbio sendo 6 tiros de 40 metros em no máximo 6,4 seg. para os árbitros, 6,2 seg. para os assistentes e 6,6 seg. para as mulheres assistentes, com 1 min e 30 seg. de intervalo entre os mesmos. O teste aeróbio que consistia em 20 tiros de 150 metros em no máximo 30 seg. cada tiro para homens e 35 seg. para mulheres, com intervalo para recuperação entre os tiros com caminhada (50m) de 40 seg. para árbitros, 45 seg. para árbitros assistentes e 50 seg. para as árbitras assistentes. **Resultado:** Dos 22 avaliados, apenas 7 (31,81%) foram considerados aptos de acordo com o protocolo estipulado pela FIFA 2007. Somente 4 árbitros (40%), 3 assistentes (30%) e nenhuma árbitra assistente completaram o teste aeróbio. Já no teste anaeróbio, houve um índice de aprovação de 100% para ambos os sexos. **Conclusão:** A maioria dos árbitros e assistentes da FFMS foi considerada inapta. Diante dos achados, 2 hipóteses podem ser consideradas: o componente aeróbio deve ser mais treinado pelos indivíduos e o teste aeróbio talvez esteja sendo muito exigente em relação ao anaeróbio.

SALA AROEIRA – ÁREA TEMÁTICA 5: NUTRIÇÃO E OBESIDADE

4492

013

FATORES ASSOCIADOS AO EXCESSO DE PESO NA POPULAÇÃO ADULTA DE FLORIANÓPOLIS ENTREVISTADA POR TELEFONE

HEIDE GAUCHE - Universidade Federal de Santa Catarina
Vanessa Campos - Universidade Federal de Santa Catarina
Maria Alice Altenburg de Assis - Universidade Federal de Santa Catarina

O objetivo deste estudo foi estimar a prevalência e fatores associados ao excesso de peso em adultos de Florianópolis entrevistados por telefone em 2005. O estudo tem delineamento transversal, base populacional (n=2013), de residentes em domicílios com telefones fixos. As entrevistas foram conduzidas com questionário que incluía características sócio-demográficas, comportamentais (alimentação, atividade física, tabagismo e consumo de bebidas alcoólicas) altura e peso recordados e referência a diagnóstico médico de doenças crônicas não transmissíveis. Indivíduos com IMC $\geq 24,9$ foram classificados com excesso de peso. A prevalência de excesso de peso foi de 39,4% (homens=45,2% e mulheres=33,7%, $p<0,01$). Após análise ajustada, observou-se que, entre homens, a chance de excesso de peso foi maior entre os mais velhos, com baixa escolaridade, que são ou já foram casados, que relataram pressão alta, colesterol elevado, estado de saúde regular ou ruim e consumo insuficiente de frutas, verduras e legumes. Para mulheres, a chance de excesso de peso foi maior entre as de maior idade, de cor não branca, que relataram pressão alta, colesterol elevado e estado de saúde regular ou ruim. A prevalência de excesso de peso foi similar à observada pelo Instituto Nacional do Câncer (38,6%) e maior do que a relatada pela Pesquisa de Orçamentos Familiares (homens = 33,9%; mulheres = 21,4%), realizadas em 2003. Os achados deste estudo podem ser utilizados para monitoramento de tendências e comparados com os obtidos pelo VIGITEL (Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico).

4289

014

PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS AO SOBREPESO E A OBESIDADE EM ADOLESCENTES ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO DE PERNAMBUCO

RAFAEL MIRANDA TASSITANO - Universidade de Pernambuco
Maria Cecília Marinho Tenório - Universidade de Pernambuco
Mauro Virgílio Gomes de Barros - Universidade de Pernambuco

No Brasil, estudos representativos sobre a prevalência de obesidade e os fatores associados em adolescentes ainda são escassos, principalmente no nordeste. O objetivo do estudo foi descrever a prevalência e os fatores associados ao sobrepeso e a obesidade em adolescentes, em uma amostra representativa dos estudantes do ensino médio da rede pública de Pernambuco. Os dados foram coletados através de um questionário (Global School Health Survey), previamente validado e administrado a 4210 adolescentes (14-19 anos). Adotou-se, para o ponto de corte para a obesidade o critério da IOTF. Foram considerados expostos a níveis insuficientes de atividades físicas aqueles que relataram uma frequência $<5x$ p/semana. Aqueles que referiram assistir TV por $\geq 3h$ p/dia foram classificados expostos a comportamentos sedentários. Recorreu-se a procedimentos descritivos, teste de Qui-quadrado e regressão logística, considerando-se um $p<0,05$. A prevalência de sobrepeso e obesidade encontrada foi 11,5% e 2,4%, respectivamente. Observou-se uma maior proporção de adolescentes obesos na região metropolitana (3,5%) em comparação às demais regiões. Rapazes expostos a níveis insuficientes de atividades físicas (2,5%) apresentam maior proporção de obesidade em relação aos fisicamente ativos (1,1%). Na análise multivariada, nenhuma das variáveis explicou a ocorrência do sobrepeso. Em relação à obesidade, sexo e assistir TV explicaram o modelo. Jovens que relataram assistir até 3 horas de TV por dia, em dias de semana, apresentam 48% menos chance, enquanto que as moças apresentam 71% mais chance de obesidade. Os resultados do estudo permitem o planejamento de intervenções de políticas públicas de atenção à saúde do adolescente.

4379

015

PREVALÊNCIA DE ADIPOSIDADE ABDOMINAL DEFINIDA PELA RELAÇÃO CINTURA-ALTURA: UM ESTUDO DE BASE POPULACIONAL EM ESCOLARES DE FLORIANÓPOLIS

RAQUEL KERPEL - UFSC - Universidade Federal do Estado de Santa Catarina
Jucemar Benedet - UFSC
Marilene Agra - Secretaria Estadual de Saúde do Maranhão
Maria Alice Altenburg de Assis - UFSC
Francisco de Assis Guedes de Vasconcelos - UFSC

A relação cintura-altura (RCA) é um indicador de adiposidade abdominal utilizada em estudos populacionais com adultos, adolescentes e crianças. Estudos conduzidos nos Estados Unidos e Grécia concluíram que os fatores de risco cardiovascular para crianças e adolescentes apresentaram maior associação com a RCA do que com o índice de massa corporal (IMC). O objetivo deste estudo foi estimar a prevalência de adiposidade abdominal através da RCA em escolares de Florianópolis. O estudo teve delineamento transversal, de base populacional, com 2936 escolares de sete a dez anos do ensino fundamental, realizado no ano 2002. Peso, altura, e circunferência da cintura foram mensurados seguindo normas padronizadas e utilizados para computar o IMC e a RCA. Adiposidade abdominal foi definida pela RCA com o ponto de corte igual ou maior do que 0,5; utilizado em estudos internacionais para crianças e adolescentes. Sobrepeso e obesidade foram definidos segundo os pontos de corte do IMC de Cole et al. (2000). Os meninos apresentaram valores médios de RCA mais altos ($0,45 \pm 0,042$) do que as meninas ($0,44 \pm 0,041$) ($p<0,01$). A prevalência de escolares com RCA maior ou igual a 0,5 foi de 9,7% (meninos=10,7%; meninas=8,7%, $p=0,07$). A prevalência de sobrepeso e obesidade foi de 22,1% (meninos = 23%; meninas = 21%) e a de obesidade foi de 5,5% (meninos = 5,8; meninas 5,7%). Concluiu-se que a prevalência de adiposidade abdominal definida pela RCA ($\geq 0,5$) nos escolares de Florianópolis foi mais alta do que a encontrada em crianças inglesas da mesma faixa etária. Sugere-se a inclusão do índice cintura-altura em estudos clínicos e populacionais que objetivem avaliar a prevalência e monitorar tendência de adiposidade abdominal.

3976

016

EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO SOBRE A INGESTÃO E PREFERÊNCIA ALIMENTAR E SOBRE A GORDURA VISCERAL EM RATAS Wistar SOB ESTRESSE SOCIAL

SANDRA APARECIDA BENITE RIBEIRO - Universidade do Porto - FADEUP;
Universidade Federal de Goiás, Campus Jataí
Júlia Santos Matzenbacher - Universidade do Porto - FADEUP - CIAFEL - Centro de Investigação em Actividade Física, Saúde e Lazer
Vilmar Antonio Ragagnin - Universidade Federal de Goiás, Campus Jataí
José Alberto Ramos Duarte - Universidade do Porto - FADEUP - CIAFEL - Centro de Investigação em Actividade Física, Saúde e Lazer

O estresse crônico (EC) promove aumento da liberação de glicocorticóides (GC) acompanhado por aumento da ingestão de alimentos hipercalóricos (CF) e consequente aumento da gordura abdominal (GA), entre outros. Supõe-se que a ingestão de CF reduza os efeitos deletérios do EC e que a prática de exercício físico (EF) reduza os fatores de risco relacionados às respostas ao EC, pela redução da ingestão de CF e da GA. Assim, objetivou-se avaliar a relação entre EF e ingestão de CF em fêmeas Wistar sob estresse social (ES). 32 ratas foram separadas, durante 50 dias, em 8 diferentes grupos (ES-R-EF, ES-R-S, ES-CF-EF, ES-CF-S, C-R-EF, C-R-S, C-CF-EF, C-CF-S) em função das variáveis independentes: i) sem ES (C) ou com ES, ii) ração normal (R) ou ração + bacon (CF) e iii) praticando EF, ou não (S). Analisou-se: ganho de peso (GP), peso da adrenal/peso corpóreo (A), ingestão calórica (IC), preferência alimentar (PA) e eficiência alimentar (EA) (ANOVA three-way). O paradigma de estresse usado causou hipertrofia da A, preferência por CF e esta reduziu a resposta ao EC (menor A no grupo CF), de acordo com a literatura. Porém, supunha-se aumento da deposição de GA nos grupos ES e CF, mas GA foi maior nos grupos C e R, que apresentaram também maior EA. Além disso, o EF resultou em menor EA e maior GP. A constituição do CF pode justificar parte dos resultados. Os animais ingeriam preferencialmente a gordura do bacon em vez da carne e da ração, perdendo importantes nutrientes, afetando principalmente a EA. Nos grupos com maior EA, a energia pode ter sido estocada principalmente na forma de gordura, sendo maior nos grupos C e R. Em adição, o EF pode ter induzido ao aumento da massa magra, justificando o maior GP no grupo EF.

SALA PETÚNIA – ÁREA TEMÁTICA 10: CINEANTROPOMETRIA, DESEMPENHO HUMANO E FISILOGIA DO EXERCÍCIO

3734

017

INFLUÊNCIA DA GORDURA CORPORAL SOBRE OS LIPÍDIOS SANGÜÍNEOS EM HOMENS ABAIXO E ACIMA DE 35 ANOSWILLIAM ALVES LIMA - UniEvangélica Centro Universitário
Maria Fátima Glaner - Universidade Católica de Brasília

As doenças cardiovasculares são as principais causas de morte súbita em indivíduos acima dos 35 anos de idade, sobretudo em homens. Dentre os principais fatores de desenvolvimento das doenças cardiovasculares estão a elevação das concentrações de lipídios sanguíneos e o aumento da gordura corporal. Assim, o objetivo deste trabalho foi verificar o quanto a gordura corporal (%G) e a sua topografia, influenciam as concentrações de lipídios sanguíneos, em 117 homens com idades abaixo de 35 anos (ID<35; n= 65) e acima (ID>=35; n= 52). Para tanto, foram mensurados colesterol total (CT), triglicérides (TG), lipoproteínas de alta densidade (LAD) e lipoproteínas de baixa densidade (LBD). A %G e sua topografia foram estimadas pela absorptometria de raios-X de dupla energia. O procedimento estatístico adotado foi a regressão linear múltipla stepwise ($p<0,05$). Os grupos com ID<35 e ID>=35 apresentaram respectivamente: idade= 27,8+/-4,0 e 45,2+/-8,5 anos; massa corporal= 70,1+/-10,4 e 70,6+/-10,3 kg; %G= 18,6+/-8,7 e 22,8+/-10,4; CT= 161,2+/-33,4 e 169,1+/-43,7 mg/dL; TG= 132,3+/-81,1 e 150,2+/-86,1 mg/dL; LAD= 38,5+/-10,1 e 40,4+/-11,9 mg/dL; LBD= 96,6+/-33,3 e 99,3+/-38,1 mg/dL. As influências ($p<0,05$) foram para o grupo ID<35: %Gtronco= 27,6% do CT e 19,5% do TG, %Gbraços= 18% das LAD, %G= 20,4% das LBD. Para o grupo ID>=35: %Gtronco= 22% do CT, 20,8% das LBD e 7,8% do TG. As LAD não sofreram influência dos depósitos de %G no grupo ID>=35. Em conclusão, a %Gtronco, dentre os depósitos de gordura corporal, pode ser considerada a melhor preditora para os fatores de risco pesquisados em ambos os grupos, principalmente para o ID>=35. Isto indica a importância do controle do estoque de gordura corporal abdominal em todas as idades.

4523

019

FATORES GENÉTICOS NA AGREGAÇÃO FAMILIAR DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE FAMÍLIAS NUCLEARESROGÉRIO CÉSAR FERMINO - Laboratório de Cineantropometria e Gabinete de Estatística Aplicada. Faculdade de Desporto. Universidade do Porto, Porto - Portugal
André Seabra - Laboratório de Cineantropometria e Gabinete de Estatística Aplicada. Faculdade de Desporto. Universidade do Porto, Porto - Portugal
Rui Garganta - Laboratório de Cineantropometria e Gabinete de Estatística Aplicada. Faculdade de Desporto. Universidade do Porto, Porto - Portugal
José António Ribeiro Maia - Laboratório de Cineantropometria e Gabinete de Estatística Aplicada. Faculdade de Desporto. Universidade do Porto, Porto - Portugal

A agregação familiar em um determinado fenótipo pressupõe a interação de fatores genéticos e ambientais. A composição corporal é um fenótipo poligênico e multifatorial, que apresenta elevada heterogeneidade na população. Este estudo teve como objetivo (1) verificar a presença indireta de transmissão vertical de fatores genéticos entre progenitores e descendentes nos fenótipos da composição corporal e (2) estimar a contribuição dos fatores genéticos responsáveis pela variação nos fenótipos da composição corporal em termos populacionais. A amostra foi constituída por 363 indivíduos (161 progenitores - 40,1±4,5 anos e 202 descendentes - 13,3±3 anos) pertencentes a 107 famílias nucleares participantes do projeto FAMÍLIAS ACTIVAS. Os fenótipos da composição corporal foram avaliados com um aparelho de impedância bioelétrica da marca Tanita® modelo BC-418MA. Foi utilizado o software PEDSTATS para analisar o comportamento genérico das variáveis entre os diferentes membros da família. O cálculo das correlações entre familiares e as estimativas de heritabilidade foram realizados nos módulos FCOR e ASSOC do software de Epidemiologia Genética S.A.G.E. versão 5.3. Os valores dos coeficientes de correlação entre os graus de parentesco foram baixos a moderados ($-0,04 \leq r \leq 0,65$). Os fatores genéticos explicaram entre 35 a 46% da variação dos diferentes fenótipos da composição corporal, sendo a maior contribuição verificada para a quantidade absoluta de gordura corporal (43%) e a massa muscular (46%). Estes resultados indicam uma forte agregação familiar na composição corporal nesta amostra de famílias nucleares portuguesas.

4282

018

IMPACTO DO TREINAMENTO FÍSICO DE TÊNIS SOBRE A DENSIDADE MINERAL ÓSSEA DE ATLETAS ADOLESCENTESCARLA CRISTIANE DA SILVA - Universidade Estadual Paulista-UNESP, Botucatu
Carla Cristiane da Silva - Universidade Estadual Paulista-UNESP, Botucatu
Tamara Beres Lederer Goldberg - Universidade Estadual Paulista-UNESP, Botucatu
Édico Luiz Petroski - Universidade Federal de Santa Catarina- UFSC
José Carlos Dalmas - Universidade Estadual de Londrina – UEL

Estudos com tenistas revelam que o estresse mecânico contínuo resulta em adaptações morfológicas nos locais onde se aplicam as cargas, no entanto, escassas pesquisas têm sido direcionadas a adolescentes, caracterizados por um grupo especial em função do processo de mineralização intensa que ocorre durante o período de crescimento físico. Assim, o objetivo deste estudo foi relatar o efeito do treinamento físico competitivo de tênis sobre a densidade mineral óssea (DMO) de adolescentes. Para tanto, participaram 22 adolescentes do sexo masculino entre 10 a 15 anos, sub-divididos em dois grupos: tenistas (GT) e grupo controle (GC). O GT tinha experiência prévia no esporte e treinava no mínimo 10 horas semanais. O GC se caracterizou por adolescentes que não estavam vinculados a qualquer modalidade esportiva regular. A DMO foi avaliada através de uma densitometria óssea por atenuação de raio-x de dupla energia, nas regiões da coluna lombar, na região do fêmur proximal e corpo total. Recorreu-se à análise de variância ANOVA e teste de Scheffé. Foi considerado nível de significância mínimo de 5%. Os resultados revelaram que para todas as regiões avaliadas os valores médios do GT indicaram superioridade ($p<0,05$), na região do fêmur proximal com valores de $1,02 \pm 0,18$ e $0,87 \pm 0,06$ g/cm² para GT e GC respectivamente. Os valores relativos ao braço dominante versus aqueles do braço não-dominante entre GT ($0,731 \pm 0,009$) e GC ($0,62 \pm 0,067$), indicaram diferenças significativas ($p<0,05$) entre os braços. Os resultados sugerem que as cargas repetidas do treinamento físico competitivo de tênis resultaram em impacto osteogênico significativo nas regiões avaliadas.

4649

020

EXERCÍCIO FÍSICO CONTROLADO E ORIENTAÇÃO ALIMENTAR PARA EMAGRECIMENTO E CONTROLE DE TRIGLICERIDEMIA EM ADOLESCENTES OBESOSCILIANE VALERIO - Centro Universitário de Maringá- CESUMAR/grupo de pesquisa obesidade na adolescência
Sérgio R. A. Prati - CESUMAR/Grupo de Pesquisa Obesidade na Adolescência
Amauri A. B. Oliveira - UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ/GREPO
Alessandra R. C. Prati - UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ/GREPO

INTRODUÇÃO-A obesidade pode desencadear sérias doenças ao organismo humano e alterar os componentes sanguíneos como o aumento do colesterol e triglicérides, estes em excesso pode trazer problemas irreversíveis à saúde. OBJETIVO:Analisar o efeito do exercício físico e da orientação alimentar sobre os níveis de triglicérides em adolescentes obesos. METODO:Foram investigados 44 adolescentes obesos (IMC>25 Kg/M²) voluntários, sendo que 14 (G1) deles foram submetidos a um programa de emagrecimento durante oito meses: duas sessões semanais com duração de sessenta minutos com exercícios aeróbios, de força e resistência muscular e flexibilidade; e orientação alimentar individualizada e familiar em clínica especializada.O sangue foi coletado em jejum segundo critérios do Lab test. Quanto à composição corporal utilizou-se índices antropométricos para análise (IMC e %G- gordura). Um grupo G2 foi formado para comparação. Foram utilizados estatística descritiva e o teste "t" para amostras dependentes e independentes. RESULTADOS:Os principais resultados em médias foram: triglicérides=117mg/dl (36% dos adolescentes com níveis acima do normal). Após o programa de intervenção houve diminuição significativa de 8,5% nas médias de %G e -3,04kg/m² no IMC. Na comparação entre os grupos houve diferença significativa entre as médias na variável %G (G1=-8,5%; G2=+1,49%, $p=0,0000$) e na variável IMC (G1=-3,04kg/m²; G2=+0,56kg/m², $p=0,0000$). Quanto ao nível de triglicéride observou-se diminuição significativa de 126mg/dl para 74 ($p=0,01$). CONCLUSÃO Assim percebeu-se que orientação alimentar junto com a prática de exercício físico pode trazer resultados significativos para redução do peso corporal e manutenção de uma boa saúde e qualidade de vida.

16 DE NOVEMBRO – MANHÃ – PÔSTERES 2

ÁREA TEMÁTICA 3: ESTILO DE VIDA E QUALIDADE DE VIDA

3554

1

SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E INDICATIVOS DE MOTIVAÇÃO EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO

MAICON RAFAEL LINHARES - Universidade Federal de Santa Catarina
 Adilson André Martins Monte - Universidade Federal de Santa Catarina
 Luiz Guilherme Vieira Stadler - Universidade Federal de Santa Catarina
 Diego Iitbere Cunha Vasconcellos - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Roberta Pires Vasconcellos - Universidade do Estado de Santa Catarina

Imagem corporal pode ser entendida como a figuração do próprio corpo formada e estruturada na mente de um indivíduo, ou seja, a maneira pela qual o seu corpo apresenta-se para si próprio. Trata-se de um conjunto de sensações sinestésicas construídas pelos sentidos, através de experiências vivenciadas pelo indivíduo, onde o mesmo cria um referencial do seu corpo. O principal objetivo deste estudo foi avaliar o grau de satisfação com a imagem corporal de praticantes de musculação, apontando também indicadores de motivação para a prática da modalidade. Contribuíram com a pesquisa 112 praticantes de musculação, sendo 85 homens (idade = $24,1 \pm 6,55$ anos; estatura = $1,78 \pm 0,07$ m; massa corporal = $73,77 \pm 10,19$ kg; IMC = $23,43 \pm 2,72$) e 27 mulheres (idade = $25,15 \pm 6,62$ anos; estatura = $1,62 \pm 0,07$ m; massa corporal = $55,56 \pm 6,07$ kg; IMC = $21,28 \pm 2,12$). Os dados foram verificados através da Escala de Silhuetas, proposta por Stunkard et al. Para ambos os grupos o principal motivo de adesão à modalidade é de fins estéticos (90%), seguido de lazer, motivos clínicos e, por fim, sociais. Quanto à satisfação com a Imagem Corporal tanto homens quanto mulheres dizem-se satisfeitos, onde pode se observar uma relação direta entre o grau de satisfação com a Imagem Corporal e o IMC dos indivíduos, ou seja, a satisfação com a Imagem Corporal parece ser um indicativo de saúde visto que todos aqueles que apresentam IMC em níveis recomendados como saudáveis pela OMS sentem-se satisfeitos quanto à Imagem Corporal. Conclui-se que a prática regular de uma atividade física, sob orientação adequada, pode trazer benefícios tanto para o corpo quanto para a mente, os quais vão além dos objetivos que levam os praticantes a realizá-la.

3933

3

CONHECIMENTO DE GESTANTES ATIVAS E SEDENTÁRIAS SOBRE OS BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO

LUCIANA SEGATO - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Martina Kieling Sebold Barros Rolim - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Alexandre Andrade - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Carla Maria de Liz - Universidade do Estado de Santa Catarina

O exercício físico repercute em benefícios a gestação. Entretanto, ainda é elevado o percentual de gestantes que interrompem a prática no período gestacional. Possuir o conhecimento não implica, necessariamente, na prática de exercício físico, mas sem este é improvável que atitudes sejam tomadas visando alterar um padrão comportamental. O estudo objetivou investigar e comparar o conhecimento sobre os benefícios do exercício físico de gestantes ativas e sedentárias. Foi realizada uma pesquisa descritiva de campo e aplicado um formulário adaptado do "Questionário de auto-avaliação do estilo de vida e da ocorrência e controle do stress" de Andrade (2001) a 30 gestantes ($25 \pm 4,7$ anos) atendidas pelo SUS em uma Unidade de Saúde referência de São José (SC). As gestantes foram classificadas em ativas e sedentárias a partir da frequência de prática de exercícios físicos, sendo ativa aquelas que praticavam três ou mais vezes semanais. Os dados foram analisados com estatística descritiva e inferencial. Embora muitas gestantes considerem que o exercício físico exerce influência benéfica na gestação, apenas 33% adota o estilo de vida ativo. As gestantes ativas crêem mais nos benefícios do exercício físico que as sedentárias, diferindo significativamente destas quanto à crença do exercício físico ajudar no parto ($p=0,04$). A falta de conhecimento sobre os benefícios do exercício físico na gestação pode contribuir para a manutenção dos elevados níveis de sedentarismo nesta população. Dessa forma, os serviços de saúde devem oferecer à comunidade conhecimento, meios e profissionais qualificados em orientar exercícios físicos para que este possa ser incorporado ao cotidiano da gestante, repercutindo em benefícios à saúde materno-infantil.

3590

2

TESTE DE SENTAR E ALCANÇAR COM TRABALHADORES DO PROGRAMA SESI GINÁSTICA NA EMPRESA SETOR DE MACHARIA DA WETZEL S.A – DIVISÃO FUNDIÇÃO FERRO

ELIZA MARIA NUNES DE OLIVEIRA - SESI

O Programa SESI Ginástica na Empresa (SESIGE) promove a formação do hábito da prática da atividade física, tendo em vista contribuir com a adoção de estilo de vida ativo, a socialização e a melhora da qualidade de vida dos trabalhadores. Com intuito de relatar a sua condição ao aspecto da flexibilidade, é importante orientar e discutir os fatores de melhoria com os trabalhadores. Mediante a implantação do programa em Nov/06, foi realizado o Teste de Sentar e Alcançar (Banco de Wells) com 24 indivíduos de ambos os gêneros. Os resultados foram classificados em níveis (Nahas, 2003) : 1=Condição de Risco ; 2=Baixa Aptidão ; 3=Faixa Recomendável ; 4=Condição Atlético. Os participantes apresentaram as seguintes performances : 33,3% nível 1 ; 33,3% nível 2 ; 29,2% nível 3 e 4,2% nível 4. Esses dados retratam os níveis baixos de flexibilidade apresentados por não realização de atividades físicas e a baixa amplitude de movimentos proporcionados pela função laborativa. Depois de 6 meses de implantação (Mai/07), os testes foram realizados novamente em 20 indivíduos de ambos os gêneros. Os novos dados apresentaram que 5% dos participantes apresentam condição de risco, 30 % apresentaram baixa aptidão, 50% pertencem a uma faixa recomendável e 15% dos indivíduos apresentam uma condição atlética de flexibilidade. Quando comparado os índices das duas avaliações nota-se que os valores melhoraram, pois a mudança é resultante das intervenções dos alongamentos aplicados. Os exercícios prescritos nas séries do SESIGE são na sua maioria, exercícios que não atingem um padrão voltado para a melhoria das aptidões físicas, cardiopulmonares e musculares, mas podem atingir diretamente a melhoria da aptidão física articular e a consciência corporal.

4026

4

ATIVIDADE FÍSICA, QUALIDADE DE VIDA E ASPECTOS PSICOLÓGICOS EM MULHERES IDOSAS

ENEIDA MARIA TROLLER CONTE - Universidade Estadual do Oeste do Paraná
 Adair da Silva Lopes - Universidade Federal de Santa Catarina
 Alexssandro Morgenroth - Universidade Estadual do Paraná
 Beatriz Mayer Bueno Lorenzetti - Universidade Estadual do Paraná

Velhice tranquila é o somatório de vários fatores dentre os quais: a atividade física, a percepção positiva de saúde e de si mesmo. Este estudo teve como objetivo analisar o domínio psicológico da qualidade de vida e sua relação com o nível de atividade física em mulheres idosas do Município de Mrechal Cândido Rondon – PR. A amostra foi composta por 320 mulheres, com idade igual ou superior a 60 anos, participantes dos grupos de convivência de idosos, para a coleta de dados utilizou-se uma entrevista semi-estruturada, contendo 03(três) partes: (1) aspectos sócio-demográficos e classificação sócio-econômica; (2) qualidade de vida (WHOQOL-breve da OMS) e (3) nível de atividade física (IPAQ-versão curta da OMS). Os dados foram tabulados no pacote estatístico SPSS 10.0 para Windows, na análise dos resultados utilizou-se a distribuição em frequência e percentuais e teste do Qui-quadrado, considerando o nível de significância de $p<0,05$. Como principais resultados obteve-se: 50% das mulheres estavam na faixa etária de 60 a 65 anos; 50,3% eram casadas; 78,8% pertenciam ao nível socioeconômico C. No domínio psicológico, 94,3% estavam bastante satisfeitas consigo mesma; 66% estavam satisfeitas com sua capacidade de memória e de concentração; 85,9% estavam satisfeitas com sua aparência física; 90,6% possuíam muito boa percepção do sentido da vida e 88,4% responderam que os sentimentos negativos não faziam parte do seu estilo de vida. Os subdomínios que apresentaram associação com o nível de atividade física foram: capacidade de memória e concentração e a satisfação pessoal. Mostrando que as idosas estavam satisfeitas com a vida e com auto-estima.

4236

5

PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS ENTRE MULHERES FREQUENTADORAS DE ACADEMIAS DE CAMPINAS

CARLOS A ZAMAI - Universidade Paulista
2Margareth Soares da Costa - UNIP
Alan A Rodrigues - UNIP
Marcelo Filocomo - UNIP
Cláudio Zago Jr - UNIP

O presente estudo teve por objetivo investigar os principais fatores relacionados a aderência e manutenção aos exercícios físicos de mulheres frequentadoras de academias de ginástica. A amostra foi formada por um $n = 50$ mulheres que frequentam diferentes academias de ginástica localizadas em Campinas, na faixa etária entre 16 a 46 anos. Os dados foram coletados através da aplicação de questionário específico contendo perguntas fechadas. Os resultados demonstraram que há uma associação entre as idades e a prática de atividade física; a manutenção em um programa de exercício físico teve associações relevantes; foi constatado que 100% dos principais fatores relacionados à adesão sobre a vontade de adotar um estilo de vida ativo; o percentual de fatores como “bem-estar e saúde” são de 80%; motivo pelo qual procuraram a academia ficou evidente que 90% escolheram pela localização e tipos de aulas. Além disso, a maioria dos sujeitos pesquisados tem uma vasta preocupação com a estética corporal. Verifica-se que há muitos fatores que levam à aderência e subsequente manutenção da prática de atividade física e os dados obtidos com este trabalho podem apontar sugestões que permitam ampliar a compreensão dos determinantes, como realizar investigações periódicas nos programas de extensão, com intuito de traçar estratégias para aumentar o tempo de participação dos praticantes, estimulando o uso das academias. Palavras Chaves: Exercícios físicos. Mulheres. Academias.

4256

7

PERFIL DO ESTILO DE VIDA INDIVIDUAL: UM INDICADOR DA QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES PRATICANTES DE GINÁSTICA AERÓBICA

MIRIAM CARLA SCHLICHTING - sem instituição
Marcelo Alexandre Marcon - FACVEST

Esse estudo teve como objetivo traçar o perfil do estilo de vida de mulheres praticantes de ginástica aeróbica. Participaram deste estudo 15 indivíduos do sexo feminino, com idades variando entre 21 e 49 anos ($X = 32,28$). O estabelecimento selecionado foi à academia Corpo Dinâmico, em virtude de ser a única academia do município de São Joaquim a oferecer essa prática corporal. No intuito de analisar o estilo de vida da amostra em questão, utilizou-se como instrumento o perfil do estilo de vida (NAHAS, 2000), que inclui cinco aspectos fundamentais do estilo de vida das pessoas: características nutricionais, controle do stress, níveis de atividade física habitual, comportamento preventivo e qualidade dos relacionamentos. Os itens auto-avaliados foram classificados numa escala que vai de zero (ausência total de tal característica no estilo de vida) até três pontos (completa realização do comportamento considerado). Para a análise dos dados utilizou-se recursos da estatística descritiva. A média da amostra quanto ao fator nutricional foi de 1,64 pontos. No que se refere à atividade física o grupo obteve um somatório geral de 1,85 pontos. Quanto ao comportamento preventivo a amostra registrou 2,3 pontos. No fator relacionamento social a amostra obteve uma média de 2,2 pontos. No que tange ao controle do stress, observou-se uma pontuação de 1,64 pontos. Através dessa pesquisa pode-se concluir que o grupo obteve uma avaliação geral do seu estilo de vida, com valorização média de 1,92 pontos. Faz-se importante ressaltar que melhoras são necessárias e sempre bem vindas, uma vez que uma pontuação excelente deveria ter como resultado a pontuação máxima (3 pontos) ou valores bem mais próximos do que o encontrado pela amostra.

4255

6

PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E FATORES DE RISCO À SAÚDE NA POPULAÇÃO ATENDIDA PELO CENTRO DE ORIENTAÇÃO EM ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE (COAFIS/CDS/UFSC)

ANDRÉA FERREIRA CARDOSO - Universidade Federal de Santa Catarina
Marcius de Almeida Gomes - Universidade do Estado da Bahia (UEB)
Maria de Fátima da Silva Duarte - Universidade Federal de Santa Catarina

A inatividade física e outros comportamentos negativos interferem na qualidade de vida. O objetivo desta pesquisa foi identificar a relação entre a prática de atividade física (AF) e fatores de risco à saúde na população atendida no Centro de Orientação de Atividade Física e Saúde (COAFIS/CDS/UFSC). A população do estudo foi constituída por 95 adultos, sendo 48,4% ($n=46$) homens e 51,6% ($n=49$) mulheres, com idade média e desvio padrão de 41 ± 14 anos. Investigou-se a prevalência de percentual de gordura e risco coronariano elevados, uso de medicamentos, tabagismo, consumo de bebida alcoólica e percepção do estresse. Foram mensuradas as medidas antropométricas de estatura, massa corporal, perímetro de cintura e dobras cutâneas para a determinação do Risco Coronariano Elevado (RCE), por meio do cálculo do Índice de Conicidade (IC) e o percentual de gordura (%G), através da equação de Pollock. Para análise dos dados utilizou-se a estatística descritiva (frequência, média e desvio padrão) e o teste de associação do Qui-quadrado (2), adotando-se um nível de significância de 95%. Na caracterização da amostra observou-se semelhanças entre solteiros e casados, com 41,1% ($n=39$) e 42,1% ($n=40$), respectivamente. Com relação à prática de AF, 77,7% ($n=73$) afirmaram ser praticantes. Observou-se que os indivíduos não praticantes apresentaram prevalências elevadas para a maioria dos fatores de risco à saúde, com exceção apenas para o consumo de bebida alcoólica. Para os %G elevados, RCE e tabagismo identificou-se associações significativas ($p \leq 0,05$). Por fim, os resultados encontrados reafirmam a importância da atividade física para adoção de comportamentos positivos e para o controle e prevenção de fatores de risco à saúde.

4257

8

A INFLUÊNCIA DO CONHECIMENTO DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC) DOS TRABALHADORES DAS INDÚSTRIAS NO ESTILO DE VIDA

DAIANE CRISTINA DE AMORIM - SESI Lazer / Joinville

A empresas estão cada vez mais oportunizando seus colaboradores a obter um estilo de vida saudável. O SESIGE (Sesi Ginástica na Empresa) entra como um interventor neste sentido proporcionando aos trabalhadores da indústria a aproximar-se da atividade física e informar quanto ao seu benefício. Uma das ações desenvolvidas pelo SESIGE foi avaliar e informar o IMC (Índice de Massa Corporal) aos trabalhadores de uma indústria do Norte do Estado. O objetivo dessa pesquisa foi investigar junto aos colaboradores que acusaram sobrepeso ou algum grau de obesidade, se acham importante ter essa informação, se estes modificaram sua alimentação e iniciaram algum programa de atividade física ou se pretendem promover ações para melhorar seu resultado. Para coletar essas informações foi elaborado um questionário com quatro perguntas direcionadas para mudanças de comportamento quanto a adotar um estilo de vida saudável. Os resultados mostram que em sua maior parte 97% dos colaboradores acham importante saber seu IMC; 65% adotaram uma alimentação mais saudável; 36% iniciaram algum programa de atividade física e 97% pretendem promover ações para que seu resultado de IMC seja melhor. Percebe-se que a informação é uma importante ferramenta para a adoção de uma alimentação saudável pois, diante dela 65% mudou seus hábitos alimentares. Fazer com que os colaboradores iniciem um programa de atividade física parece ser o grande desafio para os professores do SESIGE, é neste sentido que as propostas de trabalho serão direcionadas.

4266

9

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E FORMAS DE OCUPAÇÃO DO TEMPO LIVRE DOS FUNCIONÁRIOS TÉCNICO-ADMINISTRATIVOS DA UNOESC CAMPUS DE JOAÇABA

ELISABETH BARETTA - UNOESC / JOAÇABA
 Crislaine Junior - UNOESC / JOAÇABA
 Marly Baretta - UNOESC / JOAÇABA
 Edmar de Oliveira Pinto - UNOESC / JOAÇABA
 Rudy José Nodari Junior - UNOESC / JOAÇABA

A adoção de um estilo de vida fisicamente ativa irá proporcionar mudanças de comportamento dos indivíduos, o que contribui para a redução de diversos agravos à saúde. O objetivo deste estudo foi identificar o nível de atividade física e a forma de ocupação do tempo livre dos funcionários técnico-administrativos da UNOESC Campus de Joaçaba. Realizou-se uma pesquisa aplicada, de abordagem quantitativa, de procedimentos descritivos com funcionários técnico-administrativos de ambos os sexos da Unoesc Campus de Joaçaba, selecionados por conveniência. Para identificar o nível de atividade física, utilizou-se o IPAQ, forma curta, versão 8 (2003). Foram considerados ativos os indivíduos que relataram praticar mais que 150 minutos de atividade física durante a semana, conforme recomendado pela literatura. Foram investigados 60 indivíduos, sendo 47 (78,3%) mulheres e 13 (21,7%) homens, com idade média de 31 anos (DP = 8,6). Verificou-se que 58,3% (n=35) dos entrevistados foram considerados ativos. Com relação às formas de ocupação do tempo livre, 25,0% (n=15) dos entrevistados relataram que apenas descansam, 10,0% (n=6) ocupam seu tempo livre para ficar com a família, 10,2% (n=6) disseram que ou dormem, lêem, assistem televisão ou realizam trabalhos manuais, ou ainda, freqüentam festas ou praticam algum esporte, enquanto que 55,0% (n=33) relataram que fazem tudo o que o restante faz e outras atividades. O nível de atividade física encontrado foi baixo, quando comparado a outros estudos. Acredita-se que propostas de incentivo e ações no sentido de conscientizar e até mesmo proporcionarem a ocupação do tempo livre de uma forma mais racional, viriam contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos funcionários desta Universidade.

4270

11

AUTOPERCEPÇÃO CORPORAL E ESTILO DE VIDA DE ADOLESCENTES

LUDEMYLLA LUANNA BARRETO SILVA - Núcleo de Pesquisa em Aptidão Física de Sergipe/DEF/Universidade Federal de Sergipe
 Ana Angélica Santana Souza - NUPAFISE/DEF/UFS
 Diego Augusto Santos Silva - NUPAFISE/DEF/UFS
 José Jean de Oliveira Toscano - Núcleo de Educação Física e Desporto/UFAL
 Antônio César Cabral de Oliveira - NUPAFISE/DEF/UFS

A preocupação com a aparência física e o corpo "ideal" é um problema emergente nos dias atuais, sobretudo entre os adolescentes. Esta preocupação pode refletir até no estilo de vida dos adolescentes. Assim, o objetivo foi verificar a associação da autopercepção corporal com os hábitos alimentares e o nível de atividade física dos adolescentes, entendidos como estilo de vida. O estudo foi formado por uma amostra de 92 garotas com uma idade média de 12,49 ($\pm 1,09$) anos do Colégio de Aplicação da Universidade Federal de Sergipe. Para verificar a autopercepção corporal as garotas respondiam como percebiam sua aparência física (magra, normal ou gorda). Para verificar o nível de atividade física (NAF) foi utilizado um recordatório de 24h, cujas garotas foram classificadas com níveis suficientes ou insuficientes de atividade física. Para investigar os hábitos alimentares foi respondido com que freqüência semanal elas ingeriam certos alimentos, a partir daí classificou-as com hábitos adequados, inadequados ou equilibrados. Para análise dos dados usou-se a estatística descritiva e o teste qui-quadrado, respeitando o nível de significância de 5%. Em relação à autopercepção corporal 28% da amostra classificaram-se como normais, 18% magra e 54% gorda. Em relação ao NAF, 70% das garotas apresentaram níveis insuficientes. Para hábitos alimentares, 46% apresentaram níveis adequados, 11% inadequados e 43% equilibrados. A autopercepção corporal não se associou significativamente nem com o NAF nem com os hábitos alimentares. Assim, pode-se concluir que a autopercepção corporal de garotas independe do NAF e dos hábitos alimentares, sendo necessários estudos que investiguem a associação da autopercepção corporal com outras variáveis.

4267

10

ATIVIDADE FÍSICA EXTRA-ESCOLAR E INDICADORES DE SOBREPESO DE INDIVÍDUOS ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO DO MUNICÍPIO DE SÃO JOSÉ DO OURO/RS

MARLY BARETTA - Universidade do Oeste de Santa Catarina / Unoesc / Joaçaba
 Jacilde Burtuli - UNOESC / Joaçaba
 Elisabeth Baretta - UNOESC / Joaçaba
 Edmar de Oliveira Pinto - UNOESC / Joaçaba
 Rudy José Nodari Junior - UNOESC / Joaçaba

A adolescência é a fase do desenvolvimento humano onde o indivíduo passa por grandes transformações físicas, psíquicas e psicossociais. O objetivo deste estudo foi investigar a prática de atividade física e os indicadores de sobrepeso de adolescentes estudantes do ensino médio do período diurno e noturno do município de São José do Ouro (RS). Realizou-se uma pesquisa aplicada, de abordagem quantitativa, de procedimentos descritivos, onde foram investigados 92 adolescentes de ambos os sexos. Aplicou-se um questionário contendo informações sociodemográficas, percepção dos adolescentes em relação à aparência, formas de prática de atividade física no período extra-escolar e qualidade de vida. Registrou-se o peso e estatura dos adolescentes para calcular o IMC. A média de idade dos adolescentes foi de 17,46 anos (DP = 3,4). Constatou-se que a maioria dos adolescentes trabalha (73,9%) e que realizam algum tipo de atividade física no período extra-escolar (41,3%). Aparentemente, os adolescentes do sexo masculino (95,5%) demonstraram-se mais satisfeitos em relação a aparência do que as adolescentes do sexo feminino (58,1%). Em relação ao motivo pelo qual realizam atividades físicas, 49,0% relataram o fato de fazer bem à saúde. Por outro lado, constatou-se 8,7% dos adolescentes com IMC abaixo do normal, 8,7% com sobrepeso e 2,2% foram classificados como obesos de grau I. Apesar de um número satisfatório de adolescentes praticarem atividades físicas, faz-se necessário estimular ainda mais a procura pelas atividades esportivas e recreativas com objetivos de prevenção e conscientização dos efeitos benéficos da realização de atividades físicas regularmente.

4273

12

QUALIDADE DE VIDA SEXUAL E FREQUÊNCIA SEXUAL DURANTE A GESTAÇÃO

CINARA SACOMORI - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Fernando Luiz Cardoso - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Daniele Peres - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Rozana Aparecida Silveira - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Gustavo Levandosky - Universidade do Estado de Santa Catarina

A qualidade de vida também implica em condições para se ter uma vida sexual satisfatória. Na gestação, particularmente, apesar da freqüência e do desejo sexual do casal mudar ou diminuir, eles não são menos sexuais do que eram antes da gestação. Assim, o objetivo deste estudo é descrever e comparar a freqüência sexual de gestantes. Pesquisa descritiva, cujas participantes foram 150 gestantes de Florianópolis (SC) maiores de 18 anos e sem limitação de período gestacional. Foi utilizado o Questionário de Sexualidade na Gestação e a análise dos resultados foi a partir de estatística descritiva e teste de correlação de Pearson. Obteve-se que a freqüência sexual no decorrer da gestação tende a diminuir gradualmente. Apenas 5.4% das mulheres mostraram-se abstinentes ao coito no primeiro trimestre, 5.8% no segundo e 13.6% no terceiro. Houve correlação, com $p < 0,01$, entre a freqüência sexual antes da gestação e freqüência sexual no primeiro (.657), segundo (.564) e terceiro (.433) trimestres. Também houve correlação, com $p < 0,01$, entre a freqüência sexual no primeiro trimestre e freqüência sexual no segundo (.847) e terceiro (.585) trimestres; e entre o segundo e terceiro trimestres (.788). As correlações encontradas entre a freqüência sexual indicam que as mulheres que têm maiores freqüências de atividade sexual antes da gestação também apresentam uma freqüência sexual mais elevada durante toda a gestação, sugerindo que a freqüência sexual tem um caráter bastante individual. Apesar de a variável freqüência sexual não ser isoladamente um bom indicador da qualidade de vida sexual ela pode ser utilizada para fins comparativos.

4276

13

QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE DE PROFESSORES DO ENSINO MÉDIO: ASPECTOS DO DOMÍNIO FÍSICO E SUA RELAÇÃO COM A PRÁTICA PEDAGÓGICA

OSMAR ANTONIO CONTE - FASUL

A pesquisa verificou se existe relação entre a qualidade de vida e saúde dos professores, delimitada no Domínio Físico e a percepção que estes têm de sua competência profissional e pedagógica. Os dados foram coletados entre abril de 2005 e abril de 2006, com uma amostra de 119 professores de escolas de ensino médio estaduais de Toledo, Pr., utilizando-se uma entrevista estruturada, contendo: - caracterização sociodemográfica, - Indicadores de Qualidade de Vida e Saúde (WHOQOL breve – OMS) e - Escala de Competência Profissional Percebida. A fundamentação teórica foi baseada na Teoria Sistêmica. Os resultados mostram que 73,1% dos professores possuem entre 30 e 50 anos, 67,2% são concursados, 68,1% trabalham entre 31 e 40 h/a semanais e 58,8% tem remuneração entre 5 e 10 s. m. 60,4% atuam em mais de duas disciplinas e 68,9% atuam em mais de uma escola. As respostas mostram que 39,5% dos professores apresentam alguma dor física e 56,3% possuem pouca energia para suas atividades cotidianas; 58% estão satisfeitos com o sono; 62,2% possuem satisfação com as condições de trabalho e 81,5% tem alguma necessidade de tratamento médico. Conclui-se que os professores estão satisfeitos com as condições de vida e saúde e apresentaram percepção positiva quanto sua competência profissional e pedagógica. Verificou-se no cotidiano escolar, uma situação contrária à registrada pelos docentes na pesquisa, ocorrendo uma negação das reais condições de vida e saúde dos professores e uma auto-afirmação positiva da competência profissional como forma de garantir sua condição psicológica e social de atuação.

4297

15

COMPORTAMENTOS RELACIONADOS À SAÚDE DOS FORMANDOS EM EDUCAÇÃO FÍSICA DA UEL

HERCULES JOSÉ PELEGRINA - Universidade Estadual de Londrina
 Mathias Roberto Loch - Universidade Estadual de Londrina
 Emília Miwa Nakano - Universidade Estadual de Londrina

Este estudo teve como objetivo verificar a prevalência de determinados comportamentos relacionados à saúde dos estudantes formandos do curso de Educação Física da UEL, segundo gênero e turno de estudo. A amostra foi composta por 107 estudantes (média=23,78; DP= 2,5 anos). Para análise de dados utilizou-se estatística descritiva e o teste do Qui-quadrado, com $p < 0,05$. Os comportamentos investigados foram: consumo inadequado de frutas (CIF) e de verduras (CIV), prática de atividade física no lazer (AFL), consumo abusivo de álcool (CAA) e tabagismo. De modo geral o comportamento negativo com maior prevalência foi o CIF (consumo inferior à cinco dias em uma semana típica) com 53,3%, seguido pelo CAA (consumo de cinco ou mais doses em uma mesma ocasião nos últimos 30 dias), com 51,4%. O tabagismo foi o comportamento menos prevalente, com 9,3%. Comparando-se a proporção dos comportamentos segundo gênero, constatou-se que os homens apresentaram maior prevalência de CIF (64,4% contra 39,6% das mulheres) e de CIV (42,4% contra 22,9% das mulheres). Em relação ao turno de estudo, observou-se que os sujeitos do turno noturno apresentaram maior proporção de CIF (64,4% contra 45,2% dos alunos do matutino). Por outro lado, maior prevalência de CAA foi verificada entre os alunos da manhã (62,9% contra 35,6% dos alunos do noturno). Assim, conclui-se que a proporção de alguns comportamentos negativos varia segundo gênero e turno na amostra investigada, o que não aconteceu com outras variáveis (caso de AFL e tabagismo).

4294

14

ALTERAÇÕES AGUDAS NA PRESSÃO ARTERIAL APÓS CORRIDA EM PISTA A 60-70% DA FREQUÊNCIA CARDÍACA MÁXIMA

BRUNNO ELIAS FERREIRA - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
 Erika Alves Morel - UFMS
 Antonio Carlos Mussi da Silva - UFMS
 Gabriela Morales - UFMS
 Fabricio Ravagnani - UFMS

A corrida de rua é largamente praticada no Brasil, tanto para condicionamento físico como prevenção a doenças, dentre elas a hipertensão arterial. Como a caminhada e/ou corrida é quase sempre indicada para auxiliar na manutenção de níveis saudáveis de pressão arterial (PA), este estudo objetivou analisar se as alterações que ocorrem após a sessão de corrida com baixa/moderada intensidade são realmente significantes. Para tanto foram selecionados 10 indivíduos (6 mulheres e 4 homens) que praticavam a corrida há 1-2 semanas (48,5±9,3 anos, IMC 25,8±6,2 kg/m²). Os indivíduos realizaram 3 sessões de corrida a 60-70% da frequência cardíaca máxima (FC_{máx}), monitorados pelo frequencímetro Polar Accurex Plus. As sessões tinham duração de 40-50 minutos e foram feitas às 16-19 horas nas ruas de um parque. A pressão arterial foi aferida pelo esfigmomanômetro Premium pelo método auscultatório sentado. Os resultados coletados foram analisados pelo teste de Wilcoxon ($p < 0,05$) através das médias feitas com as 3 sessões. Os resultados obtidos foram: PA sistólica inicial = 120,3±9,3; PA diastólica inicial = 81±11,3; PA sistólica final = 116,8±12,2; PA diastólica final = 78,7±9,2 mmHg. A análise estatística mostrou $p = 0,051$ para a PA sistólica e $p = 0,286$ para a PA diastólica. Os resultados mostram que as alterações agudas não são estatisticamente significantes para a população estudada através de intensidade de corrida a 60-70% da FC_{máx}, corroborando outros estudos que apontam uma maior intensidade de exercício para efetivo controle da PA.

4302

16

HÁBITOS DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE EX-USUÁRIOS DE EXERCÍCIO FÍSICO PERSONALIZADO

RAYMUNDO PIRES JUNIOR - Unopar - Universidade Norte do Paraná
 Vera Lucia Vargas
 Eldo Antonio Padilha

O presente estudo teve como objetivo verificar os hábitos da prática de atividades físicas entre ex-usuários de uma clínica de exercício físico personalizado do município de Londrina, Paraná. Um questionário foi especialmente preparado para o estudo. Foram envolvidos 78 sujeitos, sendo 46 do sexo feminino e 32 do sexo masculino, com idade média de 43,9 anos e 41,7 anos respectivamente, os quais abandonaram o serviço de exercício físico personalizado em média há 2,8 anos. A grande maioria dos entrevistados, entre os dois sexos, acredita que se tornaram mais ativos fisicamente após ingressarem neste serviço. Entre eles, 52% continuam praticando algum tipo de atividade e/ou exercício físico. A maioria, 43,4% realiza as atividades físicas sozinhos, 41,5% frequentam academia de ginástica/musculação e 15,1% praticam algum tipo de esporte. O motivo principal atribuído para 53,7% dos desistentes, foi a falta de tempo. Para 20,1% a preguiça é o motivo que os leva a não praticar nenhum tipo de atividade física, enquanto que para aproximadamente 8%, doença e problema financeiro são os motivos que os levaram a desistir do serviço personalizado. Conclui-se mediante os dados coletados que grande proporção dos sujeitos envolvidos na pesquisa incorporou o hábito da prática de atividade física habitual, uma vez que admitem que após iniciarem a prática de exercícios físicos, tornaram-se mais ativos fisicamente. Sustenta-se a idéia também pelo fato que 52% procuraram outro segmento para a prática de atividade e/ou exercício físico, entretanto, o número daqueles que não se habituaram à prática de atividade física ainda é grande, perfazendo 48%, mesmo tendo vivenciado a prática do exercício físico personalizado.

4309

17

PERFIL DO ESTILO DE VIDA DE MULHERES COM SÍNDROME FIBROMIÁLGICA

FERNANDA DA SILVA FERREIRA - Universidade do Estado do Rio de Janeiro
 Áurea Sakamoto Pais - Universidade do Estado do Rio de Janeiro
 Tatiana Rodrigues dos Santos - Universidade do Estado do Rio de Janeiro
 Maria Lúcia Alves Cavaliere - Universidade do Estado do Rio de Janeiro
 José Sílvio de Oliveira Barbosa - Universidade do Estado do Rio de Janeiro

A Fibromialgia é uma síndrome crônica cujo sintoma central é a dor. A síndrome e as manifestações clínicas associadas comprometem o bem-estar físico e a qualidade de vida. Conhecer o estilo de vida desta população pode contribuir para a detecção das áreas comprometidas, o planejamento e promoção de ações que visem minimizar os prejuízos impostos e a mensuração do impacto das intervenções. O objetivo deste estudo foi avaliar o perfil do estilo de vida de alunas do projeto Tratamento Multidisciplinar para Portadores de Fibromialgia. O instrumento de pesquisa utilizado foi o questionário "Perfil do Estilo de Vida Individual" aplicado em 19 alunas antes do ingresso, após 6 e 12 meses no projeto. O questionário é constituído de 15 itens divididos em 5 componentes: nutrição, atividade física, comportamento preventivo, relacionamento social e controle do estresse. A análise dos questionários foi feita em grupo e o escore médio de cada item foi representado na figura do Pentágono do Bem-Estar. Quanto mais preenchido estiver o Pentágono, mais positivo é o perfil do estilo de vida e quanto menos preenchido, mais negativo é o perfil. No ingresso, os resultados mostram comprometimento do estilo de vida das participantes deste estudo na maioria dos componentes do Pentágono do Bem-Estar, especialmente nos itens atividade física, controle do estresse e relacionamento social. Observa-se uma discreta variação positiva nos 6 primeiros meses e expressiva alteração positiva após 12 meses. O perfil do estilo de vida, que era negativo ao ingressar, modificou-se para um perfil positivo após 6 e 12 meses de intervenção revelando impacto positivo das ações do projeto sobre este grupo.

4310

18

FATORES MOTIVACIONAIS QUE LEVAM IDOSOS À PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA REGULAR

ANNELIESE SCHONHORST ROCHA - Universidade Luterana do Brasil
 Jerusa Maria Wildner Chaves - ULBRA
 Luiz Antônio Barcelos Crescente - ULBRA
 Débora Rios Garcia
 Elisângela Torriana Zanette - ULBRA

Este estudo teve como objetivo investigar quais são os fatores motivacionais que levam os idosos acima de 60 anos à prática de atividades físicas regulares. Essa pesquisa foi do tipo exploratória, quantitativa, observacional, de levantamento e de análise descritiva. A amostra foi composta por 26 idosos entre 60 e 87 anos de idade, de ambos os sexos. Para verificar os fatores motivacionais, foi utilizado um questionário adaptado de Gill e col (1983), composto de 22 questões que foram divididos em 8 categorias: Status, Equipe, Forma Física, Energia Liberada, Outros/Situacionais, Habilidades, Amigos e Diversão. Pode-se verificar, a partir deste estudo, a existência de inúmeros fatores motivacionais que levam idosos a praticarem atividades físicas. Os quatro principais desses fatores pesquisados foram: a saúde (categoria forma física), a melhora nas habilidades (categoria habilidades), o controle do estresse (categoria energia liberada) e o perfil de pessoas com facilidade de relacionar-se, favorecendo o desenvolvimento de amizades (categoria amigos).

4313

19

PERCEÇÃO DO AMBIENTE ESCOLAR DE ADOLESCENTES ATIVOS E SEDENTÁRIOS

MARTINA KIELING SEBOLD BARROS ROLIM - UDESC / Unisul
 Thiago Sousa Matias - UDESC
 Alexandro Andrade - UDESC

A prática de atividade física pode contribuir positivamente na adolescência, favorecendo atitudes comportamentais e de convivência. O objetivo deste estudo foi comparar a percepção do ambiente escolar de adolescentes ativos e sedentários. A população do trabalho constitui-se de adolescentes de 13 a 19 anos, estudantes de Centros Federais de Educação Tecnológica de Santa Catarina. Uma escola foi selecionada para este estudo. Participaram 316 adolescentes divididos por nível de atividade física (NAF) (ativos, pouco ativos e sedentários), sendo que os adolescentes pouco ativos foram excluídos da amostra, permanecendo 216 adolescentes. O NAF foi verificado através do Questionário de Atividades Físicas Habituais (NAHAS, 2001). As questões que compõem a percepção do ambiente familiar foram do tipo Likert e fazem parte do Questionário de Auto-avaliação do Estilo de Vida e Auto-eficácia (Rolim, 2007). Além da estatística descritiva, foi utilizado o teste "t" de student. Observou-se que meninos e meninas avaliam o ambiente escolar de maneira semelhante e estes quando ativos tendem a avaliar o este ambiente de maneira mais positiva que os sedentários, porém esta relação não é significativa. Em relação as meninas, as ativas sentem-se mais valorizadas pela escola e professores do que as sedentárias ($=0,019$). Ao observar tendências na relação atividade física e benefícios comportamentais, percepção de um melhor ambiente escolar e melhora na percepção de valorização frente aos aspectos que compõem este ambiente, é possível propor que a prática de atividade física pode contribuir nesta relação. Assim as transições psicológicas, características desta fase da vida, podem ser equilibradas com atitudes positivas em relação ao estilo de vida

4343

20

A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA PARA A IMAGEM CORPORAL E A QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA FÍSICA

SIMONE TERESINHA MEURER - Universidade Federal de Santa Maria
 Luciana Erina Palma - Universidade Federal de Santa Maria
 Silmara Elice Renner Matthes - Universidade Federal de Santa Maria

Conhecer e analisar a imagem corporal dos alunos com os quais se trabalha, é de grande dimensão em importância, especialmente por que a partir de tal, pode-se, intervir dentro deste aspecto, contribuindo positivamente, auxiliando-os a conhecerem e a desvendarem suas possibilidades corporais, fornecendo assim melhorias no que tange a qualidade de vida. O estudo teve como objetivo analisar a imagem corporal de alunos com deficiência física participantes de atividades aquáticas e de dança. Participaram 10 (dez) alunos com deficiência física participantes de projetos de extensão vinculados ao NAEFFA (Núcleo de Apoio e Estudos da Educação Física Adaptada) da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Os alunos participantes da dança apresentavam idade média de 11 anos e os alunos participantes das atividades aquáticas apresentavam idade média de 41 anos. Os instrumentos foram: Gráfico de Apreciação do Próprio Corpo (Penna, 1990), Gráfico Adaptado sobre Apreciação do Próprio Corpo (adaptado de Penna, 1990), Gráfico de Sintomas (Penna, 1990) e Questionário adaptado "Minha Imagem Corporal" (adaptado de Rodrigues, 1999). Analisando os dados encontrados nas duas fases do estudo, identificou-se que houve mudanças positivas na imagem corporal dos alunos após três meses de participação em atividades de dança e atividades aquáticas. Foram encontradas diferenças entre os dois grupos analisados. Infere-se que as diferenças devem-se especialmente à faixa etária destes alunos e a característica da deficiência (congenita ou adquirida). Desta forma, destaca-se a importância das atividades físicas – dança e atividades aquáticas – na melhoria da imagem corporal de alunos com deficiência física.

4370

21

ANÁLISE ERGONÔMICA DE UM DOS POSTOS DE TRABALHO DA PRÓ REITORIA DE PESQUISA E PÓS GRADUAÇÃO DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE LONDRINA

CARLOS ALBERTO VEIGA BRUNIERA - Universidade Estadual de Londrina
Neil Galamba

Evanil Antonio Guarido - Universidade Estadual de Londrina

Luis Alberto Garcia Freitas - Universidade Estadual de Londrina

O objetivo deste estudo foi analisar os fatores de risco para o desenvolvimento de doenças ocupacionais relacionada ao trabalho nos colaboradores da Pró Reitoria de Pesquisa e Pós Graduação da Universidade Estadual de Londrina. Para o levantamento de dados foi aplicado um check-list relacionado ao ambiente de trabalho, como também a mensuração de dados antropométricos de todos os funcionários que faziam atendimento ao público. Foi constatado que o ambiente de trabalho analisado apresenta uma deficiência em relação às normas exigidas como sendo ideal para realizar suas tarefas diárias sem prejuízo a saúde. O uso de movimentos repetitivos associados a ambientes ergonomicamente inadequados pode ocasionar posturas inadequadas, que provavelmente é um dos fatores responsáveis pelo surgimento ou agravamento das chamadas doenças ocupacionais. Para tentar amenizar este problema em curto prazo algumas providências podem ser tomadas; aplicar a Ginástica Laboral, com a realização de exercícios específicos no próprio local de trabalho; efetuar pausas no trabalho, a fim de preservar a integridade física, psicológica e social do funcionário; oferecer palestras que permitam ao funcionário conhecimento de como adotar posturas corretas na realização do trabalho. E a médio e longo prazo espera-se que seja realizada a adequação do mobiliário utilizado pelos funcionários, contribuindo para evitar o surgimento de determinadas patologias que impossibilitam o trabalhador de realizar suas funções.

4392

23

HELP – PORTAL DE PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS FÍSICOS PARA PESSOAS VIVENDO COM HIV/AIDS

CLÁUDIO LUIS MIRANDA - Centro Universitário Feevale
Alexandre Ramos Lazzarotto - Centro Universitário Feevale
Juliano Varella de Carvalho - Centro Universitário Feevale
Marta Rosecler Bez - Centro Universitário Feevale
Carla Zanelatto - Centro Universitário Feevale

A cronicidade da AIDS tem imposto desafios aos profissionais da educação física, principalmente no desenvolvimento e monitoramento de programas de exercícios físicos para pacientes em diferentes estágios clínicos da infecção pelo HIV. Sendo assim, desenvolveu-se um sistema de apoio para a avaliação, prescrição e monitoramento de exercícios físicos para portadores do HIV. Foi elaborado um software de apoio à decisão clínica que armazena e permite extrair informações de referências cruzadas a partir de dados sócio-demográficos e parâmetros imunológicos, virológicos, cardiopulmonares, musculares, antropométricos e bioquímicos. O sistema é on-line e proporciona informações relevantes para tomadas de decisões clínicas pelos médicos e profissionais de educação física. Apresenta o formato de um portal com interfaces distintas para pacientes, médicos e profissionais da educação física que podem acessá-lo anonimamente ou a partir de cadastros. O histórico dos pacientes permite o acompanhamento individualizado do paciente e a geração de gráficos e relatórios sobre a evolução do quadro clínico geral e em relação aos exercícios. São aplicadas também, técnicas de mineração de dados para encontrar relacionamentos que não ficam aparentes devido ao grande volume de variáveis. Com uma extensa base de dados, estes relacionamentos apresentam informações que indicam aprimoramentos na técnica já aplicada. A partir deste sistema de apoio a decisão clínica tem sido possível contribuir para a melhoria da qualidade de vida do paciente, assim como qualificar o atendimento ambulatorial, minimizando os custos envolvidos em internações e atendimentos pelo SUS.

4386

22

ANÁLISE DA QUALIDADE DE VIDA EM ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO MUNICÍPIO DE PONTA GROSSA (PR)

FABRÍCIO CIESLAK - Universidade Federal do Paraná
Suelen Meira Góes - Universidade Federal do Paraná
Guanis de Barros Vilela Junior - METROCAMP-Campinas / Universidade Estadual de Campinas / Universidade Estadual de Ponta Grossa
Neiva Leite - Universidade Federal do Paraná
Thiago Krzesinski - Universidade Federal do Paraná

Introdução: No âmbito atual o interesse pelo tema Qualidade de Vida (QV) é crescente e o mesmo tem se tornado objeto de diversas pesquisas entre os profissionais da área da saúde, de modo que, a melhora da QV das pessoas constitui-se em uma das metas a serem alcançadas em diferentes campos de trabalho. Objetivo: Verificar o nível de QV em acadêmicos do curso de Educação Física do município de Ponta Grossa-PR. Métodos: A amostra compreendeu 85 acadêmicos do curso de Educação Física, sendo 46 do sexo masculino e 39 do feminino. Para mensuração da QV utilizou-se o questionário WHOQOL-Bref. A análise do instrumento foi realizada por intermédio dos critérios propostos pela equipe australiana do WHOQOL e a consistência interna das respostas foi avaliada através do coeficiente de fidedignidade Alfa de Cronbach (α). Para analisar as diferenças da QV entre os grupos foi realizado o Teste U de Mann-Whitney, com $p < 0,05$. Resultados: O valor do Alfa de Cronbach foi de $\alpha=0,80$ para o sexo masculino e $\alpha=0,77$ para o sexo feminino. Os resultados obtidos foram satisfatórios para uma QV geral, sendo que os piores valores obtidos foram para o domínio ambiental. A comparação entre os grupos identificou diferenças no Domínio III – Relações Sociais, em que as mulheres apresentaram índices maiores do que os homens ($p = 0,027$). Entretanto, para o Domínio I – Físico ($p = 0,298$), Domínio II – Psicológico ($p = 0,712$), Domínio IV – Meio-ambiente ($p = 0,198$) e QV geral ($p = 0,629$) não foram encontradas diferenças significativas. Conclusão: O principal achado deste estudo foi que o domínio ambiental é o responsável primordial pela diminuição da QV em ambos os grupos estudados, demonstrando a necessidade de maior investimento em políticas públicas.

4396

24

ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM MENINAS DE BAIXO NÍVEL SÓCIO-ECONÔMICO: UMA AVALIAÇÃO REFERENCIADA POR NORMA

MARCOS CORRÊA JUNIOR - Universidade Estadual de Londrina
Arlí Ramos de Oliveira - Universidade Estadual de Londrina
Márcia Greguol Gorgatti - Universidade Estadual de Londrina
Eduardo Vignoto Fernandes - Universidade Estadual de Londrina

Introdução: O Índice de Massa Corporal (IMC) é uma maneira simples e prática de se determinar a massa corporal (peso) de uma pessoa, e verificar se ela está dentro do recomendável para a saúde (NAHAS, 2006). Pessoas que apresentam um IMC elevado podem, com o passar do tempo, desenvolver doenças como diabetes, hipertensão e doenças cardiovasculares. Objetivo: O objetivo do presente estudo foi verificar o IMC de meninas pós-menarca em relação a um referencial normativo. Metodologia: Os materiais utilizados foram: balança Filizola e um estadiômetro de madeira. Para a determinação do IMC foi utilizada a equação: massa corporal (Kg) dividido pela estatura (m) elevada ao quadrado. Na análise da maturação biológica das meninas foi utilizada a idade da menarca nas meninas através de um recordatório do dia mês e ano da ocorrência conforme Matsudo & Matsudo (2005). Para a interpretação dos resultados utilizou-se a tabela atual da Organização Mundial da Saúde. A amostra foi constituída por 9 meninas, com idade média de 13,3 ($\pm 1,65$) anos, peso de 49,1 ($\pm 5,60$) kg e estatura de 156,9 ($\pm 4,87$) cm, participantes do Projeto Perobal, uma parceria da Universidade Estadual de Londrina-Paraná com o Instituto Ayrton Senna/Audi, de São Paulo, voltado à inclusão social de crianças e adolescentes. Para análise dos dados utilizou estatística descritiva para caracterização da amostra. Resultados: Os resultados demonstram que a maioria dos sujeitos do estudo (67%) se encontra na faixa recomendável. Entretanto, uma porcentagem expressiva das meninas (33%) se encontra em situação de baixo peso. Conclusão: Esses resultados indicam que o IMC da maioria das meninas avaliadas se encontra na faixa recomendável quando comparado à tabela normativa.

4397

25

EXTENSÃO EM DANÇA DE SALÃO: BUSCANDO QUALIDADE DE VIDA

JANAÍNA VASCONCELOS MARTINS - PET- Educação Física- UFMS

Marcelo Victor da Rosa - Departamento de Educação Física-Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (DEF/UFMS)

A vida do ser humano era mais ativa no passado até essa revolução tecnológica e o modo capitalista de compreender as relações humanas. Assim a saúde e o bem-estar estão ficando de lado, tornando as pessoas cada vez mais sedentárias e propensas às doenças crônico-degenerativas. Com essas transformações e problemas, a população tem se preocupado mais, tendo a sua frente a necessidade de mudanças no seu estilo de vida: praticar atividades corporais, ter uma boa alimentação e manter práticas saudáveis. Ciente do seu compromisso com a sociedade, entre eles o de promover a qualidade de vida à sociedade, a Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS) desenvolve o Programa de Atividades Físicas, e nele encontra-se o Projeto de Extensão "Dança de Salão-UFMS". Além do ensino dos mais variados ritmos, proporciona-se aos alunos momentos de prazer, relaxamento, integração, distração, além de desenvolver o auto-conhecimento, a criatividade e o coletivo, isto na perspectiva de promover melhor qualidade de vida para os alunos. O Projeto organiza também participação em bailes, nos quais os alunos praticam o que aprenderam e ainda exercitam esse convívio social. Concomitante a extensão, realiza-se uma pesquisa acerca da percepção rítmica, a qual tem por objetivos analisar essa capacidade dos alunos, se há diferenças entre os sexos, se há melhoras com a prática constante. Sabe-se que existem várias possibilidades para que as pessoas tenham um estilo de vida mais saudável; entretanto, com a ajuda de profissionais da Educação Física e Dança, a sociedade poderá viver mais e melhor.

4426

27

VIVENCIANDO O YOGA: UMA ABORDAGEM DAS PRINCIPAIS LINHAS E A EXPERIÊNCIA VIVIDA

SÍLVIA DO NASCIMENTO AQUINI - Universidade do Estado de Santa Catarina

O presente trabalho tem como principais objetivos expor a abrangência do significado do Yoga e as suas diferentes linhas, bem como destacar a experiência vivida através de projetos realizados na UDESC - Universidade do Estado de Santa Catarina. O mesmo apresenta uma revisão de literatura abordando a abrangência do significado da palavra Yoga e as principais linhas pelas quais o Yoga se manifesta; dá-se destaque ao Hatha Yoga e YogaTerapia, uma vez que são a base do trabalho até aqui desenvolvido. É apresentado, com a devida importância, um relato de experiência sobre os projetos de extensão que são realizados na UDESC desde 2001, envolvendo grupos para a Terceira Idade, Acadêmicos, Comunidade e Portadores de Distúrbios Cardiovasculares. Esta é uma pesquisa qualitativa com enfoque na análise de conteúdo, sendo que a amostra foi composta por dezesseis (16) indivíduos praticantes de Hatha Yoga. Foram coletados depoimentos sobre "o que é Yoga para você?" e dentro da análise dos relatos foram encontradas com grande representatividade unidades de significado sobre "Yoga e autoconhecimento", "Yoga e saúde", "Yoga e sentimentos", "Consciência corporal" e "Yoga, sabedoria e meditação". A partir desta análise, foi possível estabelecer um ponto de encontro entre os depoimentos dos alunos e as contribuições da literatura enfatizando a estreita relação entre filosofia e prática. Da mesma forma, foi possível perceber a importância da realização destes projetos junto à comunidade, tendo em vista sua ampla atuação social. Sendo assim, este trabalho serviu como um excelente instrumento de reflexão, percepção e estabelecimento de novas metas.

4400

26

PERFIL DO ESTILO DE VIDA DOS ORIENTADORES DE ATIVIDADES FÍSICAS DO SESI – GRANDE FLORIANÓPOLIS

ALINE REICHERT COELHO - SESI - Serviço Social da Indústria

Gitana Vieira da Silva

Poucos são os estudos que investigam o estilo de vida e saúde dos profissionais de educação física. A pesquisa analisou o estilo de vida dos Orientadores de Atividades Físicas do SESI. Na coleta de dados utilizou-se o Pentáculo do Bem-Estar. O questionário aborda sobre: nutrição, atividade física, controle do estresse, relacionamento social e comportamento preventivo. A população foi de 25 orientadores que atuam no SESI na área de Lazer, da Grande Florianópolis. Os resultados obtidos na nutrição foram que 64% dos orientadores ingerem diariamente 5 porções de frutas e verduras, 68% evitam ingerir alimentos gordurosos e doces e fazem de 4 a 5 refeições ao dia incluindo café da manhã completo. Na atividade física 56% praticam 30 minutos de atividades físicas moderadas ou intensas 5 ou mais dias por semana, 80% fazem ao menos duas vezes por semana exercícios que envolvam força e alongamento muscular. No comportamento preventivo 80% dos orientadores conhecem e controlam seus níveis de colesterol e pressão arterial, 86% não fumam e não bebem mais de uma dose diária de álcool e 92% respeitam as normas de trânsito. No relacionamento social, 90% estão satisfeitos com seus relacionamentos e procuram cultivar amigos, 68% nas horas de lazer estão com amigos e praticam atividades esportivas. No gerenciamento de estresse 68% reservam tempo para relaxar diariamente, 72% mantêm-se tranquilos mesmo se contrariados em discussões e 56% equilibram o tempo entre trabalho e lazer. Conclui-se que os orientadores de atividades físicas possuem um estilo de vida saudável, isso se justifica provavelmente por se tratar de profissionais de educação física que atuam no programa de promoção de saúde (SESI Ginástica na Empresa).

4435

28

TEMPO DE REAÇÃO DE ADOLESCENTES ASMÁTICOS E NÃO ASMÁTICOS

RENATA GOMES DOS SANTOS - Universidade Federal de Santa Maria/UFMS

Danielle Ledur Antes - Universidade Federal de Santa Maria/UFMS

Andressa Ribeiro Contreira - Universidade Federal de Santa Maria/UFMS

Juliana Izabel Katzer - Universidade Federal de Santa Maria/UFMS

Sara Teresinha Corazza - Universidade Federal de Santa Maria/UFMS

O tempo de reação é uma capacidade motora definida como o intervalo de tempo entre a apresentação de um estímulo e o início da resposta. Este permite avaliar a velocidade do processamento da informação e fornece entendimento sobre o tempo despendido com os estágios de identificação do estímulo, programação motora e iniciação de resposta. A prática de atividades físicas é fundamental para o refinamento das capacidades motoras, porém em função de patologias e uma delas é a asma, os indivíduos muitas vezes, são privados da prática destas atividades, o que acaba prejudicando seu pleno desenvolvimento motor. O objetivo principal deste estudo foi verificar o tempo de reação simples de adolescentes asmáticos e não asmáticos. O grupo de estudo foi composto por 16 indivíduos, de ambos os sexos, com idades entre 13 e 14 anos, sendo 8 indivíduos asmáticos e 8 indivíduos assintomáticos. O teste utilizado foi um Software com estímulo visual, devendo o indivíduo clicar o botão do mouse, com a mão de domínio, a fim de responder ao sinal. Este teste consiste de 20 tentativas, sendo as 5 primeiras e as 5 últimas descartadas e o próprio software elabora a média e desvio padrão das 10 tentativas de cada sujeito. Para análise dos dados foi utilizada a análise descritiva em percentis. A média de tempo gasto para a realização do teste foi, 318,81 segundos, dp 58,18 segundos, para indivíduos asmáticos, e 261,24 segundos, dp 34,83 segundos para o grupo assintomático. Quanto menor a média melhor o resultado, então, pode-se verificar que o grupo assintomático obteve melhor desempenho, este fato pode ser explicado pela carência de atividades que desenvolvam especificamente a variável em questão nos indivíduos asmáticos.

4436

29

ANÁLISE DA COORDENAÇÃO MOTORA FINA DE ADOLESCENTES

PRISCILLA SEVERO RODRIGUES - UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA

Andressa Ribeiro Contreira - Universidade Federal de Santa Maria

Danielle Ledur Antes - Universidade Federal de Santa Maria

Renata Gomes dos Santos - Universidade Federal de Santa Maria

Sara Teresinha Corazza - Universidade Federal de Santa Maria

Coordenação motora fina pode ser definida como uma atividade de movimento espacialmente pequena, que requer um emprego de força mínima, mas com grande precisão ou velocidade, ou ambos, sendo executada principalmente pelas mãos e dedos, às vezes também pelos pés. É a capacidade de usar de forma eficiente e precisa os pequenos músculos, produzindo assim movimentos delicados e específicos. O objetivo principal do estudo foi verificar a diferença da coordenação motora fina entre gêneros em adolescentes. O grupo de estudo se constituiu de 102 adolescentes, com idade entre 13 e 14 anos. Dividindo-se o grupo por gênero, obteve-se 51 meninas e 51 meninos. O teste realizado foi o círculo com polegar de Rosa Neto. A média de movimentos circulares realizados no teste foi, para as meninas de 30,53 movimentos, dp 5,31; enquanto nos meninos foi de 30,51 movimentos, dp 8,36. O bom desempenho no teste de coordenação motora fina requer a realização máxima de círculos concêntricos realizados, em 20 segundos, com a ponta do dedo polegar e do dedo indicador, então, verifica-se que as meninas tiveram média ligeiramente superior a dos meninos. Este fato revela a errônea idéia de que o desempenho da coordenação motora fina seja melhor em meninas. Portanto, a proximidade das médias pode ter sido influenciada pela similaridade das tarefas motoras em ambos os sexos, traduzindo estas como digitar, jogar vídeo-game, discar números em telefone, jogos de quebra-cabeças e de montar.

4441

31

HÁBITOS DE LAZER EM TRABALHADORES DE UMA EMPRESA DE PRODUÇÃO DE ENERGIA

FABIANA MALUF RABACOW - Universidade Federal de Santa Catarina

Markus V. Nahas - UFSC

A inatividade física está associada a diversas doenças crônicas e mortalidade precoce, reconhecendo-se o lazer ativo como um grande aliado na promoção da saúde. O objetivo deste trabalho foi, por meio de um questionário, caracterizar os hábitos de lazer em trabalhadores de uma empresa de produção de energia. A amostra foi composta por 371 trabalhadores de ambos os sexos, que trabalham em média 8,5 horas por dia (DP=0,74), com média de idade de 39,5 anos (DP=9,2) e escolaridade em nível médio/superior. Com relação à atividade preferida de lazer, 46% referem algum tipo de atividade física, seguida por atividades artístico-culturais (9,4%), e atividades na natureza (9,4%). Observou-se que 70% dos sujeitos responderam trabalhar ao menos uma hora além do horário de expediente. Além disso, durante o tempo livre, 64% assistem pelo menos duas horas de TV em um dia de semana normal e 69% assistem ao menos três horas em um dia de final de semana. O uso do computador no tempo livre foi menor do que o da TV - 40% utilizam o computador ao menos duas horas em um dia de final de semana. As principais dificuldades citadas para a prática de atividade física de lazer foram "cansaço" e "excesso de trabalho", somando 17%; "obrigações familiares" (16%); e "falta de vontade" (15%). Apesar dos trabalhadores responderem preferir atividades esportivas como lazer, o uso do tempo livre é, em boa parte, dividido entre trabalho levado para casa e formas passivas de lazer. O fato das principais dificuldades para a prática de atividade física de lazer terem sido cansaço, falta de vontade e obrigações familiares, sugere que programas de promoção da saúde possam ajudar aos trabalhadores com informação e estímulo para um lazer mais ativo.

4439

30

COMPOSIÇÃO CORPORAL (IMC) ASSOCIADOS AO RISCO CARDÍACO EM ESCOLARES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE CAMPINAS

ELIANE R. DA ROCHA - UNIP

Mariana C Moreira - Unip

Antonio Carlos Simões - Unip

Rivaldo de S. Oliveira - Unip

Carlos Durlin - Unip

Considerando a obesidade como um problema mundial atualmente, busca-se fazer uma reflexão sobre a importância de se conhecer o padrão de gordura e não somente o grau de obesidade relacionando com o prognóstico de risco de saúde, dos escolares do ensino médio da rede pública estadual da cidade de Campinas. OBJETIVO: Identificar a composição corporal (IMC) associados ao risco cardíaco em escolares do ensino médio. METODOLOGIA: Decorre de um estudo transversal, descritivo, probabilístico aleatório, de campo com uma amostra de 237 sendo 167 do sexo feminino e 70 alunos do sexo masculino do Ensino Médio, turno matutino e vespertino, todos com faixa etária entre 16 anos e 18 anos de idade, submetidos a medidas de massa corporal e estatura, para a coleta de dados no ambiente escolar, durante o ano de 2007. RESULTADOS: No presente estudo, a prevalência de sobrepeso foi de 8% e de obesidade 0,4%. Por outro lado, a prevalência de sobrepeso, incluindo obesidade, seria de 8,4%, na população investigada a prevalência de sobrepeso ocorreu no sexo feminino, na faixa etária de 16 anos, e a ocorrência de obesidade na faixa etária de 18 anos. CONCLUSÃO: É relevante esclarecer que o emprego dos resultados deste estudo torna-se limitado, pois, como a maior parte dos estudos brasileiros, foi baseado em amostra de estudantes de uma única escola; logo, não é representativo da população. Sendo assim, os resultados não devem ser extrapolados para a população de jovens em geral, e a comparação com outros estudos deve ser cautelosa. Palavras-Chaves: IMC; Obesidade; Ensino Médio.

4458

32

PERFIL DO ESTILO DE VIDA DOS UNIVERSITÁRIOS DA ESCOLA DE ARTES, CIÊNCIAS E HUMANIDADES DA UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO (EACH-USP)

FABIANA DE SANT'ANNA EVANGELISTA - EACHUSP

Rodrigo da Silva Castelli - EACHUSP

Jéssica Akie Kimura - EACHUSP

Flávio Eiji Adati - EACHUSP

Rafael Velôzo Furtado - EACHUSP

O estilo de vida constitui o principal fator de risco para doenças crônico-degenerativas. A prática de hábitos saudáveis pode determinar um estilo de vida positivo, marcado por boa qualidade de vida e possivelmente maior longevidade. O objetivo do presente estudo foi avaliar a prevalência de comportamentos de risco à saúde dos universitários da EACH-USP. Para isso, foi utilizado o questionário do Pentágono do Bem-Estar de Nahas e colaboradores, o qual permite avaliar fatores determinantes do estilo de vida. Participaram da pesquisa 100 universitários de ambos os sexos, com idade entre 17 e 39 anos, matriculados no segundo semestre de 2006. As respostas em cada questão foram classificadas em nunca, às vezes, quase sempre e sempre. Foram considerados como aspectos positivos do estilo de vida as respostas quase sempre e sempre, e aspectos negativos as respostas nunca e às vezes. Os resultados revelaram uma alta prevalência de hábitos alimentares inadequados (77% e 68% nunca ou às vezes comem frutas e verduras e evitam frituras e doces, respectivamente) associado à baixa prevalência de atividades físicas (66% nunca ou às vezes praticam atividade física regularmente). Apesar de 62% dos universitários evitarem fumo e álcool, apenas 26% fazem controle da pressão arterial e colesterol quase sempre ou sempre, mostrando elevada prevalência de comportamento não preventivo. A prevalência de aspectos positivos foi observada para os componentes relacionamentos e controle de estresse. Concluímos que os hábitos alimentares, o nível de atividade física e comportamento preventivo constituem os comportamentos de risco à saúde e que podem contribuir negativamente para qualidade de vida dos universitários da EACH-USP.

4490

33

ACADEMIAS DE GINÁSTICA E PESSOAS COM DEFICIÊNCIA: O ACESSO À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS

LUCIANE CONTERATO BERGUEMMAYER - Universidade Federal de Santa Maria
 Silmara Elice Renner Matthes - Universidade Federal de Santa Maria
 Luciana Erina Palma - Universidade Federal de Santa Maria

A busca por qualidade de vida fez aumentar e diversificar o público em academias. Dentro deste novo público encontram-se as pessoas com deficiência. Assim, o presente estudo objetivou diagnosticar e analisar a acessibilidade para a prática de atividades físicas por pessoas com deficiência nas academias de ginástica de Santa Maria/RS. Como métodos utilizou-se uma ficha de observação, para verificar a infra-estrutura das academias, e, um questionário com perguntas semi-estruturadas, aplicado aos proprietários das mesmas. Analisou-se um total de onze academias. Dentre estas, sete não possuem pessoas com deficiência como frequentadoras, devido à falta de procura. Quatro academias atendem pessoas com deficiência, onde os principais objetivos almejados são: reabilitação, melhoria da auto-estima, saúde e qualidade de vida. Identificou-se que a maioria não possui profissionais especializados e espaço físico adaptado. Observou-se que quatro academias possuem rampas de acesso, espaço adequado para deslocamento dentro da academia e portas com largura adequada para a passagem de pessoas em cadeiras de rodas e com muletas. Destaca-se, assim, que as academias de ginástica ainda não encontram-se adaptadas e nem preparadas para receber pessoas com deficiência. Porém, salienta-se que, compreendem a necessidade de adaptar-se para garantir a acessibilidade de pessoas com deficiência à prática de atividades físicas, uma vez que, aquelas que possuem como frequentadores este público, procuram adaptar o treinamento de acordo com as condições e objetivos de cada um, contribuindo assim, para demonstrar que pessoas com deficiência possuem capacidades, potencialidades e o direito de acesso à qualquer espaço de prática de atividades físicas.

4515

34

ESTILO DE VIDA DE ESTUDANTES TRABALHADORES DO CEFETSC-JARAGUÁ DO SUL

LENITA ANA BIANCHETTI - CEFETSC Unidade de Jaraguá do Sul
 Sidney Ferreira Farias - UFSC

O objetivo do estudo foi analisar o estilo de vida de estudantes trabalhadores do CEFETSC-JS, considerando as variáveis: atividade física, estresse, hábitos alimentares, comportamento de risco, preventivo e atividades laborais. A população foi constituída de 350 estudantes, 270 do sexo masculino (73,4%) e 93 do sexo feminino (26,6%), com média de idade $26,96 \pm 6,13$. A coleta de dados foi efetuada através de um questionário. Nos procedimentos estatísticos, foi utilizada a estatística descritiva básica e o teste "t" de Student para amostras independentes, Kruskal-Wallis e Mann-Whitney, Qui-quadrado (χ^2), medidas de associação. Os resultados evidenciaram que a maior parte era de solteiros, 59,4% pertenciam ao curso de eletromecânica e 40,6% ao curso têxtil. O sexo feminino se apresentou mais estressado. Quanto aos hábitos alimentares, ambos os sexos apresentaram comportamentos similares. A prevalência de tabagismo foi de 12,7%. E a proporção de alcoolistas foi de 76,1%. Quanto às atividades laborais 90% dos estudantes trabalhavam na Indústria, desses 68,8% utilizavam ônibus, carro ou moto para ir ao trabalho. Quanto à ginástica laboral, 38,6% responderam que a empresa a oferecia. Observou-se uma tendência dos alunos serem mais ativos fisicamente quando comparados às alunas. Os estudantes do curso de eletromecânica se apresentaram mais ativos quando comparados aos do curso têxtil. Através desta pesquisa, concluiu-se que entre os estudantes trabalhadores os aspectos prejudiciais à saúde com maior prevalência, e que devem ser observados no desenvolvimento de intervenções futuras, são: consumo de fumo e de bebidas alcoólicas no sexo masculino, e níveis inadequados de estresse e baixos níveis de atividade física, no sexo feminino.

4537

35

PERFIL DO ESTILO DE VIDA DOS DOCENTES E FUNCIONÁRIOS DA ESCOLA DE ARTES, CIÊNCIAS E HUMANIDADES DA UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO (EACH-USP)

LANA OLIONE PESSOA - EACH
 Livia Simonetti Amorim - EACHUSP
 Leandro Nascimento Lodo - EACHUSP
 Karol Adorno Silva - EACHUSP
 Fabiana de Sant'Anna Evangelista - EACHUSP

A aquisição de hábitos saudáveis pode determinar um estilo de vida positivo, reduzir os riscos para doenças crônico-degenerativas, propiciar melhor qualidade de vida e possivelmente maior longevidade. A presente pesquisa teve como objetivo avaliar a prevalência de comportamentos de risco à saúde dos docentes e funcionários da EACH-USP. Foi utilizado para avaliar os fatores determinantes do estilo de vida, o questionário do Pentáculo do Bem-Estar de Nahas e colaboradores. Participaram da pesquisa 50 voluntários de ambos os sexos, com idade entre 20 e 64 anos. As respostas em cada questão foram classificadas em nunca, às vezes, quase sempre e sempre. Foram considerados como aspectos positivos do estilo de vida as respostas quase sempre e sempre, e aspectos negativos as respostas nunca e às vezes. Observamos elevada prevalência de hábitos alimentares inadequados (74% e 60% nunca ou às vezes comem frutas e verduras e evitam frituras e doces, respectivamente) e baixa prevalência de atividades físicas (64% nunca ou às vezes praticam atividade física regularmente). Embora o componente controle de estresse não tenha sido classificado como negativo, 46% e 50% nunca ou às vezes reservam 5 minutos do dia para relaxar ou equilibram o tempo de trabalho e lazer, respectivamente. A prevalência de aspectos positivos foi observado para os componentes comportamento preventivo e relacionamentos. Concluímos que os hábitos alimentares e o nível de atividade física constituem os comportamentos de risco à saúde e que podem contribuir negativamente para qualidade de vida dos docentes e funcionários da EACH-USP.

4544

36

ESTILO DE VIDA DE ADULTOS COM DEFICIÊNCIA VISUAL PARTICIPANTES DO PROJETO BRILHANTE NO MUNICÍPIO DE PELotas-RS

MARCELO ZANUSSO COSTA - Universidade Federal de Pelotas
 Camila Fagundes Machado - Universidade Federal de Pelotas
 Katia Fonseca da Silva - Universidade Federal de Pelotas
 Leonardo Negri Mueller - Universidade Federal de Pelotas
 Dione Moreira Nunes - Projeto Brilhante

Atualmente observa-se o destaque para prevenção e a promoção de hábitos de vida saudáveis, principalmente uma grande preocupação na promoção de um envelhecimento saudável. O estilo de vida ativo é um fator valioso quando se tem a idéia de que a vida moderna tende a ser pouco saudável, uma vez que o stress e a pressão do dia-a-dia interferem significativamente na saúde do indivíduo de modo geral e também na aptidão física. Quando se trata de pessoas com algum tipo de necessidade especial, não se pode deixar de abordar a falta de oportunidade para a prática de atividade física, que ainda é enfrentada por esta população, tornando-se maior a dificuldade de adquirir hábitos saudáveis. Neste sentido, este trabalho busca identificar o perfil do estilo de vida de um grupo de adultos com deficiência visual (DV) iniciantes em um programa de atividade física oferecido pelo Projeto Brilhante no município de Pelotas-RS, uma parceria entre PETROBRAS/Clube Brilhante/Fapeg/Embrapa. Utilizou-se o questionário do Perfil do Estilo de Vida Individual de Nahas, Barros e Francalacci (2000), analisando os dados no modelo do Pentáculo do Bem-Estar, por ser um instrumento simples que permite identificar aspectos positivos e negativos no estilo de vida desta população. Foram avaliados 10 adultos com DV, na faixa etária de 38 a 59 anos. Observou-se muitos escores negativos, mas nos itens relacionamentos e comportamento preventivo, verificou-se na maioria escores positivos. Dessa forma destaca-se as dificuldades relacionadas a deficiência e a necessidade de orientação para mudanças de comportamentos que oferecem risco à saúde e a qualidade de vida da população avaliada. Sugere-se principalmente maiores oportunidades para uma vida ativa.

4580

37

A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS COMO FERRAMENTA PARA O DESENVOLVIMENTO DA CORPOREIDADE DE MULHERES DO LAR

DAIANA PRISCILA ANDRADE - Fundições Tupy LTDA

O seguinte projeto argumenta-se na promoção da saúde como o principal alicerce da qualidade. Sendo a corporeidade a maneira pela qual o cérebro reconhece e utiliza o corpo como instrumento relacional com o mundo. Um trabalho assumido para o desenvolvimento da consciência corporal e a integração social contribuem para a construção da corporeidade, agindo condicionalmente para a qualidade de vida das mulheres do lar, através do auto-conhecimento e socialização com o meio. A finalidade do projeto é aplicar um programa específico de exercícios físicos em grupo para desenvolver a corporeidade das mulheres do lar, através de atividades aeróbicas, localizadas, recreativas, relaxantes e educativas. Atualmente cerca de 500 mulheres entre 15 à 85 anos de idade, de quatro bairros de Joinville em locais cedidos pela própria comunidade, participam gratuitamente de atividades físicas e avaliações antropométricas de controle peso e circunferência, com duração de 1 hora, duas vezes por semana distribuídas em 7 grupos, monitorada por uma Educadora Física. O seguinte projeto com quatro anos de aplicação resultou em vários benefícios alcançados em curto, médio e em longo prazo promovendo e estimulando a melhor qualidade de vida. Alterando significativamente nos distúrbios músculoesqueléticos, fisiológicos, psíquicos e sociais. Através de constatações médicas, empíricas e avaliações antropométricas.

4641

39

ÍNDICE DA PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS NA CIDADE DE MATELÂNDIA-PR

VITOR CESAR MOREIRA - Faculdade Assis Gurgacz
Rodrigo Portela - Faculdade Assis Gurgacz

Sabendo dos benefícios que uma rotina de exercícios físicos pode proporcionar é que o presente estudo procurou mostrar o quanto à população da cidade de Matelândia, está envolvida com esta prática. O objetivo do estudo foi verificar como está a participação dos moradores desta cidade na prática do exercício físico, seja ela de forma orientada ou não. Para tanto, os dados foram adquiridos a partir de uma pesquisa de campo com 200 moradores acima de 18 anos, de ambos os sexos, onde, através da aplicação de um questionário previamente elaborado, puderam relatar se realiza algum tipo de exercício físico e se têm ou não algum tipo de orientação. Buscou-se também, fazer um levantamento dos motivos que levam à prática de exercícios físicos. A amostra foi selecionada de forma aleatória e a aplicação dos questionários se deu na própria residência dos entrevistados, buscando obter informações em todos os bairros e no centro da cidade. Como resultado, tivemos 59% dos indivíduos que responderam que realizam algum tipo de exercício físico, sendo por motivos de estética, por sentir-se bem na realização de suas atividades profissionais, ou por motivos de saúde, e destes, 52% têm algum tipo de orientação e a maioria por profissionais de Educação Física. Os outros 41% não realizam nenhum tipo de exercício físico. Esses números mostram um certo grau de conscientização dos moradores em relação ao exercício físico e apesar da maioria ser ativa, não podemos ignorar que 41% é um número considerável. Talvez a divulgação ainda não foi o suficiente para conscientizar algumas pessoas. Porém acredita-se que, com a adoção de algum tipo de exercício físico diário haverá uma maior qualidade de vida para os moradores da cidade de Matelândia – PR.

4583

38

ESTUDO DE ESTRESSE RELACIONADO AO TRABALHO EM PROFESSORES DA E.E.M.A.S.A.-MG

RODRIGO MENDES COSTA - E.E.M.A.S.A. - Escola Estadual Maria Augusta Silva Araújo

Introdução: Um recente estudo realizado pela Isma (International Stress Management Association) comprovou que 70% dos brasileiros sofrem de estresse no trabalho. Essa porcentagem é semelhante à de países como a Inglaterra e os Estados Unidos. O mais grave é que 30% dos pesquisados mostraram sintomas da síndrome de Burnout que significa um estado de exaustão total, à beira de uma depressão (CASSIANO SAMPAIO, 2004). Objetivo: Avaliar o nível de estresse diário de professores do ensino fundamental. Metodologia: Esta pesquisa se caracteriza por ser um estudo descritivo transversal, sendo a amostra composta por 20 professores da Escola Estadual Maria Augusta Silva Araújo da cidade de Muriaé-MG, do sexo feminino, voluntárias, com idades entre (35 e 56 anos). Para medir o nível de estresse de cada indivíduo e grupo populacional, foi aplicado um questionário de classificação do nível de estresse diário disponível no site Saudeemmovimento.com.br. Para o tratamento estatístico utilizou-se a análise descritiva, através da média e desvio padrão, além da identificação da frequência e porcentagem de ocorrências dos sintomas mais frequentes do estresse. Resultados: Do total de avaliados da amostra, 16 professores (80%) apresentaram estresse moderado e 4 professores (20%) estresse intenso, não ocorrendo casos de estresse muito intenso e nem sem estresse. Com relação aos sintomas, 10 professores (50%) da amostra relataram ter preocupações excessivas frequentemente. Conclusão: O presente estudo apontou que as professoras com maior tempo de serviço educacional, apresentam um nível de estresse mais elevado, sendo mais propensas a desenvolver problemas de saúde relacionados ao estresse, como as doenças psicossomáticas.

4650

40

DIAGNÓSTICO DA QUALIDADE DE VIDA EM ATLETAS JUVENIS DO MUNICÍPIO DE PONTA GROSSA (PR)

THIAGO KRZESINSKI DOS SANTOS - Universidade Federal do Paraná
Fabrício Cieslak - Universidade Federal do Paraná
Francini Eclave - Universidade Federal do Paraná
Guanis de Barros Vilela Junior - METROCAMP-Campinas / Universidade Estadual de Campinas / Universidade Estadual de Ponta Grossa
Neiva Leite - Universidade Federal do Paraná

Introdução: A participação juvenil em atividades esportivas de alto rendimento tem sido alvo de preocupações entre os profissionais da área esportiva, de modo que, a excessiva treinabilidade pode causar alterações em diversos parâmetros relacionados à Qualidade de Vida (QV). Objetivo: Comparar o nível de QV em atletas juvenis do município de Ponta Grossa-PR. Métodos: O presente estudo descritivo e transversal teve a participação de 75 atletas, sendo 46 do sexo masculino e 39 do sexo feminino, com média de idade de 15,6 anos e que representaram o município na fase final dos Jogos da Juventude do Paraná em 2006. Para mensuração da QV utilizou-se o questionário WHOQOL-Bref. A análise do instrumento foi realizada por intermédio dos critérios propostos pela equipe australiana do WHOQOL e a consistência interna das respostas foi avaliada através do coeficiente de fidedignidade Alfa de Cronbach (α). Para analisar as diferenças da QV entre os grupos foi realizado o Teste U de Mann-Whitney, com $p < 0,05$. Resultados: O valor do Alfa de Cronbach foi de $\alpha=0,75$ para o sexo masculino e $\alpha=0,84$ para o sexo feminino. Os resultados obtidos foram satisfatórios para uma QV geral nos meninos ($X=74,82 + 12,09$) e meninas ($X=71,12 + 14,62$) e com diferenças estatísticas ($p=0,040$). Os menores valores ocorreram para o domínio ambiental e com diferenças significativas ($p=0,040$). Encontraram-se ainda diferenças no Domínio II – Psicológico, em que os meninos apresentaram índices maiores do que as meninas ($p = 0,002$). Conclusão: Pode-se inferir que os atletas juvenis do sexo masculino demonstram uma melhor QV e a necessidade do investimento em políticas públicas que visem à melhoria dos aspectos inoperantes relacionados ao domínio ambiental.

4651

41

SÍNDROME DE DOWN: ATIVIDADES AQUÁTICAS COM BEBÊS NA PROMOÇÃO DE UM ESTILO DE VIDA SAUDÁVEL

CAROLINA BOHNS MATTEA - ESEF - UFPel

Mária Laura Resem Brizio - UFPel

Laura Jung - UFPel

Fabiane Oliveira Schellin - UFPel

Micael Rosa do Amaral - UFPel

Os programas de estimulação tem tido um papel muito importante no desenvolvimento das crianças com Síndrome de Down (SD). Há uma grande preocupação em promover um estilo de vida saudável nessa população desde a primeira infância, desenvolvendo suas potencialidades e adquirindo hábitos básicos de convivência e autonomia. A intervenção nos primeiros meses de vida especificamente, focaliza a melhoria do desenvolvimento sensorio-motor e social do bebê, influenciando nos processos mais complexos de aprendizagem. O objetivo deste trabalho é descrever os benefícios das atividades aquáticas de bebês com SD, no Projeto Carinho ESEF/UFPel observados num período de dez meses. Participam das atividades 10 crianças de ambos os sexos, com idades entre 6 meses e 3 anos. As atividades foram desenvolvidas dando-se ênfase maior à qualidade dos estímulos oferecidos, em detrimento ao uso indiscriminado de estímulos não específicos, na intenção de ajudar no desenvolvimento físico e mental da criança. A participação dos pais foi fundamental nesta fase, dela depende o equilíbrio psico-físico dos bebês. O aspecto mais importante de qualquer programa de estimulação é o de responder de forma positiva às reações que demonstram que o bebê foi exposto a novas experiências de aprendizagem e se beneficiou. Verificou-se que mesmo num progresso lento representou uma diferença na capacidade da criança de enfrentar melhor as tarefas de aprendizagem no decorrer do programa. As atividades motoras no meio líquido, desenvolvidas em um ambiente seguro e prazeroso, favorece a estruturação do esquema corporal, juntamente a uma estimulação sensorial e cinestésica, onde as experiências sejam um meio para o crescimento global dessas crianças.

4669

42

PROMOVENDO UM ESTILO DE VIDA ATIVO PARA PESSOAS COM SÍNDROME DE DOWN

JANAINA DE MOURA NOTARI - Universidade Federal de Pelotas

Cristiane do Amaral Coelho - UFPel

Simone Spotorno - UFPel

Angélica Kalinoski - UFPel

Caroline Rocha Aires - UFPel

A ESEF/UFPel realiza a dez anos do Projeto Carinho, com o objetivo de atender pessoas com Síndrome de Down (SD) oportunizando um espaço para que possam modificar seu estilo de vida (EV). Sendo um projeto acadêmico, este programa procura capacitar o futuro profissional da área da educação física, sendo também um laboratório para o desenvolvimento de pesquisas. Hoje, atende-se 63 pessoas na faixa etária dos zero aos 30 anos, desenvolvendo atividades aquáticas, recreativas e dança. Podemos dizer que, como qualquer indivíduo, este grupo com SD tem seu EV próprio, alicerçado nas suas necessidades e desejos, interagindo no seu cotidiano, na família e na escola. Em razão das oportunidades de estimulação e integração à que têm tido acesso, observa-se através de pesquisas mudanças significativas relacionadas a QV. A participação dos pais, têm auxiliado em uma maior competência dessas pessoas, contribuindo para a aquisição de uma vida mais saudável, integrados mais do que nunca na sociedade. Como reflexo desta melhora, outras pessoas da comunidade tem uma maior consciência da sua individualidade e potencial. Por outro lado, podemos dizer que as mudanças de atitude da sociedade, frente as pessoas com SD nos últimos anos, está sendo uma das transformações sociais mais positivas destes tempos. A formação de associações, grupos de convivência e projetos como este, têm estimulado profissionais e pesquisadores a olharem a SD com outros olhos, exigindo maiores oportunidades educacionais, de lazer e trabalho. Com tais mudanças, o futuro das pessoas com Síndrome de Down se apresentará mais brilhante do que nunca, contendo a promessa de muitas oportunidades e realizações.

4675

43

ALTERAÇÕES POSTURAS E ALGIAS NA GESTAÇÃO: PREOCUPAÇÃO COM A QUALIDADE DE VIDA

DAYSI JUNG DA SILVA RAMOS - Unisul

Larissa Cláudia Perin - Unisul

Mirella Dias - Unisul

A gestação traz modificações locais e gerais que podem até gerar desconfortos. O objetivo deste estudo foi detectar a frequência das adaptações posturais e queixas algicas em gestantes de acordo com a idade gestacional. A amostra constou de 12 gestantes cadastradas no Centro de Atenção Integral à Criança, em Palhoça. Para o estudo foram utilizados: formulário de coleta de dados, formulário de avaliação postural, cartão da gestante e simetrorógrafo. Após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Unisul, foi agendada a avaliação, sendo solicitado apenas traje de banho (biquíni completo). No encontro foi preenchido o formulário de coleta de dados (13 questões abertas, 9 fechadas e 2 questões mistas). Em seguida foi realizada a avaliação postural, em posição ortostática, observando-se os planos frontal, posterior e sagital. Utilizou-se o cartão da gestante para a verificação do peso e da idade gestacional. Após o término do estudo, pode-se observar que na amostra, as principais alterações posturais encontradas de acordo com os trimestres gestacionais foram: no 1º: protrusão de ombro; no 2º: hiperlordose da coluna lombar e anteversão da pelve; no 3º: protrusão de ombro, hiperlordose da coluna lombar e anteversão pélvica. Sobre as queixas algicas: no 1º trimestre foi lombalgia; no 2º trimestre foi lombalgia, lombociatalgia e dor nos pés; no 3º trimestre: lombalgia. Todas as gestantes foram encaminhadas para o acompanhamento fisioterapêutico na clínica escola de Fisioterapia da Unisul. Com o avanço da área da saúde a cada dia que passa é notório o espaço que vem sendo dedicado à preocupação com a qualidade de vida das mulheres que passam pela gravidez através da minimização dos desconfortos e ações de promoção da saúde.

4680

44

IMAGEM CORPORAL EM ACADEMIAS DE CURITIBA

FERNANDO MILCZEWSKI - Unicenp

Paola Neiza Camacho Rojas - Unicenp

O padrão de beleza apresenta características culturais diferentes, na sociedade contemporânea, as formas corporais obedecem cada vez mais, padrões definidos e irreais, que passam a ser o objetivo de muitas pessoas. O objetivo deste estudo foi identificar a percepção de imagem corporal de frequentadores de academias de Curitiba. A coleta de dados foi realizada em 5 academias, amostra entre 18 a 40 anos, foi entregue um questionário com perguntas referentes à vida pessoal, satisfação corporal, prática de exercício físico e uma escala de silhuetas proposto por Thompson e Gray. Para identificar a percepção da silhueta, solicitou-se que os entrevistados marcassem duas silhuetas, uma de como se percebe atualmente e outra da forma com que gostaria de ter. Participaram do estudo 72 pessoas, na maioria solteiros (73,6%, n=53), sem filhos e com ensino superior completo. Considerando o gênero 44,4% (n=32) eram mulheres com idade média de 26,5 anos (DP=8,42), 50% (n=20) estavam com o IMC adequado e 43,8% (n=14) estavam satisfeito com seu peso. Quanto à relação do corpo que percebe e o corpo que gostaria de ter, 75% (n=24) querem diminuir a sua silhueta. Quanto aos homens (55,6%, n=40), a idade média foi de 28 anos (DP=7,14), 78% (n=25) estavam com IMC adequado e 65% (n=26) estavam satisfeitos com seu peso. Observou-se diferença quanto à satisfação com a silhueta atual, em relação às mulheres, pois 50% (n=20) dos homens gostaria de ficar com a mesma silhueta, o mesmo ocorreu quanto à satisfação com o peso.

4696

45

PERFIL SANGUÍNEO E ATIVIDADE FÍSICA DE TRABALHADORES DE ESCRITÓRIO DE CURITIBA

PAOLA NEIZA CAMACHO ROJAS - UnicenP
Christina Cepeda - UnicenP

O perfil sanguíneo representa um importante indicador quanto a fatores de risco para doenças cardiovasculares, especialmente quando relacionado à prática de atividade física. O objetivo deste estudo foi relacionar o perfil sanguíneo com a prática de atividade física em trabalhadores de escritório. Esta análise é parte de um estudo desenvolvido em uma multinacional da área financeira. Todos os dados foram coletados no local de trabalho, com a utilização de questionário para identificar os hábitos relacionados à saúde e atividade física, medida de pressão arterial e coleta de sangue para identificar o perfil sanguíneo. O grupo avaliado foi composto por 161 pessoas, sendo 60% (n=97) de mulheres com idade de 32,8 anos (DP=9) e 40% (n=64) com idade média de 34,2 anos (DP=9,1). Entre aqueles que praticam atividade física, 32,6% (n=15) apresenta pressão arterial limitrofe ou alta, 38,6% (n=17) tem glicemia elevada, 26,2% (n=11) estava com colesterol elevado. Considerando-se a importância das pessoas conhecerem seu perfil sanguíneo para evitar o avanço de um quadro negativo para a saúde, perguntou sobre a realização de consultas e exames, onde se encontrou que entre os ativos, 87,5% (n=42) visita o médico pelo menos uma vez ao ano, sendo que 93,6% (n=44) já realizaram mais de uma vez os exames de colesterol, triglicérideo, glicemia ou hemograma. A partir desta análise, identifica-se uma associação positiva entre a prática da atividade física e o perfil sanguíneo, embora nenhum dos componentes tenha apresentado associação significativa.

4728

47

PERFIL DE ESTILO DE VIDA DE TRABALHADORES DE UMA INDÚSTRIA FARMACÊUTICA DA GRANDE SÃO PAULO

FÁBIO DE OLIVEIRA SANTOS - Sintonia Assessoria em Promoção de Saúde e Qualidade de Vida

Alexsandra Gagliardi - Sintonia Assessoria em Promoção de Saúde e Qualidade de Vida

Mayra Bressanim - Sintonia Assessoria em Promoção de Saúde e Qualidade de Vida
Rosicler Rodriguez - Produtos Roche Químicos e Farmacêuticos

Rudney Uezu - Sintonia Assessoria em Promoção de Saúde e Qualidade de Vida e CCBS – Universidade Presbiteriana Mackenzie

Atualmente muitos trabalhadores dedicam grande parte do seu tempo para a construção de uma vida profissional bem sucedida. Nesse sentido, na busca pela excelência profissional as pessoas adotam hábitos que podem comprometer sua saúde e qualidade de vida. O objetivo desse trabalho visou identificar o perfil do estilo de vida de funcionários de uma empresa multinacional do ramo farmacêutico, a partir da utilização do Pentáculo do Bem-Estar (NAHAS, 2000). Foram avaliados 162 homens, com idade entre 16 e 59 anos. Ao analisar os resultados, verificou-se que o componente nutrição (A = 1,2; B = 1,3 e C = 1,5), atividade física (D = 1,2; E = 1,5 e F = 1,8) e comportamento preventivo (G = 1,7; H = 1,4 e I = 2,6), os indivíduos estão abaixo do comportamento indicado pelos autores; já os relacionamentos (J = 2,6; K = 2,0 e L = 2,0) e controle do estresse (M = 1,9; N = 1,7 e O = 1,9) sugeriram índices próximos aos sugeridos. Concluiu-se que o estilo de vida apresentado pela amostra necessita ser repensado, já que os resultados apontaram comportamentos que oferecem riscos à saúde na maioria dos itens avaliados, fato que reforça a necessidade da elaboração e aplicação de programas específicos para a promoção de um estilo de vida mais saudável.

4723

46

INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC, BRASIL

FERNANDA FAUTH - Universidade Federal de Santa Catarina

Juliana Telles de Castro - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC

Andreia Pelegrini - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC

João Marcos Ferreira Lima de Silva - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC – Bolsista CAPES

Edio Luiz Petroski - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC

A distorção da imagem corporal tem chamado a atenção dos pesquisadores e profissionais da área da saúde. A preocupação com o tamanho e/ou forma do corpo está presente em todas as faixas etárias, atingindo cada vez mais os adolescentes. Neste sentido, a busca pelo corpo ideal tem sofrido influência dos meios de comunicação, dos fatores sociais e socioculturais. Assim, o presente estudo objetivou verificar a insatisfação com a imagem corporal em adolescentes do ensino médio da cidade de Florianópolis, SC. Participaram do estudo 237 adolescentes (149 do sexo masculino e 89 do feminino), com idade de 14 a 19 anos, matriculados em uma escola pública. Para a coleta dos dados foi utilizado um questionário contendo informações sobre percepção da imagem corporal, mensurada por meio da escala de nove silhuetas. A análise dos dados foi realizada através de estatística descritiva. De acordo com os resultados encontrados no presente estudo foi verificado que, aproximadamente, 69% dos adolescentes estão insatisfeitos com a imagem corporal. Quando analisado por sexo, observou-se que 77% dos adolescentes do sexo masculino e 64% do feminino apresentaram insatisfação com as suas silhuetas corporais. Dentre os adolescentes insatisfeitos, notou-se que 30% e 39% dos mesmos desejavam ganhar e perder peso, respectivamente. No sexo masculino, foi verificado que, os adolescentes apresentavam o desejo de ganhar peso, enquanto as adolescentes do sexo feminino gostariam de perder peso. As evidências sugerem que os adolescentes do sexo masculino apresentaram uma insatisfação com a imagem corporal voltada ao ganho de peso, enquanto as do sexo feminino demonstraram tendência direcionada a perda de peso corporal.

4748

48

PERFIL DO ESTILO DE VIDA INDIVIDUAL EM ACADÊMICAS DE PEDAGOGIA DAS FACULDADES INTEGRADAS FACVEST

FRANCISCO JOSÉ FORNARI SOUSA - Faculdades Integradas UNIVEST

Edson Luis Machado de Arruda -

Introdução: O período que se relaciona à formação acadêmica no ensino superior muda a rotina de vida das pessoas, tendo em vista o tempo dispendido às atividades de estudo e pesquisa que tem que desenvolverem, mudando seus hábitos de vida e podendo trazer danos à saúde. Objetivo: Pesquisar o perfil de estilo de vida individual de acadêmicas do curso de Pedagogia das Faculdades Integradas Facvest, Lages, SC. Métodos: Estudo descritivo transversal. A amostra se compõem de 88 acadêmicas com idade média de 28,8 anos, utilizou-se como instrumento de pesquisa o questionário sugerido por Nahas (2001) sobre o perfil de estilo de vida individual. Os dados foram analisados através de estatística básica com distribuição em frequência e percentuais, utilizou-se o programa estatístico SPSS for Windows®. Resultados: Em relação ao componente nutrição 54% procura ter às vezes bons hábitos de alimentação; 24% quase sempre, 17% nunca e 6% sempre. Em relação ao componente atividade física, 38% nunca possuem atividade física regular, 30% às vezes; 19% às vezes e 13 quase sempre. Em relação ao componente preventivo, 39% sempre procuram desenvolver, 30% às vezes, 16% nunca e 15% quase sempre. O componente relacionamento social, 67% sempre procuram desenvolver, 31% quase sempre e 2% às vezes. Em relação ao componente controle do estresse, 41% sempre conseguem ter bons hábitos, 23% às vezes, 18% quase sempre e 17% nunca. Conclusão: As acadêmicas do curso de Pedagogia das Faculdades Integradas Facvest precisam rever seus estilos de vida principalmente em relação à nutrição e componente preventivo.

4749

49

QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA CONSIDERANDO AS CLASSES DO MAGISTÉRIO PÚBLICO ESTADUAL-RS

CARLOS AUGUSTO FOGLIARINI LEMOS - Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
 Juarez Vieira do Nascimento - CDS/UFSC
 Jorge Both - CDS/UFSC
 Gelcemar O. Farias - CDS/UFSC

Qualidade de Vida no Trabalho tem um conceito global, o qual envolve todos os tipos de programas e perspectivas que visam à competição externa, problemas de qualidade ou, até mesmo, com insatisfação de empregados. Assim o presente estudo foi realizado com o objetivo de analisar a percepção de qualidade de vida no trabalho do docente em Educação Física, de acordo com as classes do Magistério Público Estadual-RS. Esta pesquisa utilizou como instrumento de coleta de dados a "Escala de Avaliação da Qualidade de Vida no Trabalho Percebida por Professores de Educação Física do Ensino Fundamental e Médio" (QVT-PEF). O processo de seleção da amostra foi estratificado proporcional às regiões geográficas do estado e aleatória por conglomerados, incluindo 380 professores de Educação Física (141 professores e 239 professoras), com idade variando entre 23-60 anos (M=40,18; DP=8,16). Na análise dos dados foi empregado o teste Qui-quadrado ($p < 0,05$). Os resultados mostraram que a maioria dos professores encontra-se satisfeita com a qualidade de vida no trabalho, nomeadamente os professores com maior ascensão na carreira docente (64,3%) referente à dimensão Integração social na organização do trabalho e os docentes da classe B (88,9%) na dimensão Relevância social da vida no trabalho, com exceção as dimensões Remuneração e Compensação principalmente professores das classes iniciais (63%) e as Condições de Trabalho entre os docentes das classes C a F (54,1%) que estão insatisfeitos com a QVT. De modo geral, as evidências encontradas no estudo sugerem a implantação de políticas e ações que resultem na valorização da profissão docente, nomeadamente na remuneração e compensação financeira e nas classes iniciais da carreira do magistério.

4758

51

RELAÇÃO ENTRE ESTILO DE VIDA E GRAU DE ESCOLARIDADE EM TRABALHADORES DA ÁREA DA SAÚDE

GRASIELA CARDOSO LUDWIG - Instituto de Cardiologia de Santa Catarina
 Grasiela Cardoso Ludvig - Instituto de Cardiologia de Santa Catarina (ICSC)
 Josiani Cunha Silva - Instituto de Cardiologia de Santa Catarina (ICSC)
 Cícero Augusto de Souza - Instituto de Cardiologia de Santa Catarina (ICSC)
 Artur Haddad Herdy - Instituto de Cardiologia de Santa Catarina (ICSC)

As doenças cardiovasculares (DCV) constituem a principal causa de morte no mundo. São influenciadas por um conjunto de fatores de risco (FR), alguns modificáveis mediante alterações no estilo de vida (EV). O objetivo do estudo é analisar a influência da escolaridade no EV dos funcionários (func) do Instituto de Cardiologia de Santa Catarina (ICSC). A amostra consistiu de 64 func, com idade entre 38 e 58 anos (42,29). Os func foram agrupados em 3 extratos: Extrato (EXT) 1: formação de 1º grau; EXT 2: formação de 2º grau; EXT 3: graduados universitários. Os FR analisados foram, sedentarismo (SED); índice de massa corporal (IMC), circunferência de cintura (CC); pressão arterial (PA); colesterol total (CT); diabetes mellitus (DM); tabagismo (TAB); histórico familiar (HF) e álcool. Para discussão foi utilizada a estatística descritiva, com Freqüência, Média Aritmética e Percentil Simples. Foram encontrados os valores gerais de acordo com a prevalência dos FR: SED (76,56%); IMC (57,81%); CC (73,43%); PA (26,56%); CT (20,31%); DM (7,81%); TAB (10,93%); HF (51,56%) e álcool (23,43%). Os fatores de risco que tiveram relação inversamente proporcional ao grau de escolaridade foram SED (EXT 1: 78,6%, EXT 2: 58%, EXT 3: 33,3%); tabagismo (EXT 1: 21,4%, EXT 2: 4,8%, EXT 3: 0%) e álcool (EXT 1: 35,7%, EXT 2: 19%, EXT 3: 11,1%). Grande parte dos FR podem ser influenciados por modificações no estilo de vida. O exercício físico regular atua na prevenção e controle das DCV. Portanto, torna-se claro a importância da implementação de práticas educativas para uma maior instrução a respeito da importância de hábitos alimentares saudáveis e da atividade física regular.

4757

50

PERFIL DO ESTILO DE VIDA DOS FUNCIONÁRIOS DO CORREIO CENTRAL DA CIDADE DE FORTALEZA – CE

ANATÁLIA BEZERRA DE ALBUQUERQUE - Universidade Federal do Ceará
 Cyro Saint Clair Cordeiro Tavares - Faculdade Católica do Ceará
 Valter Cordeiro Basbosa Filho - Universidade Federal do Ceará
 Thiago Mota e Pinto - Universidade Estadual do Ceará
 Evarnice Avelino de Souza - Universidade Federal do Ceará

O trabalhador do mundo moderno tem alimentação desequilibrada, vida sedentária, lazer insuficiente e estresse constante, gerando irritabilidade, pouca auto-estima e depressão. Sem questionar o provável círculo vicioso de que tais fatores fazem parte refletindo no trabalho deste indivíduo da maneira mais improdutivo possível. Baseado nestas informações o presente estudo tem como objetivo verificar o perfil estilo de vida dos funcionários dos Correios Central da cidade de Fortaleza, Ceará. O presente trabalho é um estudo de delineamento transversal, onde os indivíduos foram selecionados conforme disponibilidade de tempo para preenchimento do questionário. A amostra foi constituída por 61 funcionários da área administrativa, onde a idade variou de 17 a 60 anos. Foi utilizado como instrumento o questionário sugerido por Nahas (2001) sobre o Perfil do Estilo de Vida Individual. Os dados foram analisados através do percentual e utilizou-se o programa estatístico SPSS 13.0. Com relação à Nutrição, 54,1% afirmaram que às vezes evitam ingerir alimentos gordurosos e doces. Ao analisar a atividade física, 45,9% não realizam ao menos 30 minutos de atividades físicas de forma contínua. Com relação ao comportamento preventivo 70,5% sempre respeitam as normas de trânsito. Quanto ao componente relacionamento, foi possível verificar que a maioria deles 63,9% sempre procura cultivar amigos e estão satisfeitos com seus relacionamentos. Ao verificar o controle do stress 41% mantêm, às vezes, sem alterar-se em uma discussão, mesmo quando contrariado. A partir dos resultados obtidos se pôde concluir que o perfil deste grupo está bom, deixando a desejar no Componente Atividade Física e Nutrição.

4760

52

INCIDÊNCIA DE LESÕES NA GINÁSTICA ARTÍSTICA: LOCAIS DO CORPO E APARELHOS DA MODALIDADE EM ATLETAS DO CAMPEONATO BRASILEIRO DE GINÁSTICA ARTÍSTICA EM CAMPO GRANDE-MS

GABRIELA MORALES - UFMS
 Antonio Carlos Mussi da Silva - UFMS
 Bruno Elias - UFMS
 Érika Alves Morel - UFMS
 Heloyse Elaine Gimenes Nunes - UFMS

A GA utiliza, o desenvolvimento da coordenação motora, criatividade, expressão corporal, a disciplina e organização. A nível competitivo é exigido do ginasta disciplina e força de vontade, concentração, uma necessidade muito grande de repetição e autodomínio do corpo para que tenha um bom desempenho. Por se tratar de crianças e adolescentes torna-se necessário a realização de estudos. Objetivo: demonstrar o alto índice de lesões em crianças-atletas praticantes de GA e em quais aparelhos, afim de questionar a relevância dessa prática para a qualidade de vida dessas atletas. Metodologia: foi efetuada uma entrevista semi-estruturada com 7 perguntas, sendo anotadas as respostas e tabuladas no Excel, de maneira que os resultados pudessem ser interpretados. Amostra: forma entrevistadas 33 atletas de 40 inscritas, do sexo feminino, entre 10 e 12 anos. Resultados: 100% das atletas já lesionaram alguma parte do corpo. Locais: 24,33% no joelho; 21,62% pé; 13,51% tornozelo; 10,81% no cotovelo; 8,1% na virilha; 8,1% no punho; 8,1% na cervical; 2,7% na panturrilha; 2,7% nariz. Aparelhos: 72,97% Solo; 10,81% Salto; 10,81% Paralelas; 5,4% Trave. Nenhuma das atletas parou de treinar enquanto se recuperavam das lesões. Conclusão: o fato de todas as atletas já ter se contundido de alguma maneira na prática de GA leva a pensar que por se tratarem de pessoas em desenvolvimento talvez não traga grandes malefícios momentâneos, mas pensando em longo prazo a saúde e qualidade de vida dessas atletas pode estar sendo comprometida por exigências desmedidas, devendo então treinadores e pais repensar se vale a pena fazer com que seus alunos e filhos dêem suas vidas a troco de resultados.

ANAMNESE E CLASSIFICAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA (IPAQ – CURTO) EM COLABORADORES DA EMPRESA MULTINACIONAL – WHIRLPOOL – PLANTA RIO CLARO/ SP

MARCELA SENE-FIORESE - Universidade Federal de São Carlos
 Antônio Eduardo Aquino Junior - UFSCar
 Ana Carolina Greco - Greco & Schutzer
 Ana Cláudia Garcia de Oliveira Duarte - UFSCar

Vislumbrando a possibilidade de análise e prevenção de quadros dolorosos agudos e do combate ao sedentarismo, foram realizadas em 1183 funcionários as seguintes avaliações: a) Anamnese para investigação de: hábito de fumar, dores no corpo, realização de intervalos durante o período de trabalho b) estilo de vida (IPAQ – versão curta). Do total de avaliados, 74,47% eram homens e 25,53% mulheres; destes, 12,82% e 10,62% respectivamente são fumantes. A idade média entre os homens foi de 30,05±9,27 anos e entre as mulheres 29,72±8,33 anos. 9,30% dos homens e que 8,94% das mulheres possuíam algum tipo de dor no período anterior a sua admissão na empresa. 11,28% dos homens e 14,90% das mulheres possuem algum tipo de dor ao acordar, sendo que o local de maior incidência de dor foi à coluna, tanto entre os homens (51,64%), quanto entre as mulheres (40%). Dentre os avaliados, 26,22% dos homens e 42,71% das mulheres acusaram sentir ao menos um ponto de dor no trabalho. E, dentre estes, 13,85% dos homens e 17,82% das mulheres sentem dores em mais de 5 pontos. Os pontos mais recorrentes de dor são: homens – coluna 53,26%, ombro 14,13%, pescoço 9,78% e braço 9,78%; mulheres – coluna 39,63%, braço 16,98%, pescoço 11,32% e mão 7,54%. Somente 9,89% dos entrevistados relataram a existência de pausa durante o trabalho. Pela classificação do IPAQ – versão curta, a qual foi aplicado aos avaliados, 46,16% dos homens e 40,60% das mulheres foram classificados como sedentários; 21,31% dos homens e 37,61% das mulheres como insuficientemente ativos; 16,67% dos homens e 11,11% das mulheres como ativos e 15,86% dos homens e 10,68% das mulheres como muito ativos, sendo que a atividade exercida é insuficiente para a manutenção da qualidade de vida.

APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA RELACIONADO COM CÉLULAS VERMELHAS DO SANGUE EM ADOLESCENTES DO SEXO FEMININO

ANDERSON ZAMPIER ULBRICH - UFPR
 Rodrigo Bozza - UFPR
 Renata Labronici Bertin - UFPR
 Antônio Stabelini Neto - UFPR
 Wagner de Campos - UFPR

Estudos conduzidos com atletas adultos demonstram grande quantidade de células da linhagem vermelha para esta população, porém, quando envolvendo adolescentes as pesquisas ainda não são conclusivas. Desta forma, o propósito do estudo é associar a aptidão cardiorrespiratória VO2max com o número de células da linhagem vermelha do sangue de adolescentes do sexo feminino. Foram avaliadas 130 moças com idades entre 12 e 16 anos da rede pública de ensino da cidade de São Mateus do Sul, Paraná. O VO2max (ml/kg/min) foi estimado através do teste de Leger e dividido em tercil (baixa: <38,29; moderada: 38,29 a 43,29; alta: >43,29). A coleta de sangue determinou a concentração de hemoglobina, eritrócitos e hematócrito, analisados em conjunto pelo analisador CELL-DYN (1.400) e microscópio. Na análise estatística empregou-se análise descritiva e regressão logística, intervalo de confiança de 95%. A amostra se caracterizou com valores médios para idade de 14,7 anos, massa corporal 50,88kg, estatura 159,7cm, IMC 19,88kg/m². Os resultados demonstraram que as moças mais ativas obtiveram maior razão de chances de ter níveis elevados de hemoglobina (OR=2,48; IC=1,03-5,94;p=0,41) e hematócritos (OR=3,03; IC=1,25-7,34;p=0,14) quando comparados as sedentárias, sendo que, para os eritrócitos (OR=1,52; IC=0,65-3,59;p=0,33) não foram encontradas associações significativas. Nosso estudo demonstrou que os indivíduos mais ativos apresentam duas e meia até três vezes mais chances de apresentarem níveis elevados, porém dentro da normalidade, de hemoglobina e hematócrito.

PERFIL DO ESTILO DE VIDA DAS VENDEDORAS DO SHOPPING BENFICA NA CIDADE DE FORTALEZA-CE

VALTER CORDEIRO BARBOSA FILHO - Universidade Federal do Ceará
 Evanice Avelino de Souza - Universidade Federal do Ceará
 Beatriz dos Santos Cavalcante - Universidade Federal do Ceará
 Thiago Mota e Pinto - Universidade Estadual do Ceará
 Anatália Bezerra de Albuquerque - Universidade Federal do Ceará

A sociedade atual apresenta trabalhadoras que desenvolvem hábitos não-saudáveis como má alimentação, falta de relacionamentos e inatividade física, entre outros, devido a necessidade de cumprir compromissos e mostrar competência, prejudicando assim o estilo de vida saudável. Diante disso, este estudo tem como objetivo analisar o perfil do estilo de vida de vendedoras de um Shopping da cidade de Fortaleza, Ceará. O presente trabalho é um estudo de delineamento transversal, onde os indivíduos foram selecionados conforme disponibilidade de tempo para preenchimento do questionário. A amostra foi constituída por 46 vendedoras dos estabelecimentos do shopping, com média de idade de 24 ±5,0 anos. Foi utilizado como instrumento o questionário sugerido por Nahas (2001) sobre o Perfil do Estilo de Vida Individual. Os dados foram analisados através do percentual e utilizou-se o programa estatístico SPSS 13.0. Com relação à Nutrição, 45,7% afirmaram que às vezes incluem na alimentação diária pelo menos cinco porções de frutas e verduras. Quanto ao componente Comportamento Preventivo, foi possível verificar que 71,7% sempre buscam respeitar as leis de trânsito. Ao analisar a Atividade Física, 63,0% nunca realizam ao menos 30 minutos de atividades físicas de forma contínua. Ao verificar o Controle do Estresse 45,7% mantêm, às vezes, sem alterar-se em uma discussão, mesmo quando contrariado. No componente Relacionamentos, constatou-se que 63,0% sempre procuram cultivar amigos e estão satisfeitos com seus relacionamentos. A partir dos resultados obtidos se pôde concluir que o perfil deste grupo está bom, apesar de deixar a desejar no componente Atividade Física.

CONSUMO ALIMENTAR E ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO

RENATA LABRONICI BERTIN - UFPR
 Anderson Zampier Ulbrich - UFPR
 Rodrigo Bozza - UFPR
 Daniel Sotto Maior - UFPR
 Wagner de Campos - UFPR

A avaliação precisa do consumo alimentar e estado nutricional de adolescentes desperta preocupação, pois hábitos alimentares inadequados podem ocasionar desequilíbrios nutricionais. O presente trabalho teve por objetivo caracterizar o consumo alimentar e estado nutricional de adolescentes com idades entre 12 e 16 anos, matriculados na rede pública de ensino, da cidade de São Mateus do Sul, Paraná. Foram avaliados 170 adolescentes, sendo 63 do sexo masculino (36,84%), e 107 do sexo feminino (63,16%). O consumo alimentar foi obtido por um Questionário de Frequência de Consumo Alimentar. Calculou-se o índice de massa corporal (IMC), adotando a classificação da OMS. Para análise estatística utilizou-se análise descritiva e para determinar a diferença entre os sexos utilizou-se teste t de Student, p<0,05. A dieta dos adolescentes caracterizou-se por consumo energético adequado, com distribuição de macronutrientes de acordo com as recomendações, sendo maior nos meninos do que nas meninas. Quanto ao consumo de vitamina C (287mg meninos e 328mg meninas) e ferro (27 e 21mg, respectivamente) estes estavam adequados, no entanto o consumo de ferro diferiu entre os sexos (t= 3,765, p= 0,0001). O consumo de cálcio foi insuficiente para ambos os sexos. Houve excesso de ingestão de ácidos graxos saturados por 90% dos adolescentes. A população estudada encontra-se majoritariamente com o estado nutricional dentro dos padrões de normalidade (84% eutróficos, 12% sobrepeso/obesidade e 4% baixo peso). Pode-se concluir que a maior parte da população estudada encontra-se com o estado nutricional, consumo de vitamina C e ferro dentro dos padrões de normalidade, porém há consumo insuficiente de cálcio e excesso de ácidos graxos saturados.

4813

57

QUALIDADE DO SONO E NÍVEIS DE ANSIEDADE ESTADO COMPETITIVA DE ATLETAS DE TRIATHLON

WHYLLERTON MAYRON DA CRUZ - CEFID UDESC

Gilmar Staviski - CEFID-UDESC

Sabrina de Oliveira Sanches - CEFID-UDESC

Ricardo Brandt - CEFID-UDESC

Alexandro Andrade - CEFID-UDESC

É sabido da importância do sono para a recuperação do desgaste físico e psicológico e que elevados índices de ansiedade podem prejudicar tanto a qualidade do sono como o desempenho de atletas, sobretudo em esportes de longa duração. Este estudo parte do pressuposto que atletas possuem um estilo de vida disciplinado somado a hábitos saudáveis. No triathlon, caracterizado como esporte que exige alta demanda de esforço físico e mental, o descanso adequado, assim como o controle dos níveis de ansiedade tornam-se estratégias que contribuem para o sucesso numa competição. Esta pesquisa objetivou investigar a relação entre a qualidade do sono e os níveis de ansiedade estado em atletas amadores que participaram de uma competição de triathlon em Florianópolis – SC. Para tanto, 10 atletas adultos praticantes da modalidade há pelo menos 2 anos, responderam momentos antes da competição aos seguintes instrumentos: Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh – IQSP (BUYSE et al. 1989) traduzido por Konrad (2005) e Inventário de Ansiedade Estado Competitiva – CSAI-2 (MARTENS et al., 1990). Os dados foram tratados com estatística descritiva e inferencial (teste de Mann-whitney). Verificou-se que metade dos atletas apresentou qualidade de sono ruim, sendo a latência a alteração mais evidente. Os atletas apresentaram ansiedade média de 21,6 ($s=4,789$), porém, não foram encontradas diferenças significativas entre os níveis de ansiedade dos atletas que apresentaram ou não alterações no sono ($p>0,05$). Estes resultados indicam que não houve relação entre a qualidade do sono e os níveis de ansiedade estado pré-competitivo nos atletas avaliados.

4824

59

A DIMINUIÇÃO DE ÍNDICES DE DORES MUSCULARES APÓS UM PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL

ANTONIO JOSÉ GRANDE - Universidade Estadual de Londrina

Eduardo Vignoto Fernandes - UEL

Carlos Alberto Veiga Bruniera - UEL

Luiz Alberto Garcia Freitas - UEL

Evanil Antonio Guarido - UEL

O Projeto de Ginástica Laboral e Ergonomia é um programa de atividade física com intuito de promover qualidade de vida ao trabalhador. Dessa forma, nosso estudo teve como objetivo verificar se o programa de ginástica laboral contribuiu na melhoria e inibição de dores musculares utilizando-se de alongamentos. A amostra foi composta de 31 indivíduos sedentários, sendo 3 homens e 28 mulheres, com idade média de 45 (± 5) anos, todos funcionários do Restaurante Universitário da Universidade Estadual de Londrina. Foram realizadas sessões de alongamento de 15 minutos diários, cinco vezes por semana no período matutino. As sessões apresentavam alongamentos balísticos e estáticos. Foi aplicado um questionário de dor, sendo realizado em dois momentos: antes de adentrarem ao estudo e o segundo após 16 semanas de atividades. Para análise dos dados utilizou-se de estatística descritiva. No pré teste foi constatado que 44% sentiam dores na região cervical, 39% na região lombar, 11% na região do braço, 22% na região da perna. Após o programa de Ginástica Laboral todos os índices de dores foram reduzidos, 11% continuaram com dores na região cervical, 17% continuaram com dores na região lombar, no braço e perna não houve constatação de dor. Concluímos que o programa de ginástica laboral contribuiu para a redução de dores musculares nos funcionários participantes do programa de ginástica laboral do restaurante universitário.

4820

58

QUALIDADE DE VIDA DE ATLETAS PROFISSIONAIS DE FUTEBOL

EDUARDO SKALSKI BILEK - UnicenP

Paola Neiza Camacho Rojas - UnicenP

A atividade física proporciona diversos fatores benéficos para a qualidade de vida positiva. Os atletas profissionais também podem se beneficiar dos efeitos positivos do exercício. O objetivo da pesquisa foi identificar a qualidade de vida de atletas de futebol. Esta análise é parte de uma pesquisa realizada com atletas de futebol. O instrumento coleta de dados foi o questionário de qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde (O.M.S.). Foram inqueridos 24 atletas de uma equipe de futebol profissional. A percepção desses atletas de qualidade de vida é de 66,6% como boa e 33,3% sendo ótima, resumindo como 100% como uma percepção positiva para qualidade de vida. Eles apresentam energia suficiente para o seu dia-a-dia, sendo 8,3% satisfatória e 91,7% está com energia suficiente positiva. Quanto à dor física, 54,2% dizem que não interferem, 20,8% não se importam e 25% com a percepção de dor durante o seu dia-a-dia. No aspecto psicológico, alguns sentimentos negativos proporcionaram 83,3% não possuíram sentimentos negativos, ou seja, que nunca apresenta mau humor, desespero e outros. Um item negativo foi a oportunidade de lazer, sendo 41,7% que não tem oportunidade de lazer. Esses atletas apresentam um aspecto positivo quanto a qualidade de vida, porém tem aspectos psicológicos negativos que devem ser melhor trabalhado.

4828

60

ANÁLISE DA QUALIDADE DE VIDA DOS PROFESSORES DE GINÁSTICA DAS PRAÇAS PÚBLICAS DA CIDADE DE FORTALEZA-CE

CLEILTON HOLANDA PEREIRA - Universidade Federal do Ceará

Valter Cordeiro Barbosa Filho - Universidade Federal do Ceará

Evanice Avelino de Souza - Universidade Federal do Ceará

Thiago Mota e Pinto - Universidade Estadual do Ceará

Anatália Bezerra de Albuquerque - Universidade Federal do Ceará

O interesse pelo conceito Qualidade de Vida (QV) é relativamente recente e diversos instrumentos vem sendo desenvolvidos para avaliar as condições de vidas de populações diversas. Nesta perspectiva, este estudo teve como objetivo analisar a qualidade de vida dos profissionais de Educação Física que participavam de um curso técnico preparatório para ministrar aulas de ginástica em praças públicas da cidade de Fortaleza, Ceará. Este estudo teve caráter transversal com uma amostra do tipo conveniente, composta por 47 Educadores Físicos, com a idade amostral variando de 18-46 anos. Para a avaliação da QV dos indivíduos estudados aplicou-se o questionário abreviado da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-Bref). Utilizou-se a sintaxe do software estatístico SPSS versão 13,0 (SPSS Inc.) para análise dos resultados. Verificou-se que o Domínio I - Físico e Domínio II - Psicológico apresentaram bons resultados (74,6% e 72,9%, respectivamente). O Domínio III - Relações sociais apresentou os maiores resultados médios (76,2%), indicando que o construto relações sociais foi satisfatório nesta população, demonstrando ser um ponto favorável para a QV geral. Os menores valores percentuais foram encontrados para o Domínio IV - Meio ambiente (63,9%), sendo este o aspecto mais vulnerável e mais interferente na diminuição da QV da amostra estudada. Pode-se concluir que os educadores físicos do curso técnico de academia apresentaram resultados satisfatórios para a QV, sendo que o domínio ambiental apresentou-se como o aspecto mais preocupante da QV do grupo estudado.

4830

61

ESTÁGIO DE PRONTIDÃO PARA MUDANÇA DE COMPORTAMENTO EM ADOLESCENTES OBESOS INGRESSANTES NO PROJETO AOM/UEM

FABIANA ALONSO ROCHA - Universidade Estadual de Maringá
 Glauco Barnez Pignata Cattai - Universidade Estadual de Maringá
 Luzia Jaeger Hintze - Universidade Estadual de Maringá
 Tatiane Aparecida da Silva Ribeiro - Universidade Estadual de Maringá
 Nelson Nardo Junior - Universidade Estadual de Maringá

A pandemia da obesidade já ultrapassa as barreiras da idade, e tem acometido um grande número de crianças e adolescentes. Estudos apontam que o desenvolvimento da obesidade durante essas fases da vida aumenta sua incidência na fase adulta, bem como as doenças a ela relacionadas. Diante disso o presente estudo visa apontar a prevalência de obesidade extrema e os indicadores de risco cardiovasculares (RC) entre adolescentes ingressantes de um programa de tratamento multiprofissional da obesidade (PTMO). Participaram deste estudo 35 adolescentes ingressantes do PTMO, a classificação da obesidade e da obesidade extrema foi obtida pelos pontos de corte do IMC sugeridos por Freedman, et al (2007) e o indicativo do RC pela circunferência da cintura (CC) de acordo com os valores definidos por Katzmarzki (2004). A média de idade do grupo foi de 13,2 ($\pm 1,58$) anos, no que se refere ao peso e estatura os valores médios encontrados foram respectivamente 81,0 ($\pm 11,65$) Kg e 1,61 ($\pm 0,06$) m. O IMC médio apresentado foi de 31,2 ($\pm 3,57$) Kg/m², sendo que ao ser avaliado individualmente encontramos uma prevalência de 20% de obesidade extrema, 74,3% de obesidade e apenas 5,7% de sobrepeso. Os valores médios das circunferências da cintura e quadril foram 91,6 ($\pm 8,02$) cm e 110,7 ($\pm 7,31$) cm respectivamente, já a RCQ foi de 0,83 ($\pm 0,06$) cm. Seguindo os pontos de corte do indicativo de RC todos os avaliados demonstraram alto RC. Mediante esses resultados podemos concluir que a obesidade na adolescência está fortemente relacionada ao aumento do indicativo de RC. Além disso, nota-se que o número de casos de obesidade extrema tem crescido também em adolescentes e um PMTO é decisivo para esses casos.

4849

63

ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC

VALERIA AUCAR DE TOLLA - UFSC

Myla de Aguiar Bittencourt - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
 Naiandra Dittrich - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
 Andrea Pelegrini - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
 Edio Luiz Petroski - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC

Os riscos relacionados aos baixos níveis de atividade física têm sido constatados em diferentes faixas etárias, sendo a evolução tecnológica um dos principais fatores contribuintes para o aumento da inatividade física, e conseqüentemente, ocorrendo um aumento dos fatores de riscos predisponentes as doenças crônico-degenerativas. Assim, o objetivo do estudo foi analisar os estágios de mudança de comportamento em adolescentes do ensino médio de Florianópolis, SC. A amostra foi composta de 255 adolescentes (97 do sexo masculino e 158 do feminino), com idade de 14 a 19 anos, de uma escola da rede pública de ensino. O estágio de mudança de comportamento foi analisado através de um questionário auto-relatado (Pochaska & Markus, 1994). A análise dos dados foi realizada através de estatística descritiva (distribuição de frequência) e o teste qui-quadrado ($p < 0,05$). De acordo com os resultados foi verificado que 35,3% dos adolescentes estavam no estágio de preparação. Quando analisado o envolvimento em atividades físicas, encontrou-se que 22,4% dos adolescentes classificaram-se como inativos, 35,9% insuficientemente ativos e 41,8% ativos. Quando estratificado por sexo, verificou-se uma maior prevalência de moças inativas, enquanto os rapazes fisicamente ativos ($p < 0,05$). De acordo com as evidências encontradas no presente estudo, conclui-se que a maioria dos adolescentes são ativos, entretanto, o sexo masculino prevalece, e as adolescentes do sexo feminino apresentaram maior proporção de insuficientemente ativas fisicamente, o que sugere a implantação de programas de exercícios físicos incentivados pelos profissionais de Educação Física, uma vez que o aspecto motivacional é um fator importante nessa faixa etária em questão.

4834

62

CARACTERÍSTICAS ANTROPOMÉTRICAS E CONSUMO ALIMENTAR DE ATLETAS DE VOLEIBOL E DE FUTSAL DE UMA UNIVERSIDADE CATARINENSE

MARIANA JORGE DE CARVALHO STACKE - Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC)
 Adriana Soares Lobo - Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC)

A nutrição é reconhecida como indispensável para prática de atividades físicas, sendo capaz de otimizar o desempenho em competições. Este estudo objetivou descrever características antropométricas e consumo alimentar de jogadores de voleibol e futsal de uma Universidade privada de Santa Catarina. Participaram do estudo 24 jogadores de 17 a 30 anos de idade que integram as equipes profissionais da Instituição. Os dados sobre consumo alimentar foram coletados através de um recordatório de 24 horas e dois registros alimentares. O consumo energético total (VET) e a quantidade de macronutrientes foi calculada através do programa DietPro 4.0. O gasto energético foi estimado pelos Múltiplos de Metabolismo da FAO/OMS. O percentual de gordura corporal (%GC) foi determinado por impedância bioelétrica. Foram utilizados procedimentos de estatística descritiva e testes de comparação de médias, adotando-se como significância o valor de $p < 0,05$. Observou-se que os atletas da equipe de voleibol se mostraram estatisticamente mais pesados e mais altos (86,4+10,7Kg; 1,91+0,07m) do que os atletas da equipe de futsal (70,3+5,1Kg; 1,76+0,06m). O valor médio de %GC foi de 11,5% (+3,2). Não houve diferença significativa entre o VET (3843,3+1166,8kcal) e o gasto energético (3532,5+264,2kcal) em ambas as equipes. O percentual calórico advindo de carboidratos, lipídios e proteínas foram, respectivamente, de 54,8% (hipoglicídico), 30,1% (hiperlipídico) e 16,1% (hiperprotéico). O consumo protéico médio foi de 2,0 g/Kg (+0,6) de peso corporal. Apesar dos atletas apresentarem %GC adequado à modalidade esportiva, seu consumo alimentar encontra-se inadequado, o que pode ter efeito negativo sobre a saúde e a performance.

4878

64

SESI GINÁSTICA NA EMPRESA – CONTRIBUIÇÃO PARA A QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE PARA AS EMPRESAS (SETOR ADMINISTRATIVO) QUE PARTICIPAM DO SESI GINÁSTICA EM BELO HORIZONTE GRANDE BH

FABIANA CRISTINE DA SILVA BARBOSA CARNEIRO - SESI - Serviço Social da Indústria de Minas Gerais

O trabalho apresentado relata os resultados obtidos sobre a Qualidade de Vida dos trabalhadores (setor administrativo) com uma proposta de incentivo a mudança de hábitos para que melhorem e/ou mudem o estilo de vida tornando seus hábitos mais saudáveis e tragam boas conseqüências para que possam lidar com situações adversas. O objetivo, é avaliar os hábitos cotidianos, aprimorar aqueles que garantem pleno equilíbrio e harmonia entre corpo e mente dos trabalhadores que participam do SESI Ginástica beneficiando-os com o processo de ensino-aprendizagem, oportunizando-os com os conteúdos teóricos e práticos, e, conseqüentemente o fortalecimento das empresas em que atuam. Em razão do excesso de trabalho, os interesses, a família, o lazer, são colocados em segundo plano, acarretando com o tempo a ausência de qualidade de vida pessoal, social e familiar, por isso, há uma necessidade de conhecer os hábitos do cotidiano dos trabalhadores. Aplicou-se um questionário da ABQV – Associação Brasileira de Qualidade de Vida em 14 Empresas de Belo Horizonte e grande BH, de ambos os sexos, para trabalhadores na idade adulta que estão ativamente trabalhando. O resultado obtido é 51,3% (opção 3), mostra que o trabalhador “é um verdadeiro atleta corporativo”. Na opção 2, afirmam que (46,9%) “estão no caminho certo, já que tem procurado se cuidar”. Na 1ª opção, a minoria assinalou 1,8%, dizendo que “é importante pensar que seu desempenho profissional depende muito da sua saúde”. O estudo indica que a mudança de hábitos é gradativa, deve ser construída no dia-a-dia, na busca de adaptar os trabalhadores a sua realidade e construir um ambiente para uma melhor qualidade de vida tanto no trabalho como na sua vida pessoal, social e familiar.

PÔSTERES 2 – ÁREA TEMÁTICA 6: DOENÇAS E AGRAVOS NÃO TRANSMISSÍVEIS E ATIVIDADE FÍSICA**3598****1****NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL E DENSIDADE MINERAL ÓSSEA**MARINA KANTHACK PACCINI - Universidade Católica de Brasília
Maria Fátima Glaner - Universidade Católica de Brasília-DF

Alguns estudos apontam que a atividade física e a idade parecem influenciar a densidade mineral óssea (DMO). Assim, este estudo objetivou verificar a influência do nível de atividade física habitual (NAFH) e da idade sobre a DMO. Foram estudados 40 voluntários (18 homens e 22 mulheres), submetidos à aplicação de um questionário de atividade física habitual, bem como a medidas de DMO e antropometria. O questionário utilizado foi desenvolvido por Pate, traduzido e adaptado por Nahas (2003). A DMO foi mensurada, nas regiões da coluna lombar (L1-L4) e fêmur, com utilização da absorptometria de raio-X de dupla energia (AXDE - Lunar DPX-IQ, versão 4.7e). Utilizou-se uma balança eletrônica Filizola com escala acoplada para mensurar a estatura, sendo esta obtida em escala de 0,5 cm e a massa corporal (MC) com resolução de 0,1 kg. Para a caracterização da amostra, utilizou-se a estatística descritiva, nas variáveis, estatura, MC e percentual de gordura (%G - por AXDE). Foi utilizada a análise de regressão pelo método enter ($p \leq 0,05$), sendo as variáveis dependentes a DMO da L1-L4 e fêmur, e as independentes, o NAFH e a idade. Os valores médios de MC, estatura e %G foram, respectivamente, de $76,6 \pm 10,1$ kg, $173,6 \pm 8,8$ cm e $19,0 \pm 8,0$ para os homens e $62,6 \pm 12,5$ kg, $156,2 \pm 7,7$ cm e $34,7 \pm 8,3$ para as mulheres. O coeficiente de determinação (R^2) indicou que o NAFH e a idade não influenciaram significativamente ($p > 0,05$) a DMO na coluna lombar ($R^2 = 0,006$; 6,3) e no fêmur ($R^2 = 0,036$; 1,6). Portanto, conclui-se que, aparentemente, para esta amostra, tanto NAFH quanto a idade não podem predizer ou influenciar significativamente a DMO nas regiões investigadas.

4238**2****O EXERCÍCIO FÍSICO AUMENTA A COORDENAÇÃO E O ESTRESSE OXIDATIVO NA SÍNDROME DE DOWN**ADERBAL SILVA AGUIAR JR - UNESC
Talita Tuon - UNESC
Gláucia Silvano Rocha - UNISUL
Mirella Menezes Albuquerque - UNISUL
Ricardo Aurino de Pinho - UNESC

Indivíduos com Síndrome de Down (SD) também apresentam estresse oxidativo devido à overexpressão da enzima superóxido dismutase (SOD) presente no gene 21, causando neurodegeneração e atraso no desenvolvimento neuropsicomotor. Analisamos o efeito de um programa de exercícios sobre o estado redox sérico de pacientes com SD. 18 adultos com SD confirmado por cariotipagem, gênero masculino [$23,3 \pm 2,1$ anos de idade e $IMC 23,0 \pm 1,2$ kg/m²] foram randomicamente divididos em dois grupos ($n = 9$ cada grupo): sedentário e treinamento. Os valores de lactato sanguíneo caracterizaram adaptação física ao exercício de intensidade moderada. O treinamento melhorou significativamente ($p < 0,05$) os índices de coordenação através do Gross Motor Function Measure. O treinamento aumentou significativamente ($p < 0,05$) a atividade da CAT e da SOD e os valores de TBARS no soro, e o carbonil nos eritrócitos. O treinamento físico melhorou a coordenação motora de adultos com SD e induziu estresse oxidativo.

4260**3****CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA E PRESSÃO ARTERIAL EM USUÁRIOS DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE (SUS) DA REGIÃO OESTE DO ESTADO DE SÃO PAULO**

LEANDRO CAMARGO - CESAFEPP - Centro de Estudos em Saúde Atividade física e Esporte de Presidente Prudente

Vitor Nielsen de Oliveira - Cento de Estudos da Atividade Física e da Aptidão Física – Departamento de Saúde, Saneamento e Bem Estar Social de Martinópolis - SP
Eduardo Francisco Corrêa - Cento de Estudos da Atividade Física e da Aptidão Física – Departamento de Saúde, Saneamento e Bem Estar Social de Martinópolis - SP
Ubirajara Pitta Monteiro - Cento de Estudos da Atividade Física e da Aptidão Física – Departamento de Saúde, Saneamento e Bem Estar Social de Martinópolis - SP

A hipertensão arterial, caracterizada como um importante fator de risco para doenças cardiovasculares, apresenta custos médicos e sócio-econômicos elevados para a sociedade, indivíduo e família. Indivíduos com maior acúmulo de gordura localizada na região central do corpo tendem a apresentar níveis mais elevados de pressão arterial. O presente estudo teve como objetivo verificar a pressão arterial de usuários do Sistema Único de saúde (SUS), conforme a circunferência da cintura. Para tanto foram avaliados 477 indivíduos sendo 281 mulheres com idade média de $53,3 \pm 15,5$ anos e 196 homens com idade média de $57,5 \pm 12,9$ anos, usuários do sistema único de saúde (SUS) de 4 municípios do oeste paulista. Para verificar a pressão arterial recorreu-se ao protocolo da V Diretrizes Brasileiras de Hipertensão arterial (2006) e a circunferência da cintura foi determinada de acordo com o Anthropometric Standardization Reference Manual (1988), dividiu-se a amostra em três grupos: grupo 1 (homens até 93,9cm e mulheres até 79,9cm), grupo 2 (homens ≥ 94 cm até 101,9; mulheres ≥ 80 cm até 87,9) e grupo 3 (homens ≥ 102 cm; mulheres ≥ 88 cm). Para análise dos dados recorreu-se a estatística descritiva e análise de variância ONE-WAY para comparação entre os resultados seguido do teste de comparação múltipla POST-HOC Scheffé, adotando-se o nível de significância $*p < 0,05$. Conforme os resultados obtidos, podemos concluir que houve diferenças estatísticas significativas entre os três grupos para a pressão arterial sistólica e do grupo 3 para os grupos 1 e 2 na pressão arterial diastólica, sugerindo que quanto maior a circunferência da cintura, mais elevados são os níveis da pressão arterial.

4262**4****ATIVIDADE FÍSICA E ALGIAS NA COLUNA VERTEBRAL**RANIELI GEHLEN ZAPELINI - Centro Universitário Feevale
Nara Isabel Gehlen - Centro Universitário Feevale

Os benefícios da prática de atividade física são inúmeros na prevenção e promoção da saúde. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) 80% da população teve, tem ou terá dores na coluna vertebral em algum momento de sua vida, a partir disto, a idéia deste trabalho é analisar a associação da prática de atividade física e a presença de dores na coluna vertebral. O estudo se caracteriza como retrospectivo e descritivo. A população foi indivíduos de um município metropolitano do estado de Rio Grande do Sul. Foram utilizados os dados construídos a partir do projeto NH Bairro/Cidade com parceria entre o jornal do município e uma Instituição de Ensino Superior. Amostra foi composta por 107 indivíduos participantes do projeto no ano de 2005, que preencheram um questionário e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. A média de idade dos participantes ficou em 39 anos, sendo 57% dos participantes do sexo feminino. A inatividade física esteve presente em 60,7% da amostra, não tendo diferença estatisticamente significativa entre os gêneros, feminino e masculino, apesar de mulheres serem mais inativas que homens. Não foi encontrada associação entre inatividade física com dores na coluna vertebral, através do teste qui quadrado, pois 84,1% das pessoas tinham dores na coluna vertebral, as regiões mais acometidas foram cervical, com 33,6%, seguido de região lombar, com 32,7%. Cabe ressaltar que projeto visa o cuidado da coluna vertebral, tendo um viés de indivíduos com algias. Ao finalizar este estudo não pode se estabelecer uma relação entre inatividade física e algias na coluna vertebral, entretanto pode-se observar uma elevada prevalência de inatividade física e algias na coluna vertebral dos participantes.

4284

5

OCORRÊNCIA E LOCALIZAÇÃO DE LESÕES MÚSCULO-ESQUELÉTICAS EM PRATICANTES DE GINÁSTICA RÍTMICA

RAQUEL PETRY - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC
Jonathan Ache Dias - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC

Na Ginástica Rítmica (GR), para atingir a perfeição técnica e reproduzir todos os movimentos e exercícios de suas rotinas, as atletas devem treinar e repetir os elementos técnicos milhares de vezes. Este cotidiano intenso de treinamentos coloca as ginastas em risco de lesão por sobrecarga e fadiga em diferentes estruturas e grupos musculares. O objetivo deste estudo foi analisar a ocorrência e a localização de lesões músculo-esqueléticas em praticantes de Ginástica Rítmica. Participaram deste estudo 266 ginastas do sexo feminino entre 5 e 19 anos de idade, participantes do VII Torneio Nacional de Ginástica Rítmica, ocorrido entre os dias 16 a 19 de novembro de 2006, na cidade de Florianópolis-SC, divididas em 4 grupos, de acordo com a categoria a que pertenciam. A ocorrência de lesões músculo-esqueléticas nas ginastas foi avaliada através da aplicação de questionamento direto, com perguntas fechadas sobre: categoria, ocorrência de lesão músculo-esquelética e local da lesão. Para a análise dos dados foi utilizada a estatística descritiva. A média de idade das participantes do estudo foi de 12,05 + 2,3 anos. A ocorrência de lesões referidas por categoria foi: adulta (80%); juvenil (70,7%); infantil (44%) e pré-infantil (28 %). Em todas as categorias a maior incidência de lesões foi nos membros inferiores: adulta (joelho – 36%); juvenil (pé – 25%); infantil (pé – 14%) e pré-infantil (virilha – 8%). Devido aos movimentos extremos com os membros inferiores realizados durante a prática de Ginástica Rítmica, pode-se confirmar a tendência de lesões relevantes neste segmento. Através desta constatação, confirma-se a importância da inserção de programas preventivos objetivando a minimização de incidência de lesões neste esporte.

4328

7

ANÁLISE DE RISCO PARA A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS DE INDIVÍDUOS FRE-QUENTADORES DE PARQUES PÚBLICOS DO MUNICÍPIO DE LONDRINA

ROBERTA LIDIANE DE OLIVEIRA ESTEVES - Universidade Estadual de Londrina
Túlio Rangel de Camargo Pacheco - Universidade Estadual de Londrina
Mário Carlos Welin Balvedi - Universidade Estadual de Londrina
Liane Sardi - Universidade Estadual de Londrina
Márcia Greguol Gorgatti - Universidade Estadual de Londrina / Apoio: Fundação de Esportes de Londrina

A prática regular de exercícios é muito recomendável para a saúde, mas a não verificação prévia do estado de saúde pode acarretar riscos aos praticantes. O objetivo deste estudo foi verificar a prevalência de doenças, fatores de risco e sintomas entre praticantes de caminhadas. Para tanto, 148 indivíduos que praticavam caminhada regular em 3 parques de Londrina, sendo destes 69 mulheres (60,03+9,8 anos) e 79 homens (60,01+10,8 anos), responderam a um questionário sobre sintomas durante a prática de exercícios, doenças e fatores de risco existentes. Também foi perguntado se eles haviam realizado exame médico prévio à prática. Entre os homens, 43% tinha hipertensão arterial, 20,2% dislipidemia, 17,7% diabetes, 3,8% doença coronariana, 3,8% artrite e 1,27% arritmia; 35,44% disse não ter nenhuma doença. Já entre as mulheres, 43,48% tinha hipertensão arterial, 39,13% dislipidemia, 13% diabetes, 11,5 osteoporose, 7,2% artrite, 2,9% arritmia, 5,8% disfunções da tireóide e 17,3% não apresentavam doenças. Quando indagados se haviam realizado exames médicos prévios, 20,3% das mulheres e 27,8% dos homens responderam que não. Quanto aos sintomas durante a caminhada, 13% das mulheres e 7,6% dos homens sentiam dores no peito, 23,2% das mulheres e 16,5% dos homens sentiam tonturas e 33,3% das mulheres e 26,6% dos homens sentiam dores articulares. Conclui-se que a maioria dos indivíduos pesquisados apresentam doenças crônico-degenerativas, com destaque para a hipertensão arterial em ambos os sexos. Entretanto, verifica-se que ainda faltam informações sobre os riscos da prática de exercícios não supervisionada, especialmente no que se refere à necessidade de exames médicos prévios e atenção aos sintomas durante o exercício.

4296

6

ATIVIDADE FÍSICA E CONSUMO DE LÍPÍDEOS ASSOCIADOS AOS FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR EM ADOLESCENTES

ANTONIO STABELINI NETO - Universidade Estadual do Norte do Paraná
Rodrigo Bozza - UFPR
Anderson Zampier Ulbrich - UFPR
Ítalo Quenni Araújo de Vasconcelos - UFPR
Wagner de Campos - UFPR

Introdução: estudos conduzidos com adultos indicam que o baixo consumo de gorduras na dieta e a prática de atividade física estão associados a uma diminuição dos fatores de risco para doenças cardiovasculares. Entretanto, na população pediátrica os resultados são contraditórios. Objetivos: associar o nível de atividade física (NAF) e consumo de lipídeos com os fatores de risco para doenças cardiovasculares em adolescentes. Métodos: 128 moças e 121 rapazes entre 12 e 16 anos de idade foram avaliados. O NAF foi estimado através do recordatório de Bouchard. Para consumo de lipídeos foi utilizado o inquérito alimentar desenvolvido por Sichieri. A pressão arterial foi mensurada com um esfigmomanômetro. O colesterol total, HDL e triglicérides foram determinados através do método enzimático-colorimétrico. O LDL foi calculado pela fórmula de Friedewald. Na análise estatística foi empregada a regressão logística, com $p < 0,05$. Resultados: 13,9% dos rapazes e 15,0% das moças foram classificados como sedentários (NAF < 37 Kcal.kg.dia). Para os hábitos alimentares, 45,7% e 45,4% dos rapazes e moças respectivamente apresentaram consumo de lipídeos superior a 30%. Os rapazes sedentários tiveram maior razão de chances de níveis elevados de colesterol total (OR=4,19; IC=1,62-10,79) e LDL (OR=2,94; IC=1,06-8,11) comparados aos ativos. Para as moças, não foram encontradas associações significativas com os fatores de risco avaliados. Em relação ao consumo de lipídeos, não foram encontradas significâncias estatísticas para ambos os sexos. Conclusões: nossos resultados demonstraram que, para indivíduos do sexo masculino desta amostra, existe uma relação direta da inatividade física com níveis elevados de colesterol total e LDL.

4346

8

PREVALÊNCIA E COMPLICAÇÕES DO DIABETES MELLITUS NO MUNICÍPIO DE TUBARÃO-SC

RODRIGO DA ROSA IOP - Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL
Jaqueline de Fátima Biazus - Unisul
Luci Fabiane Scheffer Moraes - Unisul
Franciele Cascaes da Silva - Unisul
Inês Alessandra Xavier Lima - Unisul

Introdução: O Diabetes Mellitus (DM) é definido pela Associação Americana de Diabetes como um grupo heterogêneo de doenças metabólicas caracterizadas pela hiperglicemia, causada por um dos defeitos na secreção da insulina ou na ação desta, ou por ambas as coisas. Objetivos: Verificar a prevalência e as complicações do diabetes mellitus tipo 2 no município de Tubarão-SC. Método: Foi realizado levantamento de pessoas portadoras de diabetes cadastradas pelo sistema de informação de atenção básica (SIAB). Resultado: Verificou-se através de análises percentuais que a população acometida pelo diabetes é de 1,27%, sendo 32,40% do gênero masculino e 67,60% do gênero feminino. Entre as complicações mais frequentes decorrentes do Diabetes Mellitus encontram-se a HAS (64%), Coronariopatias (11,39%), IAM (8,23%), AVE (7,79%), Pé diabético (5,22%), Amputação (1,70%), IRC (1,70%), correspondendo a um total de 76,47% de complicações. Conclusão: Pelo impacto social e econômico que tem ocasionado, tanto em termos de produtividade quanto de custos, o Diabetes Mellitus vem sendo reconhecido, em vários países, como problema de saúde pública com reflexos sociais importantes. Suas manifestações crônicas são ainda, na nossa realidade, causas comuns de hospitalização e absenteísmo no trabalho.

4362

9

ANÁLISE DO CONHECIMENTO DE FATORES DE RISCO PARA DOENÇA CORONARIANA DE UNIVERSITÁRIOS DA CIDADE DE SANTA MARIA – RS

JOSI MARA SARAIVA DE OLIVEIRA - Universidade Federal de Santa Maria
 Estela Aita Monego - Universidade Federal de Santa Maria
 Maria Amélia Roth - Universidade Federal de Santa Maria

Conforme a IV Diretriz Brasileira Sobre Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose (2007), durante os últimos trinta anos foi observado um declínio razoável da mortalidade por causas cardiovasculares em países desenvolvidos, enquanto elevações relativamente rápidas e substanciais têm ocorrido em países em desenvolvimento, dentre os quais o Brasil. De acordo com as projeções da Organização Mundial de Saúde, esta tendência de elevação na doença cardiovascular tende a persistir, agravando ainda mais o quadro de morbidade e mortalidade elevadas nestes países. Este estudo investigou o conhecimento a respeito dos fatores de risco primários e secundário para o desenvolvimento de doenças coronarianas em universitários da cidade de Santa Maria – RS. Foram analisados os dados de 90 universitários de ambos os sexos na faixa etária de 18 a 24 anos através da tabela de fatores de risco primários e secundário para o desenvolvimento de doenças coronarianas. Resultados: 22% desconhecem pelo menos 1 fator de risco de seu estado atual, dentre os mais desconhecidos estão o % de Gordura e níveis séricos de colesterol. Para o fator de risco Herança Familiar 66% têm pelo menos 1 parente cardiopata sendo que destes 9% possuem de 3 a 5 parentes cardiopatas; 30% praticam menos de 30 min/dia e 14% praticam de 60 a 79 min/dia de exercícios físicos; em relação a pressão arterial sistólica e diastólica, a maioria está dentro da normalidade e não são fumantes. Conclusão: Sendo uma população de indivíduos jovens e com grau de instrução elevado, a maioria desconhece algum destes fatores de risco apesar da maior parte apresentar fator de risco através da Herança Familiar e possuir níveis de exercícios físicos muito baixos.

4404

11

PREVALÊNCIA DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER EM CATADORES DE MATERIAIS RECICLÁVEIS PORTADORES DE DOENÇAS CRÔNICAS

GRÉGORE IVEN MIELKE - Escola Superior de Educação Física - UFPel
 Marcelo Cozzena da Silva - Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas, Programa de Pós-graduação em Epidemiologia, Universidade Federal de Pelotas
 Anaclaudia Gastal Fassa - Programa de Pós-graduação em Epidemiologia, Universidade Federal de Pelotas
 David Kriebel - Departamento de Ambiente do Trabalho, Universidade do Massachusetts, Lowell

Os catadores de materiais recicláveis são trabalhadores informais que apresentam condições de vida e trabalho extremamente precárias, sobrevivendo com renda familiar média de menos de um salário mínimo. O objetivo do estudo foi o de examinar a prevalência de atividade física em uma amostra de catadores da cidade de Pelotas/RS. Foi realizado um estudo transversal com 990 indivíduos de 18 anos ou mais. Catadores foram pareados por sexo, idade e escolaridade a não catadores moradores das mesmas áreas. Atividade física no lazer foi definida como mais de 150 min/sem de atividades físicas moderadas ou vigorosas. Catadores e seu grupo de comparação apresentaram baixa prevalência de atividade física no lazer (30,1% e 33,7% respectivamente). A prevalência de atividade física entre os catadores portadores de diabetes, hipertensão arterial sistêmica, angina e insuficiência cardíaca foi de 13,8%, 27,1%, 24,2% e 20,8% respectivamente. Em relação ao grupo controle, as prevalências foram de 26,9%, 31,8%, 27,6% e 0% para diabetes, hipertensão arterial sistêmica, angina e insuficiência cardíaca, respectivamente. Entre os catadores, a prevalência de atividade física foi maior nos indivíduos não diabéticos quando comparado aos diabéticos ($p=0,04$). Em relação às demais doenças crônicas, não houve diferença entre as prevalências encontradas. A prevalência de atividade física no lazer entre indivíduos portadores de doenças crônicas de baixa renda ainda é pequena. A criação de programas de atividade física que atinjam efetivamente a população trabalhadora mais carente do país seria fundamental para a saúde dos indivíduos e ajudaria na redução dos custos financeiros pessoais e governamentais dedicados ao tratamento dessas morbidades.

4367

10

ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC) E TEMPO DE PRÁTICA EM CAPOEIRISTAS

JOSÉ CARLOS OLIVEIRA CAVALCANTE - Universidade Federal do Acre - Departamento de Educação Física e Desporto
 Jader Andrade Bezerra - Universidade Federal do Acre
 Fernando Roberto Oliveira - Universidade Federal de Lavras
 Leandro Ribeiro Palhares - Universidade Federal do Acre

A obesidade, de caráter multifatorial, é uma das epidemias do mundo moderno, influenciando negativamente diversos indicadores bio-psico-sociais da saúde. O exercício físico é uma das abordagens preventivas no combate a obesidade, sendo que a capoeira pode ser uma alternativa atraente para este fim. O objetivo do estudo foi identificar o IMC e suas relações com o tempo de prática em capoeiristas. A amostra de 24 capoeiristas, voluntários, de ambos os sexos, pertencentes a um grupo de capoeira de Rio Branco (AC) foi distribuída em dois grupos ($n=12$) de acordo com o tempo de prática sistemática e contínua em capoeira: novatos (GN), com 1,58 ano (Idade: $17,5\pm 3$ anos; Peso: $50,1\pm 10$ Kg; Estatura: $1,58\pm 0,1$ m) e experientes (GE), com 7,5 anos (Idade: 19 ± 4 anos; Peso: $61,5\pm 13$ Kg; Estatura: $1,64\pm 0,9$ m). O Teste t de Student indicou diferença entre os grupos em relação ao tempo de prática [T(df= 22)= -8,78, $p < 0,001$] e o peso [T(df= 22)= -2,33, $p < 0,03$]. Não foram encontradas diferenças para altura [T(df= 22)= -1,39, $p = 0,18$] e idade [T(df= 22)= -1,69, $p = 0,11$]. Para medir o peso e a estatura dos sujeitos, foram utilizadas uma balança com antropômetro (marca Filizola, modelo 31, carga máxima de 150 Kg) e uma ficha para anotar os resultados. A coleta de dados foi realizada na academia de capoeira, antes do treinamento, e cada sujeito foi avaliado individualmente. Os grupos GN e GE apresentaram um IMC de $19,7\pm 2$ Kg/m² e $22,6\pm 2$ Kg/m², respectivamente, com o Teste t de Student indicando diferença significativa [T(df= 22)= -2,98, $p < 0,001$]. O presente estudo identificou uma relação entre os níveis de IMC e o tempo de prática, indicando que a capoeira apresenta-se como uma alternativa na manutenção nos níveis do IMC.

4416

12

INFLUÊNCIA DA DEAMBULAÇÃO SOBRE A NOCICEPÇÃO, EDEMA E MIGRAÇÃO CELULAR DA ARTRITE INDUZIDA POR CFA EM RATAS

RAQUEL PINHEIRO GOMES - Universidade Estadual de Santa Catarina- CEFID/ UDESC
 Elisângela Bressan - Departamento de Farmacologia- UFSC
 Susana Cristina Domenech - Universidade Estadual de Santa Catarina - CEFID/ UDESC
 Carlos Rogério Tonussi - Departamento de Farmacologia - UFSC

A atividade física (AF) pode apresentar potenciais benefícios no tratamento de condições inflamatórias. O objetivo do estudo foi avaliar a influência da AF sobre a nocicepção, edema e migração celular em modelo de artrite induzida por adjuvante completo de Freund (CFA) em ratas. Ratos Wistar fêmeas (200 – 250 g; $n=36$) receberam injeção intradérmica de CFA (Mycobacterium butyricum; 0,5 mg/mL; 50 μ L) na base da cauda. Após 21 dias, os animais receberam injeção de CFA na articulação tibio-femural (TF; $n=18$) ou tibio-társica (TT; $n=18$) e, 24 h após submetidos à deambulação e à avaliação da incapacitação e edema articulares uma vez ao dia durante 10 dias. Os grupos foram subdivididos em: (a) AF de 1 min (TF: $n=6$; TT: $n=6$); (b) AF progressiva com aumento de 1 min/dia (TF: $n=6$; TT: $n=6$); (c) sem AF (TF: $n=6$; TT: $n=6$). A AF foi realizada no cilindro de aço inox com velocidade de rotação de 3 r.p.m. A incapacitação articular foi avaliada pelo tempo de elevação da pata (TEP; s) durante a marcha de 1 min; o edema da TF, pela variação do diâmetro articular (DA; cm); e o edema da TT, pelo volume de pata (EA; mL); e a migração celular, pela contagem total (CT; células/mm²) e diferencial (MON e PMN; células/mm³) de leucócitos do tecido inflamado coletado no 10º dia. A AF progressiva promoveu significativa redução do TEP, DA e EA. Observou-se redução da migração de leucócitos apenas na articulação TT. A AF de 1 min inibiu o DA, o EA e a migração de leucócitos apenas na articulação TT, para $p < 0,05$. A AF progressiva inibiu a nocicepção tanto na articulação TF quanto TT em comparação com a AF de 1 min. Ambos os protocolos de AF promoveram resultados semelhantes sobre o edema da articulação TF e sobre a migração celular da articulação TT.

4444

13

PREVALÊNCIA DE SONO NÃO-REPARADOR EM PACIENTES COM SÍNDROME DA FIBROMIALGIA

SUELEN MEIRA GÓES - Universidade Federal do Paraná
 Fabrício Cieslak - Universidade Federal do Paraná
 Deise Moser - Universidade Federal do Paraná
 Eduardo Paiva - Ambulatório de Reumatologia Hospital de Clínicas do Paraná /
 Universidade Federal do Paraná
 Neiva Leite - Universidade Federal do Paraná

Introdução: A Síndrome da Fibromialgia (SFM) ocorre geralmente em mulheres sendo acompanhada, entre outros sintomas, do sono não-reparador que pode levar a prejuízos na execução das atividades diárias e nos hábitos de sono. Objetivo: Avaliar a prevalência de sono não-reparador em mulheres com SFM provenientes do ambulatório de Reumatologia do Hospital de Clínicas (HC) de Curitiba e presença de co-morbidades associadas. Métodos: Estudo descritivo, transversal e do tipo survey, onde foram selecionadas 89 participantes (28 - 75 anos) de forma intencional e por conveniência entre as pacientes que preencheram o protocolo de fibromialgia do ambulatório de reumatologia do HC. Analisaram-se os dados não-paramétricos com o teste qui-quadrado, com nível de significância $p < 0,05$. Resultados: Identificou-se uma prevalência de sono não-reparador de 76,40% das pacientes com SFM. A presença das co-morbidades foi analisada considerando as pacientes com sono reparador (Grupo "SR"; $n=21$) e de sono não-reparador (Grupo "SNR", $n=68$). As médias de idade foram semelhantes entre os grupos. Verificou-se que as mulheres com sono não-reparador apresentaram menor proporção de doenças neurológicas ($p=0,0355$), maiores freqüências de sintomas depressivos ($p < 0,0000$) e de ansiedade ($p=0,047$) do que as com sono reparador. Conclusão: Observou-se neste estudo que três em cada quatro mulheres com SFM possuíam sono não-reparador, com maiores proporções de sintomas depressivos e ansiedade. A qualidade de sono geralmente está prejudicada em pacientes com SFM. Evidencia-se a necessidade da realização de estudos prospectivos visando um tratamento multidisciplinar para minimizar os sintomas dolorosos, psíquicos e melhorar a qualidade do sono.

4508

15

ATIVIDADE FÍSICA NA ADOLESCÊNCIA E RISCO DE OSTEOPOROSE NA IDADE ADULTA: UM ESTUDO DE BASE POPULACIONAL

GIOVANI FIRPO DEL DUCA - Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia - Universidade Federal de Pelotas
 Mario Renato Azevedo - Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia - Universidade Federal de Pelotas
 Felipe Fossati Reichert - Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia - Universidade Federal de Pelotas
 Pedro Curi Hallal - Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia - Universidade Federal de Pelotas
 Fernando Vinholes Siqueira - Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia - Universidade Federal de Pelotas

O objetivo do presente trabalho foi avaliar o efeito da atividade física na adolescência sobre o risco de osteoporose na idade adulta. Realizou-se um estudo de base populacional na área urbana de Pelotas, Rio Grande do Sul, a partir da amostragem aleatória de 144 setores censitários estratificados pela renda mensal média do chefe de família. Foram incluídos na amostra todos os indivíduos com idade igual ou superior a 50 anos ($n=1.016$). A atividade física no lazer foi mensurada utilizando a versão longa do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ). Os indivíduos foram definidos como ativos na adolescência (10 – 19 anos) quando engajados em atividade física por, pelo menos, seis meses consecutivos. Na análise bruta, observou-se que os indivíduos classificados como ativos na adolescência tiveram uma probabilidade 67% menor de apresentarem osteoporose na idade adulta quando comparados com aqueles inativos ($p < 0,001$). Esse resultado se manteve significativo após ajustes para potenciais fatores de confusão ($p=0,005$) e também para o efeito mediador do nível de atividade física na idade adulta, com a proteção reduzida para 44% ($p=0,007$). Conclui-se que a atividade física na adolescência reduz o risco de osteoporose, independentemente do nível de atividade física na idade adulta. Deste modo, a adolescência é um importante período para promover a saúde óssea e a prática de atividade física.

4486

14

PERFIL DE PESSOAS ASMÁTICAS PRATICANTES DE NATAÇÃO DE FLORIANÓPOLIS-SC

BEATRIZ CORDEIRO - UFSC
 Maria Angélica Binotto - UFSC

O presente estudo teve como objetivo verificar o perfil de pessoas asmáticas praticantes de natação de Florianópolis-SC. O estudo descritivo de caráter exploratório constituiu-se de uma amostra composta de quinze (15) participantes, sendo nove (9) do sexo masculino e seis (6) do sexo feminino, com idade entre seis (6) e trinta e cinco (35) anos. Todos os participantes da amostra eram asmáticos e praticantes de natação. Para a coleta dos dados foi utilizado um questionário formulado especificamente para esta pesquisa, composto por questões relacionadas à doença e seus sintomas, e a prática da natação. O questionário foi aplicado na forma de entrevista com todos os participantes do estudo. Para caracterizar o perfil dos participantes desta pesquisa foram empregados procedimentos da estatística descritiva. De acordo com os resultados, observou-se que todos os asmáticos possuem a doença desde o nascimento ou nos primeiros anos de vida; que na maioria dos casos a asma está ligada a predisposição genética (80%); que a aderência à natação está ligada à indicação médica (52%) e a informação popular sobre os benefícios que a natação pode trazer ao asmático (24%); a maioria relatou estar fazendo tratamento medicamentoso para a asma (60%); a natação ajuda a manter o controle da asma em alguns casos e em outros ela melhora a disposição física. Contudo, além do conhecimento do perfil do asmático na qual estamos trabalhando devemos enquanto profissionais, estar atento a outros fatores: limitações advindas da doença, aos fatores desencadeantes de crises e a duração, intensidade e freqüência das sessões de exercícios físicos propostos a fim de melhorar a aptidão física e o estado de saúde do indivíduo asmático.

4517

16

PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA E SUA RELAÇÃO COM O RISCO CORONARIANO ELEVADO (RCE)

MAYARA HÖRNER BRUCZNITSKI - Universidade Federal de Santa Catarina
 Marcius de Almeida Gomes - Universidade do Estado da Bahia - LEPEAF
 Ricardo Amboni - Universidade Federal de Santa Catarina - COAFIS/NuPAF
 Fernando Henrique Busnardo - Universidade Federal de Santa Catarina - COAFIS/NuPAF
 César de Aragão Silva - Universidade Federal de Santa Catarina - COAFIS/NuPAF

A prática de atividade física regular age de maneira benéfica para a saúde reduzindo o risco de um indivíduo ativo desenvolver doenças cardiovasculares. O objetivo deste estudo foi identificar a relação da prática de atividade física com o Risco Coronariano Elevado (RCE). A amostra foi composta por 104 adultos, sendo 47 (45%) homens e 58 (55%) mulheres, com idade média de 38 ± 16 anos, atendidos pelo Centro de Orientação de Atividade Física e Saúde (COAFIS) no período de maio à agosto de 2007. O RCE foi identificado por meio do cálculo do Índice de Conicidade adotando como ponto de corte os valores de 1,25 para homens e 1,18 para mulheres. Para análise dos dados utilizou-se a estatística descritiva (freqüência, média e desvio-padrão) e o teste de associação do Qui-quadrado (χ^2) adotando-se um nível de significância de 95%. As médias das variáveis antropométricas apresentaram os seguintes valores para homens e mulheres respectivamente: estatura $1,74 \pm 0,077$ m e $1,61 \pm 0,062$ m, massa corporal $76,4 \pm 10,5$ kg e $60,7 \pm 10,5$ kg, perímetro de cintura $86,4 \pm 10,6$ cm e $74,5 \pm 9,6$ cm e índice de conicidade $1,19 \pm 0,08$ e $1,11 \pm 0,064$. Observou-se que os indivíduos praticantes de atividade física apresentaram menor percentual de RCE quando comparados aos não praticantes (20,5% e 42,9%, respectivamente). Para a relação entre a prática da atividade física e o RCE, encontrou-se uma associação estatisticamente significativa ($\chi^2=4,475$; $p < 0,037$), tendo os não praticantes um percentual duas vezes maior de RCE que os praticantes. Por fim, os resultados confirmam que a prática da atividade física pode servir como uma estratégia para diminuir o risco coronariano elevado em adultos.

4590

17

TRANSPORTE ATIVO PARA O TRABALHO: UM ALIADO PARA ALCANÇAR BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA A SAÚDE?

BRUNO C. MENDES FREIRE - Serviço Social da Indústria
Eder Rotondano - Serviço Social da Indústria
Mirian Werba Saldanha - Serviço Social da Indústria

O incremento da atividade física habitual através de atividades como subir escadas, jardinagem e o transporte ativo para o trabalho tem configurado como importante meio de aumentar o gasto energético diário. O transporte ativo para o trabalho pode, por si só, atingir o tempo e a frequência semanal necessárias para a obtenção de benefícios que a atividade física pode proporcionar à saúde. O objetivo deste estudo foi avaliar a frequência do transporte ativo em trabalhadores da indústria e se estes atingem o tempo mínimo, a intensidade e a frequência semanal preconizada para obter benefícios à saúde. A amostra foi constituída por 439 sujeitos, sendo 289 homens e 150 mulheres, com idades variadas, trabalhadores de 06 empresas nas cidades de João Pessoa e Campina Grande, Paraíba. Foi utilizada a determinação do Colégio Americano de Ciências do Esporte do mínimo de 30 minutos, 5 dias ou mais e intensidade moderada. Verificou-se que 113 homens (39,1%) e 44 mulheres (29,4%) fazem uso de algum meio de transporte ativo. Os homens têm maior preferência pelo uso da bicicleta, no entanto as mulheres preferem a caminhada. Os sujeitos com idade até 24 anos são os que mais fazem uso do transporte ativo. Do total de sujeitos ativos 54,8% dos homens e 47,7% atingem as determinações de tempo, intensidade e frequência semanal. Conclui-se que o transporte ativo é bastante utilizado pelos trabalhadores, contribuindo para o aumento do gasto energético diário. Salienta-se, porém, a importância de atividades de caráter educativo no ambiente de trabalho para que haja a conscientização deste tipo de comportamento, do ajuste do tempo, da frequência e da intensidade para que a população usufruir dos benefícios que esta prática pode proporcionar.

4599

19

ATIVIDADE FÍSICA E DIABETES: A POPULAÇÃO CONHECE ESSA ASSOCIAÇÃO?

MANOELA MACIEL OLIZ - Universidade Federal de Pelotas
Mario Renato Azevedo - Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas
Pedro Curi Hallal - Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas

As evidências científicas sobre os benefícios da atividade física para a saúde têm se acumulado com o passar dos anos. Contudo, existem dúvidas sobre a aquisição pela população do conhecimento produzido pela ciência. O objetivo do presente estudo foi avaliar o nível de conhecimento sobre a associação entre atividade física e diabetes tipo II em adultos. Foram entrevistados 977 indivíduos com idade entre 20 e 69 anos, selecionados por amostragem aleatória no município de Pelotas. O percentual de indivíduos que relatou que a prática de atividade física pode auxiliar na prevenção do diabetes foi de 53,8%. Quando questionados sobre a importância da atividade física no tratamento da hipertensão, 63,1% dos entrevistados relataram que a mesma tem papel benéfico. O nível de conhecimento foi significativamente mais elevado nas mulheres em comparação aos homens, mas não variou conforme a idade do entrevistado. Conclui-se que o nível de conhecimento populacional sobre a relação entre atividade física e diabetes é baixo, especialmente entre homens. Tendo em vista que o conhecimento não é suficiente, mas é necessário para mudança de comportamento, intervenções específicas para aumento do conhecimento populacional sobre essa associação são necessárias.

4594

18

COMPORTAMENTO DO IMC APÓS 3 MESES DE PARTICIPAÇÃO EM PROGRAMA DE REABILITAÇÃO CARDIOVASCULAR

BERNARD AUGUSTO FERRAZZA DIAS - Programa de Prevenção e Reabilitação
Cardiorrespiratória – ProCor (CDS/UFSC)
José Henrique Ramos - ProCor (CDS/UFSC)
Luiza Mecabô - ProCor (CDS/UFSC)
Claudia Ariene de Moraes - ProCor (CDS/UFSC)
Osni Jacó da Silva - ProCor (CDS/UFSC)

O aumento da incidência e prevalência das doenças crônico-degenerativas têm chamado muito a atenção dos profissionais para este problema. Dessa forma, cada vez mais se investiga o exercício físico para fins preventivos e terapêuticos. A Doença Arterial Coronariana (DAC) é ainda uma das principais causas de morbimortalidade ao redor do mundo. A obesidade aparece como um dos principais fatores de risco à DAC. Assim, objetivou-se investigar o comportamento do Índice de Massa Corporal (IMC) de pacientes de um Programa de Reabilitação Cardiovascular, durante 3 meses. A amostra foi composta por 12 mulheres e 13 homens (n = 25), com média de 62,56 ± 9,51 anos, pacientes do Programa de Prevenção e Reabilitação Cardiorrespiratória – ProCor (Centro de Desportos - UFSC). Mensurou-se a estatura (com uso do estadiômetro) e a massa corporal (com balança digital) no ingresso e após 3 meses de atividades no programa. Na análise dos dados, utilizou-se estatística descritiva e o teste t - pareado para grupo dependente (p<0,05). Observou-se valor médio do IMC de 26,58 ± 3,25 kg/m² (ingresso) e 26,56 ± 3,26 kg/m² (após 3 meses). Em ambos os momentos os valores foram classificados como sobrepeso, não havendo diferença estatisticamente significativa. A partir dos resultados obtidos, concluiu-se que apesar de um dos objetivos do programa ser a redução/controle do sobrepeso/obesidade, não se obteve sucesso. Sugere-se a realização de investigação mais prolongada (> 3 meses), bem como a inclusão de mais pacientes na amostra para a comparação desses resultados.

4613

20

AGILIDADE DOS PARKINSONIANOS E O EXERCÍCIO FÍSICO REGULAR

INGRID MONTARDO SERRI DE CASTRO - UFSC
Amanda Pacheco Beck - UFSC
Marize Amorim Lopes - UFSC
Tania Bertoldo Benedetti - UFSC

A Doença de Parkinson (DP) é um distúrbio de movimento que pode ocasionar tremor, rigidez muscular, lentidão de movimentos e alterações posturais, provocados pela escassez de produção de dopamina cerebral. O diagnóstico da doença se dá pela presença de pelo menos dois destes sintomas. Esta pesquisa objetivou verificar os níveis de agilidade dos portadores de DP, praticantes de exercício físico no Centro de Desportos da UFSC. Participaram do estudo 8 indivíduos na faixa etária de 39 e 93 anos, de ambos os sexos, que freqüentam regularmente o projeto "Vivências Corporais para Pessoas com Distúrbios de Movimento". As sessões de exercícios físicos acontecem duas vezes por semana com duração de uma hora. As avaliações foram realizadas em março e agosto de 2007 por meio do teste de equilíbrio dinâmico/agilidade da bateria de testes para idosos da AAHPERD (American Alliance for Health, Physical Education, Recreation & Dance). Verificou-se que 75% dos parkinsonianos diminuíram o tempo de execução no teste, apresentando um melhor desempenho no equilíbrio dinâmico/agilidade; enquanto 25% não apresentaram melhora no tempo de realização do teste. Os resultados sugerem que a prática de exercício físico regular está contribuindo para uma melhora e manutenção no equilíbrio dinâmico, agilidade e domínio corporal, favorecendo a execução das atividades cotidianas e proporcionando um melhor enfrentamento da doença.

4628

21

A IMPORTÂNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO NO TRATAMENTO NÃO-FARMACOLÓGICO DE INDIVÍDUOS HIPERTENSOS: AVALIAÇÃO HEMODINÂMICA

ANGÉLICA CRISTIANE OVANDO - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - Unijuí
 Daciano Bastos Lamberty - Unijuí - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul
 Eliane Roseli Winkelmann - Unijuí - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul
 Paulo Ricardo Nazário Viecili - Instituto de Cardiologia de Cruz Alta

Este estudo objetivou analisar um programa de exercício físico aeróbico, como forma de tratamento não-farmacológico em 12 indivíduos hipertensos, diabéticos e sedentários, os quais foram randomizados em grupo de exercício físico (GPEF) e grupo controle (GC). Os indivíduos do GPEF foram submetidos a um período de treinamento aeróbico de 12 semanas, três vezes por semana. O GC não foi submetido a nenhuma intervenção física. Na análise dos resultados observou-se uma diminuição índice de massa corpórea do GPEF e um aumento no GC; na relação cintura quadril obteve-se diminuição no GPEF e um aumento não significativo no GC; no VO2 máx houve um aumento no GPEF e no GC não houve variação. Com relação à PA do GPEF, observou-se uma redução significativa na pressão arterial sistólica pré (9,1%), no pico (5,6 %) e no pós-exercício (10,4 %). O mesmo comportamento ocorreu quanto a pressão arterial diastólica no pré (6,8 %), no pico (12,6 %) e no pós-exercício (9,3%). Com relação ao GC não ocorreram variações significativas. Quanto FC do GPEF houve uma queda significativa no período de pico do GPEF (13,6 %). Concluiu-se que o exercício físico otimizou os níveis da pressão arterial sistêmica e melhorou a capacidade funcional dos indivíduos que praticaram atividade física. Palavras-Chaves: Hipertensão Arterial Sistêmica, Exercício Físico, Tratamento Não-Farmacológico

4702

23

QUEIXAS DE INCONTINÊNCIA URINÁRIA EM ATLETAS DO HANDEBOL

JULIE TATIANE ZIMMER - Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL
 Mirella Dias - Universidade do Sul de Santa Catarina
 Daysi Jung da Silva Ramos - Universidade do Sul de Santa Catarina
 Luiz Augusto Oliveira Belmonte - Universidade do Sul de Santa Catarina
 Fernanda Alessandra Silva - Hospital do Câncer AC Camargo

A incontinência urinária de esforço (IUE) é um distúrbio que afeta um número grande de mulheres e pode afetar também atletas jovens e nulíparas. Esportes que incluem saltos ou exercícios de contração abdominal máxima constituem um importante fator na gênese da incontinência urinária (IU). O estudo teve como objetivo verificar queixas de IUE entre atletas do sexo feminino praticantes de handebol. Foi elaborado e aplicado um questionário onde foram levantados dados sobre a história ginecológica e obstétrica e queixas relacionadas à IU. A amostra foi composta por 19 atletas de uma equipe de elite do handebol brasileiro, praticantes dessa modalidade há 5 anos ou mais e com idade entre 16 e 26 anos. Os resultados do estudo demonstraram atletas com média de 20,1 anos de idade, média de 10,3 anos de prática do handebol, sem histórias de procedimentos cirúrgicos ginecológicos, e apenas uma atleta com história de gestação. Em relação ao conhecimento sobre IUE, 53% das atletas não tinham conhecimento sobre esse distúrbio. Com relação à IU, 53% das atletas queixaram-se desse sintoma. As acometidas pela disfunção citaram como situações provocativas de perdas urinárias rir, saltar, respirar, levantar peso e correr. A insegurança em relação a esse distúrbio foi presente em 40% das atletas incontinentes. Apenas uma entre as atletas incontinentes não relatou ter perda de urina durante a prática esportiva. Assim 33% das atletas incontinentes acreditam que a IU pode influenciar no seu desempenho. Após o estudo sugere-se que a atividade física de alto impacto pode causar sintomas de IU nessa amostra, sendo importante a reeducação perineal nessa população, tanto na profilaxia quanto no tratamento desse distúrbio.

4643

22

ASSOCIAÇÃO ENTRE A CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA E HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM MULHERES

RODOLFO ANDRÉ DELLAGRANA - Universidade Estadual de Ponta Grossa
 Luiz Rodrigo Augustemak de Lima - Universidade Estadual de Ponta Grossa - UEPG
 Elton Bonfim Gomes - Universidade Estadual de Ponta Grossa - UEPG
 Haelen Paola de Oliveira - Universidade Estadual de Ponta Grossa - UEPG
 Eliane Denise da Silveira Araújo - Universidade Estadual de Ponta Grossa - UEPG

Estudos comprovam que a obesidade é indicada como um dos principais fatores de risco para hipertensão arterial sistêmica (HAS). Neste quadro, uma das grandes preocupações advindas da obesidade refere-se à gordura localizada na região abdominal, pois a mesma relaciona-se diretamente com doenças cardiovasculares. Nesse sentido, a medida da circunferência de cintura (CC) representa um indicador de fácil utilização para determinação deste fator de risco (HAS). O objetivo do presente estudo foi associar os valores de pressão arterial (PA) e a classificação do risco à saúde de acordo com a CC. A amostra foi composta por 55 servidoras da Universidade Estadual de Ponta Grossa, PR, com valores médios de idade de 47,3±8,3 anos, massa corporal de 68,9±12,9 kg, estatura de 158,9±7,6 cm e índice de massa corporal de 28,2±5,8 kg/m². As medidas de CC e PA foram mensuradas no período da manhã. Para determinação da HAS foi adotada a classificação da IV Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial, já para os pontos de corte da CC foi adotado o valor superior a 80 cm para o risco à saúde, preconizado pela Organização Mundial da Saúde. Utilizou-se a estatística descritiva e o teste do qui-quadrado, adotando um nível de significância de 5%. Os resultados apresentaram uma elevada prevalência de HAS (36,4%), sendo que destes 75% encontram-se com CC acima dos padrões recomendados. O teste do qui-quadrado mostrou uma associação estatisticamente significativa ($\chi^2=4,091$; $p<0,05$) entre a CC e a HAS, demonstrando que as mulheres que apresentam um quadro de HAS possuem uma maior CC. Assim, conclui-se que existe uma associação direta entre os casos de HAS com o acúmulo de gordura abdominal.

4704

24

ESTUDO DA CORRELAÇÃO DO TESTE DE CAMINHADA DE SEIS MINUTOS COM A PRESSÃO INSPIRATÓRIA MÁXIMA DE INDIVÍDUOS PORTADORES DA DOENÇA PULMONAR OBSTRUTIVA CRÔNICA DE GRAU III

MARCIO ADRIANO BIRCK - Colégio Brasileiro Estudos Sistemáticos - CBES
 Eliane Roseli Winkelmann - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - UNIJUÍ
 Angélica Cristiane Ovando - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - UNIJUÍ
 Caroline Tais Ristow - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - UNIJUÍ

A Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC) é definida como uma enfermidade respiratória, caracterizada pela presença da obstrução ou limitação crônica ao fluxo aéreo, de progressão lenta, persistente e irreversível. O objetivo deste estudo foi correlacionar o teste de caminhada de seis minutos (TC6') com a pressão inspiratória máxima (Pimax), de indivíduos portadores da DPOC de grau III. Os pacientes após assinarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, foram submetidos à coleta da história clínica e avaliação das variáveis da Pimax, através do teste de manovacuometria e TC6'. Participaram deste estudo, 14 indivíduos portadores da DPOC de grau III, entre 50 e 74 anos, com idade média de 65,14 ± 7,49 anos, tempo de tabagismo de 8,57 ± 6,47 anos e índice de massa corpórea de 21,84 ± 3,93 Kg/m². Após a análise estatística, podemos observar que não houve correlação entre a distância percorrida com o número de cigarros/dia ($r=0,2651$); com o tempo de fumante ($r=0,171919$); entre o número de cigarros/dia e o tempo de fumante ($r=0,000284$); entre a pressão inspiratória máxima e o número de cigarros/dia ($r=0,058209$) e a pressão inspiratória máxima com o tempo de fumante ($r=0,087641$) e sim, uma correlação positiva entre a presença do tabagismo e a distância percorrida no TC6'; uma correlação média positiva entre a Pimax. e a pressão arterial sistólica (PAS), pressão arterial diastólica (PAD) e saturação de oxigênio (SatO2) e correlação entre a Pimax. com o TC6'. Conclui-se neste estudo que indivíduos com maiores valores de Pimax. apresentam as maiores distâncias percorridas durante o TC6'. Palavras Chave: Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica; Teste de Caminhada de Seis Minutos e Pressão Inspiratória Máxima.

4709

25

ATIVIDADE FÍSICA E COMPOSIÇÃO CORPORAL DOS 10 AOS 12 ANOS: ESTUDO LONGITUDINAL DA COORTE DE NASCIMENTOS DE 1993 EM PELOTAS

FELIPE FOSSATI REICHERT - Universidade Estadual de Londrina e Universidade Federal de Pelotas
 Ana Maria Baptista Menezes - Universidade Federal de Pelotas
 Pedro Curi Hallal - Universidade Federal de Pelotas

Poucos estudos investigaram longitudinalmente os padrões de atividade física (AF) e composição corporal na adolescência. O objetivo deste estudo foi descrever os padrões de AF, índice de massa corporal (IMC) e pregas cutâneas subescapular e tricipital aos 10-12 anos e 12-14 anos (acompanhamentos de 2004 e 2006, respectivamente) e verificar a associação entre nível de AF em 2004 com indicadores da obesidade em 2006. Em 2004 e 2006 os adolescentes da Coorte de Nascimentos de 1993 em Pelotas foram visitados (n=490) e o nível de AF, IMC e as pregas tricipital e subescapular foram mensurados. As médias dos escores de AF em 2004 e 2006 foram de 414 e 366min/sem, respectivamente (p=0,06). Em 2004, 58,6% dos adolescentes não atingiram 300min/sem de AF e em 2006 foram 60,0% (p=0,63). A média de IMC em 2004 e 2006 foi de 18,5 e 20,4kg.m⁻², respectivamente (p<0,001). O percentual de sobrepeso aumentou de 11,1 para 15,1% e o percentual de obesos diminuiu de 12,0 para 10,2% no período estudado. A média da prega cutânea subescapular em 2004 foi de 9,0mm e de 10,6mm em 2006. Aumento de magnitude similar foi verificado para a prega tricipital. Não foi verificada associação significativa entre nível de AF em 2004 e indicadores da composição corporal em 2006. Por exemplo, indivíduos com escore 300min/sem em 2004 apresentaram 23,7% de sobrepeso/obesidade em 2006, enquanto que indivíduos com escore <300min/sem apresentaram 26,8% de sobrepeso/obesidade (p=0,43). Conclui-se que, apesar da inexistência de associação significativa entre AF e indicadores de obesidade, o declínio no nível de AF e concomitante aumento em indicadores de obesidade encontrados demonstram alterações negativas no padrão de vida dos adolescentes.

4720

27

FATORES DE RISCO CARDIOVASCULARES EM TRABALHADORES DE UMA EMPRESA DE CURITIBA (PR)

ANDRÉ MARTINES DE ALBUQUERQUE - Universidade Federal do Paraná
 Fabrício Ciestak - Universidade Federal do Paraná (UFPR)
 Isabel Cristina Martines - Universidade Federal do Paraná (UFPR)
 Guanís de Barros Vilela Junior - METROCAMP-Campinas / Universidade Estadual de Campinas / Universidade Estadual de Ponta Grossa
 Neiva Leite - Universidade Federal do Paraná (UFPR)

Introdução: As doenças cardiovasculares (DCV) constituem a principal causa de morbidade e mortalidade entre trabalhadores, sendo que a detecção precoce dos fatores de risco cardiovasculares faz parte de uma abordagem preventiva. Objetivo: Avaliar a prevalência de fatores de risco cardiovasculares em trabalhadores de uma empresa do município de Curitiba (PR). Métodos: Estudo descritivo e transversal, em que participaram 83 indivíduos, de ambos os sexos, com idades entre 19 e 58 anos. A pesquisa consistiu na aplicação de um questionário validado em conteúdo, abordando aspectos referentes à qualidade de vida e saúde do trabalhador. A aplicação do instrumento foi realizada por avaliadores previamente treinados. Para análise dos dados recorreu-se à estatística descritiva através de percentuais. Resultados: Os fatores de risco modificáveis para DCV que obtiveram maior prevalência entre os trabalhadores foram o sedentarismo (54,2%), o excesso de peso (40,9%) e o tabagismo (14,4%). As dislipidemias e a hipertensão arterial sistêmica apresentaram valores similares (8,4%). A presença de fatores de risco não-modificáveis foi de 80,7% para sexo masculino, 39,7% para hereditariedade e 12,0% para idade superior ou igual a 50 anos. Conclusão: A elevada prevalência de fatores de risco para DCV em trabalhadores indica a necessidade da elaboração de programas que visem a saúde e aspectos preventivos referentes as doenças ocupacionais.

4719

26

ANÁLISE DAS ATIVIDADES DA VIDA DIÁRIA E ATIVIDADES INSTRUMENTAIS DA VIDA DIÁRIA DE PESSOAS COM TRANSTORNOS MENTAIS E DE COMPORTAMENTO

ANGÉLICA NICKEL ADAMOLI - Escola Superior de Educação Física Universidade Federal de Pelotas
 Mário Renato de Azevedo Jr - Escola Superior de Educação Física Universidade Federal de Pelotas

Um dos elementos que determinam a vida ativa ou saudável é a independência para realização de atividades da vida diária (AVD's). Considerando a atividade física (AF) como uma possibilidade viável de intervenção na melhora da independência, qualidade de vida e prognóstico de indivíduos com Transtornos Mentais e de Comportamento (TMC), o objetivo deste trabalho foi analisar o grau de independência de pessoas com TMC nas AVD's e atividades instrumentais da vida diária (AIVD's). A população-alvo deste estudo foi constituída pelas pessoas atendidas nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) da cidade de Pelotas, RS, que realizam tratamento nas modalidades intensivo e semi-intensivo. A amostra foi composta por 85 usuários e seus familiares de seis CAPS da cidade. Os homens representaram a maioria dos usuários (62,4%, n=53). A média de idade dos usuários da amostra em anos completos foi de 40,9 (DP 13,8). Com relação as AVD's, constatou-se que tarefas como se vestir, realizar higiene pessoal e arrumar-se/pentiar-se foram relatadas por 12,9% dos familiares como sendo atividades realizadas com dificuldade ou não conseguidas de forma individual pelos usuários. Entre as AIVD's, cerca de 2/3 da amostra demonstra condições de utilizar transporte coletivo (68,2%) ou usar o telefone (67,4%). Observa-se dificuldades para realizarem tarefas com um grau de independência mais qualificado, como manusear dinheiro, realizar compras e mediar-se. Nota-se uma forte tendência à diminuição da atuação do indivíduo no meio em que vive, principalmente relacionando as AIVD's. As AF direcionadas, desenvolvidas pelo profissional de Educação Física junto à equipe multidisciplinar podem vir a contribuir na manutenção ou melhora das AVD's.

4727

28

EFEITO DO EXERCÍCIO AERÓBIO E DA SINVASTATINA NO MÚSCULO GASTROCNÊMIO DE RATOS

MARIANA ROTTA BONFIM - Unesp Presidente Prudente
 Susimary Ap. Trevisan Padulla - Unesp Presidente Prudente
 Marilita Accioly - FAMERP
 José Carlos Silva Camargo - Unesp Presidente Prudente

O uso da sinvastatina é associado à ocorrência de lesões musculares, porém não há consenso se o exercício físico concomitante ao uso deste medicamento causa significativas alterações musculares. Assim, o objetivo do estudo foi analisar o efeito do exercício aeróbio associado ao uso da sinvastatina na morfologia do músculo gastrocnêmio de ratos. Foram utilizados 30 animais, divididos em seis grupos; 5 experimentais e um controle (NS). Os grupos experimentais foram divididos em exercitados (NE); hiperlipidêmicos não exercitados (HS) e exercitados (HE); hiperlipidêmicos não exercitados com uso de medicamento (HSS) e exercitados com medicamento (HES). O medicamento foi administrado 5 dias na semana, por 8 semanas (20 mg/Kg). Durante este período os animais foram submetidos a 60 minutos diários de treinamento aeróbio em esteira (9,75 m/min). Após o período experimental, o músculo gastrocnêmio foi coletado e mantido em nitrogênio líquido (-180°C), e os cortes corados pelo método Hematoxilina-Eosina. Os achados histológicos apontaram que o grupo HS apresentou morfologia semelhante ao do grupo NS (controle). Os animais que foram somente exercitados (NE e HE) apresentaram fibras arredondadas, angulares e polimórficas, edemas focais e pouco infiltrado inflamatório; padrão observado como resposta ao exercício. Os animais que receberam o medicamento (HES e HSS) apresentaram edemas significantes, infiltrados inflamatórios, fibras angulares, arredondadas e polimórficas, processo inicial de degeneração e perda do sarcolema, evidenciando no grupo HES ocorrência de fibras atroficas, fagocitose e splitting. Conclui-se que o exercício associado à administração da sinvastatina pode provocar significativas alterações morfológicas musculares.

ANÁLISE DAS BARREIRAS PARA A ATIVIDADE FÍSICA EM OBESOS MÓRBIDOS SUBMETIDOS À CIRURGIA BARIÁTRICA: ESTUDO PILOTO

ELAINE CAROLINE BOSCATTO - Universidade Federal de Santa Catarina
 Marcius de Almeida Gomes - Universidade do Estado da Bahia
 Ricardo Amboni - Universidade Federal de Santa Catarina
 Maria de Fátima da Silva Duarte - Universidade Federal de Santa Catarina

A obesidade mórbida é caracterizada pelo IMC acima de 40kg/m² e está associada a diversos fatores de risco e aumento da taxa de mortalidade, que podem ser amenizados com a prática de atividade física regular. Sendo assim, pretende-se neste estudo verificar a prevalência das barreiras para a prática de atividade física em obesos mórbidos, antes e depois da cirurgia bariátrica. Foi realizado um estudo piloto, com análise do tipo descritivo-exploratória. Participaram do estudo oito pessoas do sexo feminino, que responderam a um questionário modificado relacionado às barreiras para a prática de atividade física. Estas foram agrupadas em quatro subdivisões: ambientais (BA), sociais (BS), comportamentais (BC) e físicas (BF). Os dados foram tabulados no pacote estatístico SPSS versão 11.0 for Windows e a partir disso, calculou-se a frequência das respostas. Observou-se a maior prevalência das respostas em cada subdivisão, onde a jornada de trabalho extensa (5/8), clima inadequado (4/8), limitações físicas (5/8), preocupação com aparência e vestimenta durante a prática de AF (7/8), foram as mais citadas antes da cirurgia, correspondendo a BS, BA, BF e BC. Posteriormente, a falta de recursos financeiros (3/8), clima inadequado e condições inadequadas onde vive (2/8), dores leves e mal-estar (3/8) e preocupação com a aparência e vestimenta durante a prática de AF(3/8) foram as mais citadas, seguindo a mesma ordem das subdivisões relatadas acima. Dentro de um contexto geral, percebe-se que em pessoas com obesidade mórbida, a aparência física é um fator interveniente de grande importância na prática de atividade física.

AVALIAÇÃO DA PRESSÃO ARTERIAL EM ADOLESCENTES

RICHARD FERREIRA SENE - Universidade do Sul de Santa Catarina
 Ana Paula Menegaz do Carmo
 Diego Furlan de Medeiros
 Maria Pereira Calegari -

A hipertensão arterial sistêmica possui grande incidência diante de outras doenças e esses resultados vêm atingindo inclusive o público jovem. O presente estudo visa observar o aparecimento da hipertensão arterial e o nível de atividade física em adolescentes de 13 a 18 anos do município de Gravatal, SC. Amostra estava composta por 30 adolescentes das escolas, na faixa etária de 13 a 18anos. Os alunos responderam uma entrevista a fim de identificar o aparecimento de causas primárias da hipertensão, e ainda, aferiram a pressão arterial em repouso. Para a análise estatística, foi utilizado uma planilha de excel. A partir das respostas, pode-se observar sobre a questão alimentar, uma alta ingestão de gorduras e uma baixa hidratação, embora o uso de sal seja controlado. A prática de exercício físico foi predominante e ocorre nas aulas de educação física em intensidade considerada moderada sendo as atividades mais comuns futebol, vôlei e ciclismo. Sobre a pressão arterial, 70% da amostra apresentaram valores dentro da média, 17% acima da média e 13% estão dentro da faixa limítrofe, sendo necessária uma intervenção médica para que haja um possível diagnóstico. O obstáculo para o controle começa na questão preventiva, visto que os participantes do estudo possuem uma alimentação inadequada e alguns já apresentam hipertensão arterial. Além da prática de exercícios físicos durante as aulas de educação física, eles necessitariam ter uma frequência e intensidade maior no seu dia-a-dia para efeito preventivo. Palavras chaves: Hipertensão arterial. Prevenção. Exercícios físicos. Adolescentes.

EXERCÍCIOS PODEM REDUZIR HIPERTENSÃO ARTERIAL PULMONAR EM PACIENTE COM DISPLASIA BRONCOPULMONAR – UM ESTUDO DE CASO

MARCELO ZAGER - Faculdade Estacio de Sa de Santa Catarina

Introdução: A displasia broncopulmonar (DBP) é uma das principais causas de doença respiratória crônica na infância, levando a hospitalizações frequentes e prolongadas com altos índices de morbidade e mortalidade. Na fase crônica prevalece uma menor tolerância ao esforço devido a dispnéia e dessaturação arterial de oxigênio. Objetivos: Avaliar os efeitos de um programa de exercícios de força sobre a hipertensão arterial pulmonar (HP), força muscular periférica (FMP) e ventilatória (FMV), resistência muscular ventilatória (RMV), capacidade funcional (CF) e função pulmonar (FP) em um indivíduo com DBP. Métodos: Foi avaliado um indivíduo com 13 anos de idade, do sexo masculino com diagnóstico de DBP, o qual foi submetido a 3 sessões semanais de 1 hora durante 1 mês de treinamento de força para membros superiores e inferiores. A HP foi avaliada através de ecocardiograma, FMP através da prova de uma repetição máxima para musculatura extensora do joelho, FMV através de manovacuometria, RMV através da manobra de VVM, CF através do teste de caminhada de 6 minutos e FP através da espirometria. Resultados: A pressão arterial pulmonar reduziu de 38,5mmHg para 32,2mmHg(19,5%); A FMP aumentou de 8,8 para 11,9Kg(35,2%); FMV inspiratória aumentou de 71 para 82cmH₂O(15,4%) e a FMV expiratória permaneceu constante em 109cmH₂O; RMV variou de 39,8 para 39,5; a CF aumentou de 540 para 561m (3,8%); A capacidade vital lenta aumentou de 1,85 para 1,96l(5,9%), VEF1 diminuiu de 0,83 para 0,75l; não houve alteração para CVF. Conclusão: O estudo sugere que exercícios de força melhoram a capacidade funcional, aumentam FMP e FMV inspiratória em paciente com DBP. Palavras-chaves: Exercícios de força, displasia broncopulmonar, hipertensão pulmonar

PREVALÊNCIA DE FATORES DE RISCO CARDIOVASCULARES AGRUPADOS EM ADOLESCENTES DE TRÊS DE MAIO/RS

KENNY WILLIAN GELAIN - UFSC
 Carmem Cristina Beck - UFSC
 Adair da Silva Lopes - UFSC

Os fatores de risco cardiovasculares tendem a se agregar e, geralmente, são encontrados associados num mesmo indivíduo. O agrupamento de fatores de risco aumenta a probabilidade de desenvolvimento e evolução de lesões ateroscleróticas e de eventos cardiovasculares, pois cada fator de risco tende a reforçar o outro. Assim, o objetivo deste estudo foi verificar o agrupamento de fatores de risco cardiovasculares em adolescentes do município de Três de Maio/RS. A amostra foi do tipo probabilística estratificada proporcional por sexo e nível econômico. Fizeram parte deste estudo 660 adolescentes (317 rapazes e 343 moças) entre 14 e 19 anos matriculados na rede escolar de ensino de Três de Maio/RS. Os dados foram analisados no programa SPSS-11.5, usando a estatística descritiva e o teste Qui-quadrado ($p \leq 0,05$). Para se estabelecer o agrupamento dos fatores de risco consideraram-se fatores de risco biológicos e comportamentais, tais como, sedentarismo, dieta aterogênica, tabagismo, sobrepeso/obesidade, adiposidade central aumentada, pré-hipertensão/HAS, colesterol total aumentado, HDL-c diminuído, não HDL-c, hiperglicemia e história familiar de infarto agudo do miocárdio. Observou-se um baixo percentual (1,8%) de adolescentes com “nenhum” fator de risco, 13,2% apresentaram um fator de risco e 32,7% dois fatores de risco. A maior prevalência (52,3%) foi de três ou mais fatores de risco num mesmo indivíduo. Não foram observadas diferenças significativas na distribuição dos fatores de risco agrupados segundo o sexo ($p=0,06$). Pode-se concluir que existe uma alta prevalência de fatores de risco agrupados na amostra estudada. Assim, é importante a implementação de ações preventivas e educativas direcionadas a esta população.

4840

33

COMPORTAMENTO DA PRESSÃO ARTERIAL APÓS 3 MESES DE PARTICIPAÇÃO EM PROGRAMA DE REABILITAÇÃO CARDIOVASCULAR

JOSÉ HENRIQUE RAMOS - Programa de Prevenção e Reabilitação Cardiorrespiratória - ProCor (Centro de Desportos/UFSC)
 Bernard Augusto Ferrazza Dias - Programa de Prevenção e Reabilitação Cardiorrespiratória - ProCor (Centro de Desportos/UFSC)
 Claudia Ariene de Moraes - Programa de Prevenção e Reabilitação Cardiorrespiratória - ProCor (Centro de Desportos/UFSC)
 Luiza Mecabô - Programa de Prevenção e Reabilitação Cardiorrespiratória - ProCor (Centro de Desportos/UFSC)
 Manuel Rosa de Oliveira Lino - Departamento de Informática e Estatística

As pesquisas vêm prospectivamente demonstrando o aumento da prevalência e incidência das doenças crônico-degenerativas. Assim, cada vez mais se investiga o exercício físico para fins de prevenção e de terapia. Atualmente a Doença Arterial Coronária (DAC) é uma das causas principais de morbidade e de mortalidade no mundo. A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) é apontada como fator de risco primário à DAC. Nesse contexto, este estudo objetivou verificar o comportamento da pressão arterial dos pacientes de um Programa de Reabilitação Cardiovascular, após 3 meses de atividades. A amostra foi composta por 25 sujeitos (12 mulheres e 13 homens), com média de $62,56 \pm 9,51$ anos, pacientes do Programa de Prevenção e Reabilitação Cardiorrespiratória - ProCor (Centro de Desportos/UFSC). Mensurou-se a pressão arterial sistólica (PAS) e pressão arterial diastólica (PAD) de repouso através do método auscultatório. Para a análise dos dados, utilizou-se estatística descritiva (média e desvio-padrão) e o teste t - pareado ($p < 0,01$). No início do acompanhamento, observou-se valor médio de $124,76 \pm 19,28$ mmHg (PAS) e $74,08 \pm 11,41$ mmHg (PAD). Após 3 meses, observou-se tanto elevação na PAS ($136,60 \pm 18,80$ mmHg), quanto na PAD ($76,60 \pm 9,87$ mmHg). Somente a elevação na PAS mostrou-se estatisticamente significativa. Não houve alteração na classificação dos valores - PAS (pré-hipertensão) e PAD (normal). Concluiu-se que não se está obtendo sucesso na redução/controlar dos níveis pressóricos dos pacientes, apesar dos esforços despendidos. Sugere-se o emprego de maior rigor na verificação da pressão; aumento do tempo de acompanhamento (> 3 meses); bem como uma possível alteração na prescrição da sessão de exercício físico.

4854

35

EFEITOS DOS PRINCÍPIOS DO MÉTODO PILATES® NO SOLO NA AMPLITUDE DE MOVIMENTO DE INDIVÍDUO COM LOMBALGIA CRÔNICA - ESTUDO DE CASO

INÊS ALESSANDRA XAVIER LIMA - Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL
 Luci Fabiane Scheffer Moraes - UNISUL
 Jaqueline de Fátima Biazus - UNISUL
 Rodrigo da Rosa Iop - UNISUL
 Diego Alano Carvalho -

A lombalgia crônica pode ter relação com fraqueza abdominal e pode comprometer a independência funcional e qualidade de vida do indivíduo. O Método Pilates® pode beneficiar o praticante através de exercícios praticados com poucas repetições, priorizando o trabalho constante da musculatura abdominal, tanto em aparelhos como no solo (o chamado Mat Pilates®). Este estudo, quase-experimental, objetivou analisar os efeitos dos princípios do Método Pilates® no solo na lombalgia crônica, buscando levantar a amplitude de movimento da coluna lombar pré e pós-intervenção. Participou da amostra um sujeito do gênero feminino (idade de 47 anos), com diagnóstico clínico de lombalgia crônica. Como instrumentos para a coleta de dados foram utilizados a ficha de avaliação físico-funcional da coluna vertebral (adaptada de Alexandre e Moraes, 2001), testes para verificação do nível de flexibilidade (HOPPENFELD, 1999; MARQUES, 2000), o sinal de Laségue (BATES, 2005) e o mapa de desconforto para diferentes partes do corpo (MORAES, 2002), realizados pré e pós-intervenção fisioterapêutica. Foram realizados 2 atendimentos semanais utilizando os princípios do Mat Pilates®, com 1 hora de duração cada, durante 5 semanas. Com relação à flexibilidade e mobilidade da coluna vertebral, houve diminuição de 5cm na distância do teste finger-floor, ganho de 12cm no teste de inclinação lateral à direita e 3cm à esquerda, além de 15° fechamento dos ângulos coxo-femoral e tíbio-társico no pós-teste. Sendo assim, os resultados sugerem que o Método Pilates® no solo pode proporcionar efeitos benéficos em quadros de lombalgia crônica e que este se apresenta como mais um recurso fisioterapêutico disponível para uma intervenção diferenciada e específica.

4851

34

COMPOSIÇÃO CORPORAL EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC

ANDRÉ DA SILVA NASCIMENTO - Universidade Federal de Santa Catarina
 Maruí Weber Corseuil - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano-NUCIDH/CDS/UFSC
 João Marcos Ferreira Lima da Silva - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano-NUCIDH/CDS/UFSC, Bolsista CAPES
 Andreia Pelegrini - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano-NUCIDH/CDS/UFSC
 Edio Luiz Petroski - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano-NUCIDH/CDS/UFSC

O excesso de gordura corporal está associado ao desenvolvimento de doenças e agravos não-transmissíveis. A distribuição de gordura corporal é apontada como fator de risco mais importante para as condições de morbi e mortalidade do que a própria obesidade. Assim, objetivou-se avaliar a composição corporal de adolescentes do ensino médio. Foram avaliados 248 adolescentes (95 do sexo masculino e 153 do feminino), com idades de 14 a 19 anos, de uma escola pública de Florianópolis, SC. As variáveis de composição corporal foram mensuradas através de cinco dobras cutâneas (tríceps, bíceps, subescapular, supra-iliaca e panturrilha). Para a classificação da composição corporal foi utilizada a metodologia do Plano Canadense de Atividade Física, Aptidão e Estilo de Vida. Para a análise dos dados utilizou-se a estatística descritiva. De acordo com os resultados, a massa corporal e a estatura média foram 58,47 Kg e 166,28 cm, respectivamente. Quanto ao 5DC, encontrou-se que 45,8% dos adolescentes do sexo masculino não apresentaram risco para a saúde, e mais da metade demonstraram riscos associados a saúde (baixo peso e excesso de peso). Quanto ao sexo feminino, 32,7% não apresentaram riscos associados a saúde, enquanto 67,3% estavam em situação de risco. De acordo com as evidências, conclui-se que a maioria dos adolescentes do sexo masculino apresentou valores normais de acordo com as recomendações da saúde, em contrapartida, mais da metade das adolescentes do sexo feminino demonstraram excesso de gordura corporal, o qual sugere a necessidade de incentivo a prática regular de atividade física, e a promoção de um estilo de vida ativo, contribuindo para a melhoria dos níveis desejáveis para a saúde.

4871

36

OBESIDADE E FATORES DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS ENTRE FUNCIONÁRIOS

FÁBIO MARTINS - Unicamp
 Marcos Bergantin - Unicamp
 Marco Antonio de Moraes - Unicamp
 Carlos A Zamai - UNIP

Este estudo teve como objetivo avaliar o estado nutricional e fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis entre 250 funcionários de uma Empresa de Campinas-SP. Foram estudadas as variáveis: estado nutricional, circunferência da cintura, pressão arterial, glicemia, idade e escolaridade. Verificou-se sobrepeso e obesidade em 45,0% e 10,0% da amostra, respectivamente, com associação significativa entre o estado nutricional e sexo, mas não entre estado nutricional e escolaridade, ajustados por idade. Verificaram-se valores de circunferência da cintura elevados em 33,0% dos funcionários, com diferença significativa entre sexos. Observou-se pressão arterial sistólica (PAS) e pressão arterial diastólica (PAD) elevadas em 18% e 11,0% dos funcionários, respectivamente, com associação significativa entre sexos após ajuste por idade. Diagnosticou-se diabetes mellitus tipo II em 2,5% da amostra e glicemia alterada em 4,0%. Após ajuste por idade, as únicas variáveis associadas à circunferência da cintura foram a PAS e a PAD. Estes resultados permitiram que atividades preventivas e educacionais fossem desenvolvidas e implantadas pela empresa, de modo a melhorar a qualidade de vida e a produtividade dos funcionários. Palavras-chaves: Obesidade, estado nutricional; DCNT's, funcionários.

O TREINAMENTO FÍSICO E A RELAÇÃO COM LESÃO, DOR E DESVIO POSTURAL NA COLUNA LOMBAR DE ATLETAS DE HÓQUEI

SUSANE GRAUP - UFSC

Antônio Renato Pereira Moro – UFSC

A sobrecarga na coluna lombar de atletas em consequência da fadiga muscular ocasionada pelo excesso de treinamento tem sido considerada como importante fator para o desenvolvimento de dor, lesões e por vezes de desvios posturais. Diante disso, o objetivo deste estudo foi verificar a relação do treinamento físico com os quadros de dor, lesões e desvios posturais na coluna lombar em jogadores da Seleção Brasileira de Hóquei sobre a grama. O grupo de estudo foi composto por 31 atletas (16 mulheres e 15 homens) com média de idade de 18,9 anos ($\pm 3,02$) que praticavam o esporte por mais de um ano. Para a obtenção dos dados relativos a treinos, lesões e quadros de dor, aplicou-se o questionário adaptado por Santos (2006). Para a análise postural, os atletas foram fotografados na vista lateral, seguindo a metodologia proposta por Santos (2003) e procedimentos de avaliação postural apresentado por Magee (2002). Foi aplicada uma estatística descritiva por meio do programa SPSS 11.5 for Windows. Entre os avaliados, 83,3% declararam sentirem dor muscular após os treinos, visto que 62,5% apontaram o excesso de treinamento como causa das dores. A lombar foi o local de dor referido por 51,2% dos avaliados, sendo que 29% já tiveram lesão nessa região. Em relação à avaliação postural, 66,6% apresentaram algum tipo de desvio na lombar. Dos atletas que apontaram o excesso de treinamento como causa das dores, 38,8% apresentaram dor na lombar após os treinos, 55,5% possuíam desvio na coluna lombar e 22,2% já haviam sofrido lesões nessa região. Com base nos resultados fica evidenciado que o excesso de treinamento pode ser prejudicial para a saúde dos atletas, além de causarem danos estruturais na coluna que podem perdurar pela vida inteira.

16 DE NOVEMBRO – TARDE – TEMAS LIVRES

SALA GOIABEIRA – ÁREA TEMÁTICA 3: ESTILO DE VIDA E QUALIDADE DE VIDA

4654

001

PREVALÊNCIA DE SEDENTARISMO E FATORES ASSOCIADOS EM ADOLESCENTES DE PELotas, RS

MÁRCIO DE ALMEIDA MENDES - Escola Superior de Educação Física - UFPEL
 Pedro Curi Hallal - Escola Superior de Educação Física-UFPEL
 Mario Renato Azevedo - Cento de Pesquisas Epidemiológicas-UFPEL
 Andréa Dâmaso Bertoldi - Cento de Pesquisas Epidemiológicas-UFPEL
 Renata Moraes Bielemann - Cento de Pesquisas Epidemiológicas-UFPEL

A atividade física (AF) na adolescência acarreta vários benefícios à saúde, seja por uma influência direta sobre a morbidade na própria adolescência, seja por uma influência mediada pelo nível de AF na idade adulta. Avaliou-se a prevalência de sedentarismo e fatores associados em 4451 adolescentes de 10-12 anos de idade, participantes do Estudo de Coorte de Nascimentos de 1993 em Pelotas. Sedentarismo foi definido como <300 minutos por semana de AF. As perdas de acompanhamento desde o nascimento totalizaram 12,5%. A prevalência de sedentarismo foi de 58,2% (IC95% 56,7–59,7). Na análise multivariável, o sedentarismo se associou positivamente ao sexo feminino, ao nível socioeconômico, a ter mãe inativa e ao tempo diário assistindo televisão. O sedentarismo se associou negativamente com o tempo diário de uso de vídeo game. Adolescentes de nível econômico baixo apresentaram maior frequência de deslocamento ativo para a escola. Estratégias efetivas de combate ao sedentarismo na adolescência são necessárias devido a sua alta prevalência e sua associação com inatividade física na idade adulta.

4611

002

HÁBITOS ALIMENTARES E SEDENTARISMO EM ADOLESCENTES DE DIFERENTES CLASSES SOCIAIS

AUGUSTO CÉSAR FERREIRA DE MORAES - Universidade Estadual de Maringá
 Anne Del Magro Mello - Universidade Estadual de Maringá
 Edna Regina Netto de Oliveira - Universidade Estadual de Maringá
 Camila Sanchez Fulaz - Universidade Estadual de Londrina
 Felipe Fossati Reichert - Universidade Estadual de Londrina

Diversos estudos mostram que o acesso aos alimentos e o nível de atividade física diferem conforme o nível socioeconômico do indivíduo. O objetivo deste foi comparar hábitos alimentares (HA) e níveis de atividade física habitual AFH entre adolescentes de diferentes níveis socioeconômicos. Foi realizado um estudo transversal com 170 adolescentes, com idades entre 14 e 18 anos, de dois colégios públicos de Maringá-PR. Os HA verificados pelo número de refeições (NR) realizadas por semana e consumo de alimentos entre refeições (CAR), e os níveis de AFH, determinados através do IPAQ modificado para adolescentes, foram estimados através de um questionário anônimos respondidos. A classe socioeconômica foi determinada pelos critérios da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa, que agrupa as pessoas em classes A, B, C, D e E. Optou-se em reagrupar em duas classes, A+B classe alta (CA) e C+D+E classe média e baixa (CMB). Para comparar a prevalência destas variáveis entre as classes utilizou-se o teste de qui-quadrado (χ^2). A razão de prevalência (RP), com intervalo de confiança de 95% (IC95%), foi utilizada para analisar a relação entre estes comportamentos. O sedentarismo, NR inadequada e CAR apresentaram uma prevalência de 47,9%, 44,4% e 98,6% nos adolescentes de CA, e 33,8%, 38,7% e 96,5% nos adolescentes de CMB, respectivamente. Contudo, apresentaram significância estatística, os índices de sedentarismos e HA inadequado entre as classes. O sedentarismo e NR associaram-se estreitamente com o nível socioeconômico, RP=0,9 (IC95%=0,64-1,28) e RP=1,2 (IC95%=0,77-1,76), respectivamente. De acordo com os resultados, fatores econômicos influenciam comportamentos de risco à saúde, particularmente, aqueles associados à alimentação dos adolescentes.

4290

003

ATIVIDADES FÍSICAS E COMPORTAMENTOS SEDENTÁRIOS EM ADOLESCENTES DA REDE PÚBLICA DE PERNAMBUCO

MARIA CECILIA MARINHO TENORIO - Universidade de Pernambuco
 Rafael Miranda Tassitano - Universidade de Pernambuco
 Juliana Marinho Tenório - Universidade de Pernambuco
 Mauro Virgilio Gomes de Barros - Universidade de Pernambuco

Apesar de existir consenso sobre a importância da atividade física (AF) na adolescência há escassez de dados quanto à prevalência de exposição a comportamentos sedentários (CS) e baixos níveis de AF. O objetivo foi descrever a prevalência a baixos níveis de atividades físicas e à exposição a comportamentos sedentários e os fatores associados, em uma amostra representativa dos estudantes do ensino médio da rede pública de Pernambuco. Dados foram coletados através de um questionário administrado a 4210 adolescentes (14-19 anos). Foi investigada a prática de atividades físicas nos últimos 7 dias e em uma semana típica. Para determinar o nível de AF, as questões foram somadas e divididas por dois, obtendo-se um escore. Aqueles que tiveram um escore <5 foram classificados como insuficientemente ativos. Os expostos a comportamentos sedentários foram aqueles que referiram assistir TV por ≥ 3 h. Recorreu-se a procedimentos descritivos, teste de Qui-quadrado e regressão logística, considerando-se um nível de significância de 5%. 70,1% foram classificados como insuficientemente ativos, sendo a proporção de moças significativamente maior (76,2%). 40,9% dos adolescentes foram classificados expostos a CS em dias de semana, e 49,9% no final de semana. Observou-se que as moças (1,99; 1,70-2,32) e os adolescentes que relataram não trabalhar (1,25; 1,01-1,58) apresentam uma maior chance de serem insuficientemente ativo. Enquanto que aqueles que relataram uma maior escolaridade materna (0,80; 0,67-0,95) e os residentes da zona urbana (0,75; 0,61-0,91) apresentam uma menor chance de serem classificados como insuficientemente ativo. Os resultados desse estudo permitirão o planejamento de intervenções focalizando populações jovens.

4630

004

DESLOCAMENTO ATIVO PARA O TRABALHO: ESTUDO DE BASE POPULACIONAL EM ADULTOS

MÁRCIO BOTELHO PEIXOTO - Universidade Federal de Pelotas
 Tiago Wally Hartwig - Universidade Federal de Pelotas
 Mario Renato Azevedo - Universidade Federal de Pelotas
 Pedro Curi Hallal - Universidade Federal de Pelotas

A prática de atividade física pode ser realizada em diferentes domínios, embora a maior parte dos estudos avalie exclusivamente as atividades físicas praticadas no período de lazer. O objetivo do presente estudo foi avaliar o percentual de adultos que utiliza deslocamento ativo (bicicleta ou caminhada) para o trabalho. Foram entrevistados 977 indivíduos com idade entre 20 e 69 anos, selecionados por amostragem aleatória no município de Pelotas. Entre os entrevistados, 26,1% relataram utilizar a bicicleta para irem ao trabalho. Esse percentual foi de 40,6% entre os homens e de 15,2% entre as mulheres ($p < 0,001$). O percentual de adultos que relatou ir caminhando para o trabalho foi de 68,6%, sendo mais elevado nas mulheres (77,0%) do que nos homens (57,5%). Quando combinadas as duas formas de atividade física (bicicleta + caminhada), o percentual de pessoas com deslocamento ativo foi de 78,2%, sendo de 75,4% entre os homens e 80,3% entre as mulheres ($p = 0,07$). Conclui-se que o deslocamento ativo através de bicicleta é mais comum nos homens, enquanto o deslocamento por caminhada é mais freqüente entre as mulheres.

SALA LARANJEIRA – ÁREA TEMÁTICA 8: ATIVIDADE FÍSICA E ENVELHECIMENTO**4463**

005

FORÇA E IDOSOS: EFEITO DA PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO

PATRICIA DAURA DE SOUZA - Universidade Federal de Santa Catarina
 Amanda Pacheco Beck - UFSC
 Tânia R. Bertoldo Benedetti - UFSC
 Marize Amorim Lopes - UFSC

O envelhecimento é um processo caracterizado pela redução da capacidade dos sistemas orgânicos, principalmente da força muscular que está diretamente relacionado com a capacidade funcional. O objetivo do estudo foi verificar os níveis de força de idosos praticantes de exercício físico. A amostra foi de 249 idosos de ambos os sexos, na faixa etária de 60 a 79 anos, participantes dos projetos "Atividades Aquáticas, e de Ginástica e Dança Folclórica para a Terceira Idade". As aulas são realizadas duas a três vezes por semana com duração de 50 minutos e são enfatizadas todas as capacidades físicas. As aulas acontecem de março a dezembro, com recesso até março do próximo ano. As avaliações foram realizadas em março e dezembro de 2006 e março/2007 por meio do teste de força de membros superiores da bateria AAHPERD - American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance. Os dados foram submetidos à análise estatística descritiva e teste "t" pareado a $p \leq 0,05$. A média de idade foi de $69,44 \pm 4,69$ anos. O teste de força em março/2006 foi de $21,57 \pm 3,67$, em dezembro/2006 de $23,47 \pm 3,90$ e em março/2007 de $23,03 \pm 3,49$ repetições. Observou-se diferenças estatísticas significantes entre março e dezembro de 2006 ($p < 0,001$) e entre dezembro/2006 e março/2007 ($p = 0,02$). Conclui-se que após dez meses de exercício físico os idosos apresentaram melhora significativa nos níveis de força. E, após três meses de recesso, apresentaram redução na média de repetições, mas sem retornar ao estágio inicial. Desta forma, fica clara a importância dos exercícios físicos para a manutenção/melhora da capacidade física dos idosos mesmo após o período de recesso das aulas do programa.

4632

007

OS BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO DE FORÇA NA MELHORA DA AGILIDADE EM MULHERES IDOSAS

MIGUEL SOARES CONCEIÇÃO - Universidade da Região da Campanha
 Fábio Bittencourt Leivas - Universidade da Região da Campanha

Evidências científicas comprovam que o treinamento de força melhora ou mantém a agilidade de indivíduos acima de 60 anos, melhorando a capacidade de realização das atividades da vida diária. O presente estudo teve como objetivo verificar e comparar os efeitos de diferentes tipos de treinamento com pesos no nível de agilidade de mulheres idosas. Foram selecionados de forma aleatória 42 indivíduos do gênero feminino com média de idade de (68 ± 4) , do Programa Esporte e Lazer da Cidade de Bagé/RS. A pesquisa teve delineamento experimental onde dividiu-se o N em três grupos, grupo que treinou força (GTF), outro grupo que treinou Resistência Muscular Localizada (GGL), e um "grupo controle" (GC) que não realizou treinamento. O treinamento teve duração de 12 semanas. Realizou-se em ambos os grupos, pré e pós o treinamento, testes de agilidade e equilíbrio dinâmico da Bateria de Testes da AAHPERD. Para análise estatística foi usado análise de variância ANOVA, e para esclarecer qual dos tratamentos obteve uma melhor média foi aplicado o teste de Duncan. Os resultados obtidos no teste de Duncan mostraram que o GTF obteve significância quando comparado ao GC ($p < 0,01$). Quando comparado GTF e grupo GGL, o GTF obteve uma diferença significativa ($p < 0,05$). Na comparação GC e grupo GGL, não houve diferença significativa. Conclui-se que o treinamento de força é o treinamento mais eficaz para a promoção de agilidade no idoso, o que reflete diretamente na melhoria da qualidade de vida e promoção de autonomia neste tipo de população. Estudos futuros devem ser realizados para que os resultados aqui encontrados sobre a agilidade do idoso obtida através do treinamento com pesos sejam confirmados.

4543

006

RELAÇÃO DA FORÇA DE MEMBROS INFERIORES E EQUILÍBRIO ESTÁTICO DE IDOSOS PRATICANTES DE EXERCÍCIO FÍSICO

AMANDA PACHECO BECK - UFSC
 Patrícia Daura de Souza - UFSC
 Tania Bertoldo Benedetti - UFSC
 Marize Amorim Lopes -

Uma das características do processo de envelhecimento é a diminuição da funcionalidade. Para reduzir as perdas e manter as atividades da vida diária, é importante para o idoso permanecer-se com melhor aptidão física possível, com um nível mínimo de força muscular, coordenação, flexibilidade e equilíbrio. O objetivo do estudo foi verificar a relação entre os testes de equilíbrio estático e força de membros inferiores de idosos praticantes de exercício físico. A amostra foi de 200 idosos (176 mulheres e 24 homens) na faixa etária de 60 a 80 anos dos projetos "Atividades Aquáticas, e de Ginástica e Dança Folclórica para a Terceira Idade". Os idosos realizam exercícios físicos duas vezes por semana enfatizando todas as capacidades físicas. As avaliações aconteceram em março/2006 por meio do teste de equilíbrio estático e força de membros inferiores. Os dados foram submetidos à análise estatística descritiva e Correlação de Spearman, adotando nível de significância de $p < 0,05$. A média de idade foi de $69,61 \pm 5,06$ anos. A média encontrada no teste de equilíbrio estático foi de $27,78 \pm 5,90$ segundos e o de força de membros inferiores foi de $17,08 \pm 2,79$ repetições. A correlação encontrada nos dois testes foi fraca ($\rho = 0,26$), ou seja, o desempenho no teste de força de membros inferiores não influenciou o desempenho no teste de equilíbrio estático. De acordo com os resultados observou-se que parece não existir relação entre os testes de equilíbrio estático e força de membros inferiores entre os sujeitos avaliados.

4882

008

EFEITO DE 16 SEMANAS DE TREINAMENTO COM PESOS SOBRE O ÍNDICE RELATIVO DE MÚSCULO ESQUELÉTICO EM IDOSOS

GUSTAVO LUCIO BISCUOLA - Universidade Estadual de Campinas
 Claudinei Ferreira dos Santos - Pós-graduando/FEF-Universidade Estadual de Campinas
 Thiago Gaudens Costa - Pós-graduando/FEF-Universidade Estadual de Campinas
 Celso Dário Ramos - Faculdade de Ciências Médicas-Universidade Estadual de Campinas
 Mara Patrícia Traina Chacon-Mikahil - Laboratório de Fisiologia do Exercício-FISEX-Universidade Estadual de Campinas

Na tentativa de identificar o processo de sarcopenia em idosos, foi proposto o índice relativo de músculo esquelético (IRME). Assim, o objetivo deste estudo foi identificar o efeito do treinamento com pesos (TP) sobre o IRME em homens idosos. Foram selecionados voluntários não-ativos, sem patologias limitantes ou uso de medicações (idade = $63,31 \pm 3,51$ anos), subdivididos em: Grupo Treinamento - GT ($n=11$) submetido a três sessões semanais de TP por 16 semanas e Grupo Controle - GC ($n=8$) que não realizou nenhuma atividade física sistemática durante o estudo. O IRME foi determinado por Absortometria Radiológica de Dupla Energia (DEXA), utilizando a massa muscular apendicular (braços e pernas)/estatura². Para comparação dos dados o tratamento estatístico utilizado foi ANOVA ($p < 0,05$). Apesar do IRME ter aumentado 3,11% para o GT vs 0,53% para o GC, estes aumentos não foram significativos. Desta maneira, podemos concluir que 16 semanas de TP não foram suficientes para aumentar o IRME nesta população. No entanto o aumento de 3,11% ocorrido no GT em apenas 16 semanas de TP, nos leva a crer que períodos maiores de treinamento potencialmente podem contribuir com a redução dos aspectos negativos oriundos do processo de sarcopenia e contribuir positivamente para o aumento e/ou manutenção da massa muscular. Suporte financeiro: CNPq

SALA PITANGUEIRA – ÁREA TEMÁTICA 1: MEDIDAS DA ATIVIDADE FÍSICA E DA APTIDÃO FÍSICA

3743

009

BAIXO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL: PREVALÊNCIA E ASSOCIAÇÃO COM OUTROS INDICADORES DE SAÚDE EM GUANAMBI-BAHIA

MARCUS DE ALMEIDA GOMES - Universidade do Estado da Bahia
 Jacemile da Silva Pereira - UNEB/NAFEL
 Ysnaya Rocha Fernandes - UNEB/CAMPUS XII
 Maria de Fátima da Silva Duarte - UFSC/CDS/PPGEF
 Adriano Ferreti Borgatto - UFSC/CDS/PPGEF

O objetivo deste estudo foi determinar a prevalência do baixo nível de atividade física habitual (BNAFH) e a relação com indicadores de saúde em amostra representativa de adultos. Realizou-se um estudo de delineamento transversal, de base populacional, com seleção amostral em estágios múltiplos, sendo representada por 711 adultos, com idade média de 37±13 anos. O BNAFH foi definido a partir do índice de Baecke representado pelos primeiro e segundo quartis (BNAFH ≤ 7,25). Como procedimento estatístico aplicou-se análise descritiva (frequência e percentual) e regressão logística multivariada, utilizando como medida de efeito a razão de prevalência (RP) e seus intervalos de confiança (p≤0,05). Encontrou-se uma prevalência de 51,2% (364) para o BNAFH. Para a análise bruta, observou-se significância estatística do BNAFH para os seguintes indicadores e suas variáveis: socioeconômicos e demográficos (ISD), mulheres (RP=3,19), casado (RP=1,39), desempregado (RP=1,72) e dona de casa (RP= 2,16); comportamentais de saúde (ICS), não fazem uso frequente do álcool (RP=1,83) e os que se encontram nos estágios de mudança para atividade física e exercício (EMCAFE) pré-contemplativo (RP=4,50), contemplativo (RP=4,63) e preparação (RP=2,92); e para o indicador de obesidade (IO) observou-se chance menor para o sobrepeso (RP=0,70). Após ajuste pelos três níveis no modelo hierárquico de regressão, observou-se que a chance de BNAFH foi influenciada pelas variáveis do nível 1 (ISD) para as donas de casa e pelas variáveis do nível 3 (ISD+ICS+IO) para os indivíduos com sobrepeso. Os resultados indicam que a prevalência e a chance de BNAFH nesta população são significativas conforme o sexo, estado civil, situação ocupacional e EMCAFE.

4269

010

FATORES ASSOCIADOS AO SEDENTARISMO NO LAZER EM UMA COORTE DE BASE POPULACIONAL

MARIO RENATO DE AZEVEDO JÚNIOR - Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia. Universidade Federal de Pelotas
 Bernardo Lessa Horta - Universidade Federal de Pelotas
 Denise Petrucci Gigante - Universidade Federal de Pelotas
 Cesar Gomes Victora - Universidade Federal de Pelotas
 Fernando Celso Barros - Universidade Federal de Pelotas

O presente estudo teve como objetivo descrever a prática de atividades físicas no período de lazer e avaliar a associação entre o sedentarismo e o peso ao nascer, fatores demográficos e socioeconômicos do momento do nascimento. Os dados são oriundos de um estudo prospectivo de coorte dos nascidos em 1982 na cidade de Pelotas, RS. As informações utilizadas nesse trabalho foram coletadas no nascimento e aos 23 anos de idade, com percentual de acompanhamento de 77,4% da coorte inicial. A prática de atividades físicas foi mensurada através da seção referente ao período de lazer da versão longa do Questionário Internacional de Atividades Físicas. Foram considerados sedentários os indivíduos com prática de atividade física semanal inferior a 150 minutos. Sexo, cor da pele, peso ao nascer, renda familiar no momento do nascimento e mudança de renda entre o nascimento e os 23 anos foram consideradas como variáveis independentes. Os homens relataram uma média superior às mulheres (223 versus 81 minutos por semana) de atividades físicas no período de lazer. A prevalência de sedentarismo (<150min-sem-1) foi maior entre as mulheres (80,6%) se comparado aos homens (49,2%). Observou-se uma tendência de aumento do escore de atividades físicas conforme aumentou a renda ao nascer. No que diz respeito ao efeito da mudança de renda, indivíduos pobres ou que se tornaram pobres na idade adulta foram mais sedentários. Entre as mulheres, o peso ao nascer apresentou relação inversa ao sedentarismo. Apesar de serem adultos jovens, o sedentarismo no período de lazer se mostrou elevado, principalmente no sexo feminino. Os dados sugerem que a atividade física no lazer é determinada pelas condições socioeconômicas atuais.

4790

011

FREQÜÊNCIA CRÍTICA DE PASSADA: ALTERNATIVA PARA PRESCRIÇÃO INDIVIDUALIZADA DE CAMINHADA

PAULA AVER BRETANHA RIBEIRO - UNESP
 Rafael Fernando Silveira
 Leandro Corrêa
 Eduardo Kokubun

O modelo de potência crítica (PCrit) pode ser adaptado à Velocidade Crítica de Caminhada para determinação da intensidade da caminhada. A utilização de passos ao invés da distância percorrida permite calcular a frequência crítica de passada (FCP) e a capacidade de passos anaeróbia (CPA). O objetivo deste estudo foi avaliar o ajuste do modelo de PCrit para prescrição dos parâmetros em passos. 51 sujeitos (46 mulheres) fisicamente ativos com idade entre 45 e 70 anos foram submetidos a 3 testes de caminhada (3, 6 e 9 minutos) utilizando pedômetros. Os sujeitos realizaram em média 419±44 passos, 809±95 passos e 1200±108 passos em 3, 6 e 9 minutos respectivamente. O coeficiente de determinação das regressões foi r=0,999±0, o que demonstra bom ajuste dos passos ao modelo. Os parâmetros aeróbio e anaeróbio foram, respectivamente, FCP = 2,16±0,24 passos/s e a CPA =31±50 passos. Conclui-se que o modelo de PCrit se ajusta a prescrição dos parâmetros para passos, o que é útil para prescrição de intensidade de caminhada.

3946

012

RAZÃO DE PREVALÊNCIA PARA O BAIXO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL: COMPARAÇÃO ENTRE DOIS MODELOS DE REGRESSÃO

ADRIANO FERRETI BORGATTO - UFSC
 Marcus de Almeida Gomes - UNEB-Campus XII
 Lucélia Justina Borges - UFSC/PPGEF/Bolsista Capes

O objetivo do estudo foi comparar as estimativas das razões de prevalência do baixo nível de atividade física habitual associada a outras variáveis, utilizando dois modelos de regressão (Logística e Poisson). Para análise, utilizou-se um banco de dados de estudo transversal, de base populacional composto por 711 adultos, entre 20 e 69 anos de idade, residentes das áreas de cobertura do Programa de Saúde da Família, do município de Guanambi, Bahia. A determinação do baixo nível de atividade física habitual (BNAFH) foi realizada por meio do questionário de Baecke considerando o valor do índice ≤ 7,25. As prevalências do BNAFH foram associadas a outras variáveis como: sexo, idade, estado civil, renda familiar, nível sócio econômico, escolaridade, percepção de saúde, tabagismo, uso do álcool, estresse, estágio de comportamento para atividade física e indicador de obesidade (IMC). Para análise dos dados aplicou-se a estatística descritiva (frequência e percentual) e as razões de prevalências (RP) obtidas por meio da regressão de Poisson e regressão Logística, com os respectivos intervalos de 95% de confiança, estimado pelo critério de Wald. Após as comparações entre as razões de prevalência estimadas pelos dois modelos, observou-se que nas situações em que as prevalências são elevadas, a razão de chances (regressão logística) superestimam as RP com maiores amplitudes dos intervalos de confiança. Entretanto, as RP estimadas pela regressão Poisson, resultam em valores mais fidedignos. Os resultados deste estudo confirmam achados na literatura que aplicam a regressão logística em estudos epidemiológicos de forma equivocada na tentativa de estimar a RP de inatividade física associada a outras variáveis.

SALA AROEIRA – ÁREA TEMÁTICA 6: DOENÇAS E AGRAVOS NÃO TRANSMISSÍVEIS E ATIVIDADE FÍSICA

4570

013

MONITORAMENTO DE FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS CRÔNICAS NA POPULAÇÃO ADULTA DE FLORIANÓPOLIS ATRAVÉS DE ENTREVISTAS TELEFÔNICAS

VANESSA CAROLINE CAMPOS - Universidade Federal de Santa Catarina
Heide Gauche - Universidade Federal de Santa Catarina
Maria Alice Altenburg de Assis - Universidade Federal de Santa Catarina

O objetivo deste trabalho é descrever as prevalências de fatores de risco para doenças crônicas degenerativas não transmissíveis na população adulta de Florianópolis, entrevistada por telefone. O estudo tem delineamento transversal, com amostra probabilística ($n=2.013$) da população adulta de residente em domicílios conectados à rede de telefonia fixa. A amostragem foi realizada em duas etapas: sorteio de linhas telefônicas e sorteio do morador do domicílio a ser entrevistado. As entrevistas, por telefone, foram realizadas através de um questionário para investigar características demográficas, de alimentação, atividade física, tabagismo, consumo de bebidas alcoólicas, peso e altura recordados e referência a diagnóstico médico de doenças crônico-degenerativas não transmissíveis. Foram observadas diferenças substanciais entre os sexos quanto à frequência da maioria dos fatores de risco estudados, sendo significativamente mais frequentes em homens o tabagismo (24,61% versus 18,56%, $p = 0,001$), o consumo excessivo de bebidas alcoólicas (40,60% versus 15,38%, $p = 0,000$) e o não consumo de cinco porções por dia de FLV (81,60% versus 75,40%, $p = 0,001$); e nas mulheres foi mais frequente o sedentarismo no lazer (60,04% versus 44,78%, $p = 0,000$). O desempenho do sistema de monitoramento, avaliado a partir da representatividade e confiabilidade das estimativas obtidas e do custo por entrevista realizada, mostrou-se adequado e, de modo geral, superior a sistemas equivalentes existentes em países desenvolvidos.

4685

015

FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR MODIFICÁVEIS EM TRABALHADORES DA ÁREA DA SAÚDE

CICERO AUGUSTO DE SOUZA - Instituto de Cardiologia de Santa Catarina
Grasiela Cardoso Ludvig - Instituto de Cardiologia de Santa Catarina
Josiani Cunha Silva - Instituto de Cardiologia de Santa Catarina

Introdução: Embora diversos estudos sobre fatores de risco (FR) para doenças cardiovasculares sejam bem documentados na literatura científica e evidenciem a importância de sua prevenção, a prevalência das doenças crônicas vem aumentando em nossa sociedade. Objetivo: Identificar a prevalência dos FR cardiovascular em profissionais da área da saúde. Metodologia: Estudo observacional, de delineamento transversal, realizado entre os meses de novembro de 2006 a janeiro de 2007, com 64 funcionários do Instituto de Cardiologia de Santa Catarina. A adesão foi por procura espontânea após divulgação dentro da instituição e os interessados foram submetidos à avaliação antropométrica (medidas de peso, estatura e circunferência abdominal), aferição de pressão arterial e entrevista sobre hábitos de vida. Resultados: Amostra consistindo em 26,6% homens e 73,4% mulheres, com média de idade de 43,8 anos. A incidência dos FR foi: Sedentarismo 76%; Circunferência de Cintura elevada ($H>102$ cm e $M>88$ cm) 73,4%; Sobrepeso ($IMC \geq 25$) 57,8%; Alcoolismo 23,4%; Hipertensão Arterial 19,7%; Hipercolesterolemia 18,7%; Diabetes Mellitus 7,9%; Tabagismo 7,9%. Com relação à frequência, todos os avaliados apresentaram FR; 37,5% apresentaram um ou dois FR; 46,5% apresentaram três ou quatro FR, e; 14,1% apresentaram cinco ou seis FR. Conclusão: A elevada prevalência de múltiplos fatores de risco alerta para a necessidade da criação de estratégias globais de promoção da saúde no próprio ambiente de trabalho, visando facilitar a prevenção das doenças cardiovasculares.

4588

014

A INFLUÊNCIA DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA SOBRE INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS DE RISCO CORONARIANO EM POLICIAIS MILITARES

CRISTIANO OLIVEIRA RODRIGUES - UNEB- Universidade do Estado da Bahia
Valter Abrantes - UNIME - BAHIA
Francisco Pitanga - UNIME - AHIA

Atualmente existe uma grande preocupação com o nível de atividade física (NAF) na população mundial. Este fato também é preocupante entre os Policiais Militares (PM), que necessitam de boa aptidão física em função da sua saúde e para o melhor desempenho de suas funções profissionais. O objetivo deste estudo foi avaliar a influência do NAF sobre indicadores antropométricos de risco coronariano em PM. A amostra foi composta por 43 PM com idade média de $29,26 \pm 3,8$ anos, da 6ª CIA Especial do 17º Batalhão de Polícia Militar (17º BPM) de Guanambi-Bahia, todos do sexo masculino e em atividade. O NAF foi analisado pelo Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) versão curta. Os indicadores antropométricos avaliados foram: Índice de Massa Corporal (IMC), Razão da Circunferência Cintura-Quadril (RCCQ), Circunferência da Cintura (CC) e Índice de Conicidade. Os PM foram classificados em dois grupos, o Grupo 1 (sedentários e insuficientemente ativos) 53,5% e o Grupo 2 (ativos e muito ativos) correspondendo 46,5%. Para comparação entre grupos foi utilizado o Teste t de Student, com nível de significância de $p \leq 0,05$. O IC encontrado foi significativamente diferente, 1,23 no grupo 1 e 1,16 no grupo 2. Já a CC e a RCCQ demonstraram uma tendência a ser menor no Grupo 2, porém não sendo considerada significativa esta diferença. O IMC não foi diferente entre os grupos. Desta forma, podemos sugerir que o NAF exerceu influência sobre o risco coronariano demonstrado por diferença significativa no IC e pelas tendências apresentadas na CC e na RCCQ. Os resultados evidenciam a necessidade de tornar os policiais sedentários e insuficientemente ativos em ativos para amenizar o risco de desenvolver doenças cardiovasculares.

4877

016

FATORES DE RISCO CORONARIANO E SUA ASSOCIAÇÃO COM A IDADE CRO-NOLÓGICA EM TAXISTAS

LEANDRO SILVA ALVES - Faculdade de Tecnologia e Ciência FTC
Leonésio alves Moreira - Faculdade de Tecnologia e Ciências
Raildo Da Silva Coqueiro - Universidade Federal de Santa Catarina

Fatores de risco coronariano (FRC) podem variar de indivíduo para indivíduo e estão fortemente associados à idade cronológica. O objetivo deste estudo foi verificar a associação entre FRC e a idade cronológica em taxistas de Vitória da Conquista-BA. A amostra (intencional) foi constituída de 35 taxistas com idade entre 22 a 76 anos ($40,3 \pm 11,3$ anos). Os dados foram coletados em diversos pontos de táxi (local de trabalho) espalhados pela cidade. A idade foi auto-relatada pelos indivíduos e com base na mediana (40 anos) foram derivados, para efeito de análise, os seguintes grupos etários: < 40 anos e ≥ 40 anos. Os FRC foram avaliados por meio do Questionário de Fatores de Risco para Doença Coronariana do American College of Sports Medicine. O teste qui-quadrado foi empregado para verificar diferenças entre proporções, adotando-se nível de significância de 5% ($p \leq 0,05$). A distribuição dos FRC nos grupos etários mais jovem e mais velho (respectivamente) foram: colesterol > 240 mg/l (12,0% vs 28,0%; $p = 0,236$), pressão arterial $> 140/90$ mm/Hg (12,0% vs 6,0%; $p = 0,512$), tabagismo (41,0% vs 11,0%; $p = 0,042$), diabetes (12,0% vs 0,0%; $p = 0,134$), histórico familiar de cardiopatia (6,0% vs 22,0%; $p = 0,167$), sedentarismo (65,0% vs 94,0%; $p = 0,028$) e sobrepeso (35,0% vs 61,0%; $p = 0,127$). Os resultados mostraram que o grupo etário mais jovem apresentou maior prevalência de fumantes, enquanto o sedentarismo foi mais frequente no de idade mais avançada. Não foram encontradas diferenças significativas entre grupo etário e os demais FRC.

SALA PETÚNIA – ÁREA TEMÁTICA 10: CINEANTROPOMETRIA, DESEMPENHO HUMANO E FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO**3926**

017

RELACIONAMENTO DAS CARACTERÍSTICAS DO ANDAR COM EQUILÍBRIO FUNCIONAL E QUEDAS EM IDOSOS SADIOS E COM DOENÇA DE PARKINSON

MARIA JOANA DUARTE CAETANO - Universidade Estadual Paulista - UNESP/Rio Claro

Ana Paula Marques Moreira - UNESP/Rio Claro

Mônica del Rosario Sánchez-Arias - UNESP/Rio Claro

Carolina Rodrigues Alves Silveira - UNESP/Rio Claro

Lilian Teresa Bucken Gobbi - UNESP/Rio Claro

Andar é essencial para o desempenho das funções diárias. Alterações decorrentes do processo de envelhecimento podem comprometer o equilíbrio durante o andar e gerar instabilidade, o que é mais acentuado em idosos com doença de Parkinson idiopática (DPI) devido aos distúrbios motores ocasionados pela doença. O objetivo deste estudo foi relacionar características do andar (comprimento e velocidade da passada e duração do duplo suporte) de 16 idosos neurologicamente saudáveis e com DPI com a pontuação na Escala de Equilíbrio Funcional de Berg e a incidência de queda. As características do andar foram investigadas por meio de ferramenta cinemática, sendo que uma câmera digital foi posicionada de modo a visualizar os marcadores refletivos fixados no 5º metatarso e calcâneo lateral direito e no 1º metatarso e calcâneo medial esquerdo e registrar a 60 Hz um ciclo de passada. As correlações de Spearman revelaram que quanto menor o comprimento ($r=0,69$; $p<0,004$) e a velocidade ($r=0,684$; $p<0,004$) da passada, menor a pontuação obtida para o equilíbrio funcional; e quanto menor a velocidade da passada ($r=-0,56$; $p<0,025$) e maior a duração do duplo suporte ($r=0,56$; $p<0,025$), maior a incidência de queda. O relacionamento entre as variáveis ocorreu em função da atenção dividida entre a manutenção do equilíbrio e o controle locomotor, em especial nos idosos com DPI, e às dificuldades no controle da locomoção decorrentes do processo de envelhecimento e/ou da DPI, que limitam a capacidade funcional. Os resultados salientam a importância de utilizar medidas quantitativas do andar na avaliação da instabilidade e do risco de queda e de desenvolver programas de reabilitação e treinamento que contemplem as características espaço-temporais do andar.

4326

019

AUTOPERCEÇÃO CORPORAL E ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES

ANA ANGÉLICA SANTANA SOUZA - Universidade Federal de Sergipe (NUPAFISE)

Ludemylly Luanna Barreto Silva - Universidade Federal de Sergipe (NUPAFISE)

Diego Augusto Santos Silva - Universidade Federal de Sergipe (NUPAFISE)

José Jean de Oliveira Toscano - Universidade Federal de Alagoas (Núcleo de Educação Física e Desporto)

Antônio César Cabral de Oliveira - Universidade Federal de Sergipe (NUPAFISE)

O desejo por um corpo "ideal" pode refletir nos níveis de saúde, sobretudo nos adolescentes. Entretanto, nem sempre a autopercepção corporal condiz com o estado nutricional real. Assim, o objetivo foi verificar a associação entre a autopercepção corporal e o estado nutricional de adolescentes. A amostra foi formada por 92 garotas de 10 a 15 ($12,49 \pm 1,09$) anos do Colégio de Aplicação da Universidade Federal de Sergipe. Para verificar a autopercepção corporal as garotas responderam como percebiam sua aparência física (magra, normal ou gorda). Para o estado nutricional coletaram-se os dados de peso e estatura para calcular o índice de massa corporal (IMC) e a categorização foi feita por uma tabela de referência nacional. Para análise dos dados usou-se a estatística descritiva, o teste qui-quadrado e ANOVA one way, com comparações post-hoc de Tukey, respeitando um nível de significância de 5%. Em relação à autopercepção corporal 28% da amostra consideram-se normais, 18% magras e 54% gordas. Quando verificou o estado nutricional por meio do IMC diagnosticou-se que 67% eram eutróficas, 6% com baixo peso e 27% com excesso de peso. Houve associação significativa entre a autopercepção corporal e o estado nutricional, mostrando que as garotas superestimaram ou subestimaram sua aparência física. Analisando o IMC de acordo com as categorias da autopercepção corporal identificou que aquelas que se achavam magras apresentaram valores inferiores significativamente àquelas que se achavam normais e gordas. Assim, concluiu-se que a maioria das garotas considera-se gordas, contudo os resultados imaginários distorcem o real, subestimando ou superestimando a aparência.

3973

018

EFEITOS DO TREINAMENTO CONCORRENTE NOS NÍVEIS DE FORÇA RELATIVA EM MULHERES INICIANTES NA PRÁTICA DE MUSCULAÇÃO

REINALDO DO NASCIMENTO DA SILVEIRA - Universidade do Extremo Sul Catarinense- UNESC

Joni Marci de Farias - Unesc

O treinamento concorrente apresenta bastante controvérsia como, por exemplo, qual exercício realizar primeiro, aeróbico ou força. Sugere-se a hipótese de uma adaptação negativa aos ganhos de força por fatores neurais potencializados pelo exercício aeróbico ocorrendo inibição a coordenação intermuscular. Objetivou-se neste estudo comparar os efeitos neurais do treinamento concorrente com seções de treinamento em ordem inversa. O grupo (TCA) $n = 4$ idade média 31 ($+8,91$) realizou o exercício de força seguido o aeróbico, (TCF) $n = 4$ idade média 27,5 ($+10,16$) realizou exercício aeróbico seguido o de força. Para obtenção dos dados neurais realizou-se registro eletromiográfico do músculo bíceps do braço direito. Análise morfológicas: dobras cutâneas do tríceps e bíceps e circunferência do braço contraído (Petroski, 2003). Quantificação da carga máxima utilizou-se o teste de força máxima relativa (Baechele, 1992). Tratamento dos dados pacote estatístico SPSS 11-0. com ($p<0,05$). Resultados: Força máxima com valores médios pré-treinamento de (TCF) 6,87 Kg ($+2,72$) e (TCA) 8,95 Kg ($+1,07$) e pós-treinamento (TCF) 8,15 ($+1,07$) e (TCA) 10,93 ($+1,54$); variáveis neurais com ativação pré-treinamento de (TCF) 792,80 (μV) ($+665,11$) e (TCA) 387,42 (μV) ($+73,62$) e pós-treinamento de (TCF) 2453,07 (μV) ($+1577,47$) e (TCA) 450,15 (μV) ($+201,39$) e co-ativação (TCF) 52,18 (μV) ($+1,94$) e 50,35 (μV) ($+27,57$) e pós-treinamento de (TCF) 293,99 (μV) ($+299,52$) e (TCA) 110,82 (μV) ($+85,53$). Conclusão: o treinamento concorrente não apresentou diferença realizando-se o trabalho aeróbico antes ou depois do trabalho de força. Sugere-se que os treinamentos proporcionam ajustes neurais semelhantes observados aumento da ativação e co-ativação muscular.

4670

020

RELAÇÃO ENTRE SUPORTE SOCIAL E GRAU DE INSTRUÇÃO DOS PAIS

ADRIANO AKIRA FERREIRA HINO - Pontifícia Universidade Católica do Paraná

Mariana Silva Santos - PUCPR

Ana Carina Cassou - PUCPR

Rodrigo Siqueira Reis - PUCPR

Ciro Romélio Rodriguez Añez - PUCPR

O objetivo do estudo foi verificar a relação entre o suporte social percebido (SS) e o nível de escolaridade dos pais (NEP). O estudo foi constituído de uma amostra representativa de Curitiba-PR, sendo composta por 679 meninos e 971 meninas escolares da rede pública entre 14 e 18 anos de idade. Os dados foram obtidos por meio de um questionário. Para avaliação do SS da família utilizou-se cinco questões: 1) Levou para realizar AF, 2) Convidou, 3) Fez AF, 4) Incentivou e 5) Disse achar bom à prática de AF. Como opções de resposta utilizou-se um escala de 5 pontos variando de "nunca" a "todos os dias". O NEP foi reportado pelos estudantes assinalando a opção correspondente. Para análise do SS um escore a partir da soma das respostas foi gerado para cada escolar representando a percepção do SS da família. O NEP foi agrupado em três categorias (ensino "fundamental", "médio" e "superior"). A relação entre o SS e a NEP foi verificada através da ANOVA one-way seguido do post-hoc de Sheffé realizada separadamente para os gêneros com nível de significância de 5%. A percepção do SS foi maior para os escolares que cujas mães têm ensino superior, tanto para os meninos ($F=5,30$; $p=0,01$) como para as meninas ($F=6,00$; $p=0,003$). Observou-se ainda que, indivíduos com pais que possuem nível superior obtiveram maior SS que aqueles com pais no "ensino fundamental" para meninos ($F=6,84$; $p=0,001$) e meninas ($F=5,58$; $p=0,004$). O SS dos indivíduos que reportaram ter pais com ensino médio não diferiu dos outros grupos. Diante do observado, concluiu-se que a percepção do SS de adolescentes é maior quando possuem pais com maior nível instrução escolar, indicando que adolescentes cujos pais têm melhor escolaridade apresentaram maiores níveis de AF.

16 DE NOVEMBRO – TARDE – PÔSTERES 3

ÁREA TEMÁTICA 7: EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E PROMOÇÃO DA SAÚDE

3716

1

A INCIDÊNCIA DE LESÕES NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

LUIZ HENRIQUE DA SILVA - Faculdades Integradas Fafibe; Bebedouro – SP; Universidade do Vale do Sapucaí – Pouso Alegre - MG.

Letícia Gabriela de Souza - Faculdades Integradas Fafibe – Bebedouro – SP

A maioria das aulas na educação física escolar são práticas, sendo que o conteúdo pode ser muito diversificado, envolvendo jogos, brincadeiras, dança, lutas, ginástica, modalidades esportivas em geral e outras atividades. Todavia, por consequência das aulas práticas, os alunos estão expostos ao risco de lesões, como um entorse ou um quadro de intermação, por exemplo. Mediante a possibilidade destas situações, surge a importância de uma formação adequada em primeiros socorros por parte dos professores de educação física. Esta pesquisa teve como objetivo identificar as lesões que mais ocorrem nas aulas de educação física escolar de 1a a 8a séries do ensino fundamental das escolas municipais e estaduais da cidade de Morro Agudo – SP, analisando as atitudes dos professores no atendimento do aluno e a disponibilidade dos materiais básicos de primeiros socorros na escola. Para obtenção dos dados, foi elaborado um questionário com 8 perguntas abertas, o qual foi aplicado em 10 professores de educação física escolar. Os resultados do estudo mostraram que as escoriações, entorses de joelho e tornozelo, luxações de ombro e cotovelo, sangramento no nariz, queimaduras e desmaios, são as situações de primeiros socorros com maior incidência. Em alguns casos, os procedimentos adotados pelos professores não foram coerentes com os protocolos da literatura específica. Apenas 20% dos professores alegaram possuir materiais básicos de primeiros socorros na escola que trabalha. Em suma, verificamos que há um número bem variado de incidência de lesões e, infelizmente, nem todos os professores e instituições analisados no presente estudo apresentaram qualificação adequada para realizarem procedimentos básicos de primeiros socorros.

4287

3

O SALTO COM VARA NA ESCOLA: ABORDANDO A PREVENÇÃO DOS PROBLEMAS DA COLUNA VERTEBRAL POR MEIO DO ENSINO DA PROVA

FERNANDO PAULO ROSA DE FREITAS - Unesp - Rio Claro

Sara Quenzer Matthiesen - Unesp - Rio Claro

Vagner Matias do Prado - Unesp - Rio Claro

Guy Gincieni - Unesp - Rio Claro

Marcelo Garuffi Santos - Unesp - Rio Claro

Na E.E. Prof. Odilon Corrêa, situada na cidade Rio Claro, S.P., o atletismo é desenvolvido nas aulas regulares de Educação Física e em uma turma de treinamento. Além de formar uma equipe que representa a escola em eventos esportivos, o ensino desta modalidade procura atender outros objetivos. Isso ocorreu, por exemplo, com o salto com vara, quando se buscou atrelar o ensino dessa prova aos conceitos de anatomia e cuidados com a coluna vertebral. Para isto, foram feitas comparações entre as estruturas do implemento utilizado, neste caso, varas de bambu, com as estruturas da coluna vertebral, particularmente, as vértebras e os discos. Também foram comparadas as forças e alavancas que ocorrem entre o implemento e o atleta, com as forças e alavancas que ocorrem na coluna vertebral durante o levantamento de cargas. Estas aulas foram desenvolvidas com turmas de 7ª e 8ª séries, durante uma aula dupla, com duração de 1h,40", as quais tiveram dois momentos distintos: primeiramente, os alunos vivenciaram a prova do salto com vara desde seus fundamentos até o salto completo, para, em seguida, realizarem um momento de reflexão, onde foi então abordado o tema dos cuidados com a coluna vertebral. Acreditamos que, embora o atletismo não seja um dos conteúdos mais prestigiados nas aulas de Educação Física escolar, principalmente no caso do salto com vara, a experiência do ensino desta prova demonstrou ser extremamente motivadora para os alunos, além de fornecer-lhes informações importantes para a manutenção de sua qualidade de vida, em uma realidade onde estarão sujeitos, muitas vezes, a trabalhos que demandam a suspensão de cargas, e que, se realizados de maneira incorreta, podem acarretar sérios problemas para a coluna vertebral.

4029

2

CONTROLE DE VARIÁVEIS AMBIENTAIS E AVALIAÇÃO DO PERFIL MOTOR EM CRIANÇAS DAS ESCOLAS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DO MUNICÍPIO DE SANTA MARIA DO HERVAL/RS

GUSTAVO ROESE SANFELICE - FEEVALE/RS

Roseli Wolschick Rambo - Feevale/RS

O desenvolvimento motor é um processo de mudanças no nível de funcionamento de um indivíduo, onde uma maior capacidade de controlar movimentos é adquirida ao longo do tempo e através de estímulos externos. Assim, o objetivo desse estudo foi traçar o perfil motor de crianças de 4 a 6 anos que frequentam regularmente a uma das escolas de educação infantil no município de Santa Maria do Herval/RS. Participaram deste estudo 30 crianças. O desempenho motor das 30 crianças da amostra foi avaliado por meio da Escala de Desenvolvimento Motor de Rosa Neto (2002). Verificou-se também quais os estímulos externos que são oferecidos à criança, fora da escola, para o desenvolvimento motor. O tratamento estatístico foi feito através da análise descritiva e utilizou-se a média e o desvio-padrão. Constatou-se que 76,6% das crianças das escolas de educação infantil no município de Santa Maria do Herval encontram-se dentro da normalidade, de acordo com a Escala de Desenvolvimento Motor. As crianças apresentam uma melhor performance na coordenação motora global e organização espacial, e a menor performance no esquema corporal e motricidade fina. Os dados demonstraram que 40% das crianças analisadas apresentam lateralidade indefinida. O perfil motor das crianças, em geral, encontram-se dentro da normalidade, levando em consideração o protocolo de avaliação motora utilizado. Conclui-se também que fatores do ambiente, do indivíduo e da tarefa interferem no processo de desenvolvimento de cada componente. Palavras Chaves: Desenvolvimento motor, perfil motor, educação infantil.

4299

4

UM OLHAR SOBRE A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NAS ESCOLAS INDÍGENAS DAS ALDEIAS ÁGUA AZUL E CÓRREGO DO MEIO

LUDE REGINALDO SOL - Universidade Católica Dom Bosco - UCDB/MS

Auisio Fernandes de Souza - Universidade Católica Dom Bosco - UCDB/MS.

A aldeia Água Azul é uma das aldeias mais recentes da região. Tem nos dias atuais uma população de aproximadamente trezentas pessoas. A escola da aldeia, foi fundada no ano de 1992 por uma professora do estado de São Paulo, Zuleica Ramos de Oliveira. O nome escolhido para a escola, perante a decisão das lideranças foi Benedito Reginaldo. Desde então a escola passou a oferecer aulas da 1ª à 8ª série do ensino fundamental, com professores do estado de São Paulo e alguns professores indígenas. A disciplina Educação Física fazia parte do currículo e as aulas eram ministradas com um grande enfoque sobre o esporte. Nosso objetivo foi analisar quais os esportes mais praticados nas aldeias Terena Córrego do Meio e Água Azul, e quais os significados dessa prática para este grupo. A pesquisa aplicada é mista, focalizada no conhecimento de diversos aspectos relacionados Esportes nas aldeias Córrego do Meio e Água Azul, por meio de formulário de entrevista, composto por questões abertas e fechadas. Foram entrevistados 29 indivíduos adultos, entre 20 a 40 anos de idade, de ambos os gêneros. O tratamento das informações (dados) da pesquisa foi feita através da análise e interpretação das informações obtidas. Os esportes estão inseridos nas práticas corporais Terena, sendo o futebol e o voleibol os mais praticados. Os benefícios apontados pelos entrevistados, por estas atividades foram na maior parte relacionados ao desenvolvimento da saúde e da resistência física. Podemos concluir que nas escolas Terena das aldeias Córrego do Meio e Água Azul, as aulas de Educação Física, tem enfatizados as práticas esportivas, e muito poucas as manifestações tradicionais Terena.

4319

5

REFLEXÕES SOBRE O RENDIMENTO ESCOLAR EM VIRTUDE DO DESENVOLVIMENTO DO PROJETO DE EXTENSÃO: “BOLA NA CESTA”

MARIO ROBERTO GUARIZI - UNESP - Faculdade de Ciencia e Tecnologia - Pres. Prudente

A educação no mundo contemporâneo é considerada como um pressuposto fundamental para diminuir discriminações de alguns fatores, dentre eles o social. Com isso se fez necessários que os procedimentos adotados no ensino através do desporto, tivesse preocupações educativas para atingir a formação intelectual da criança ou do adolescente. Na Educação Física, especialmente no desporto escolar, não basta somente iniciar crianças na prática esportiva, desenvolvendo-as no aspecto motor, mas incentivá-las a participar efetivamente de outras disciplinas existente na escola. Então, foi através da iniciação ao basquetebol que se desenvolveu o projeto intitulado “Bola na Cesta”, que é a iniciação dos fundamentos técnicos do basquetebol, além de orientação para participação em outras disciplinas. Percebe-se que a prática da atividade desportiva é de extrema importância para o desenvolvimento da criança, tanto intelectual como físico. Pensando nisso, objetivou-se neste trabalho investigar se a iniciação ao Basquetebol contribui para o rendimento escolar das alunas participantes da pesquisa, em comparação com alunas das mesmas séries que não participaram. A pesquisa seguiu o design descritivo (THOMAS e NELSON, 2002), e a amostra constituiu-se de 19 escolares do sexo feminino entre 12 a 14 anos da Escola Estadual Profº Hugo Miele de Pres. Prudente - SP. Consultaram-se as médias finais das alunas de 5^{as} às 8^{as} séries e efetuou-se comparação entre as alunas que foram submetidas a iniciação do Basquetebol com as que não participaram da mesma. Após a comparação e análise, concluiu-se que as atividades de iniciação esportiva, além de benéfica à saúde, também, tornou-se eficaz no aproveitamento escolar.

4410

7

RELAÇÃO ENTRE GASTO CALÓRICO E FORÇA LOMBAR DE ADOLESCENTES ESTUDANTES DE ESCOLA PÚBLICA E PRIVADA DA CIDADE DE CRICIÚMACAMILA MACHADO RODRIGUES - UNESC - GEPES
Joni Marci de Farias - UNESC - GEPES
Daniel Pasini Maragno - UNESC - GEPES
Victor Julierme Santos da Conceição - UNESC - GEPES
Cleber de Medeiros - UNESC - GEPES

Os baixos níveis de atividade física esta relacionada com uma diminuição de força lombar e com futuros problemas posturais. O objetivo deste trabalho foi de verificar a relação entre o nível de atividade física expressa pelo gasto calórico e os níveis de força lombar. A população foi composta por meninos e meninas com idade média de 16 anos, estudantes de duas escolas da cidade de Criciúma (uma pública e uma privada), num total 35 escolares. Amostra foi constituída pelos alunos das séries 2º ano do ensino médio sendo 8 meninos e 10 meninas da escola privada e 6 meninos e 11 meninas de escola pública. Para obtenção dos dados foram utilizados: uma balança da marca Plenna, um estadiômetro da marca Seca by Cardiomed, dinamômetro de tração lombar Takei Physical Fitness Test e recordatório de atividade física (modificado por Bouchard). A coleta dos dados foi realizada na escola durante as aulas de Educação Física (a escola pública pelo período noturno e a escola privada no período matutino). Para a análise dos dados foi utilizado o programa Excel do Microsoft Windows. Na composição corporal os meninos apresentaram um IMC de 21,5 e as meninas de 20,1, de acordo com a classificação da OMS, todos com padrões normais; na relação entre força e gasto calórico, observa-se que os meninos são mais fortes que as meninas, 135kg e 129,1kg respectivamente, o mesmo aconteceu com o gasto calórico, onde os meninos tiveram um gasto diário de 3.324 kcal e as meninas de 2.627 kcal relação. Nesta faixa etária é evidente que existe diferença nas variáveis avaliadas, no entanto, observa-se que os meninos além de seu genótipo tem um gasto calórico maior, o que pode influenciar nos níveis de força contribuindo na melhora da postura corporal.

4377

6

RELAÇÃO ENTRE GASTO CALÓRICO E NÍVEIS DE FLEXIBILIDADE LOMBAR EM ADOLESCENTES ESTUDANTES DE ESCOLA PÚBLICA E PRIVADA DA CIDADE DE CRICIÚMADANIEL PASINI MARAGNO - UNESC - GEPES
Joni Marcio de Farias - UNESC - GEPES
Camila Machado Rodrigues - UNESC - GEPES
Victor Julierme Santos da Conceição - UNESC - GEPES
Cleber de Medeiros - UNESC - GEPES

Há discussão de quanto mais ativo for o individuo maior será o nível de flexibilidade lombar independente do tipo de atividade física é pertinente. O objetivo deste estudo foi relacionar o gasto calórico com níveis de flexibilidade em escolares. A população foi composta por meninos e meninas com idade média de 16 anos, estudantes de duas escolas da cidade de Criciúma (uma pública e uma privada), num total 35 escolares. Amostra foi constituída pelos alunos das séries 2º ano do ensino médio sendo 8 meninos e 10 meninas da escola privada e 6 meninos e 11 meninas de escola pública. Para obtenção dos dados foram utilizados: uma balança da marca Plenna, um estadiômetro da marca Seca by Cardiomed, um banco Wells da marca WCS by Cardiomed e recordatório de atividade física (modificado por Bouchard). A coleta dos dados foi realizada na escola durante as aulas de Educação Física (a escola pública pelo período noturno e a escola privada no período matutino). Para a análise dos dados foi utilizado o programa Excel do Microsoft Windows. Os dados demonstram que os meninos tem um IMC maior que as meninas, 21,6 e 20,1, mas todos com padrão normal; referente a flexibilidade lombar e gasto calórico os meninos da escola privada tiveram uma média de 20cm e gasto calórico diário de 3.526 kcal, as meninas média 26,2cm e 3.324 kcal; os meninos da escola pública tiveram uma média de flexibilidade de 24,9cm e gasto calórico diário de 2.108 kcal, enquanto as meninas tiveram média de 19,29cm e 2.627 kcal. Observa-se que parece existir relação entre gasto calórico e níveis de flexibilidade, demonstrando que os alunos da escola publica tem um gasto maior, pois na grande maioria trabalham e estudam, enquanto da escola privada somente estudam.

4497

8

PRESCRIÇÃO DE ATIVIDADES FÍSICAS PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES EM CONDIÇÕES ESPECIAIS DE SAÚDELUIZ ERNANI SANTOS BRAGA - Universidade Paulista
Carlos Zamai - Unip
Alan A. Rodrigues - Unip
Maurício C. Delgado - Unip
Marcelo Filocomo - Unip

A obesidade infanto-juvenil é considerada uma epidemia mundial e as atividades físicas (AF) e a reeducação nutricional (RN) tem sido indicadas na prevenção e terapêutica. O objetivo foi desenvolver um programa multidisciplinar de AF e RN em obesos. Participaram 48 crianças e adolescentes, ambos sexos, de 10 a 16 anos. A AF consistiu em atividades terrestres (AT, n=34) e atividades aquáticas (AA, n=14). As AT desenvolvidas foram: Alongamento (20min), Ciclismo (50min) e Caminhada (50min), três vezes por semana; as AA foram: natação (50 min) e hidroginástica (50 min), uma vez por semana. Os adolescentes participaram com disposição nas AF propostas, com uma adesão de 85,3% dos indivíduos nos primeiros três meses, provavelmente porque estavam de acordo com as aptidões físicas e limitações corporais. Todos apresentaram redução do IMC e melhora da aptidão física. Neste projeto, as abordagens de AF e RN geraram benefícios para crianças e adolescentes obesos. Palavra-Chave: Obesidade, Atividades Físicas, Reeducação Alimentar.

4639

9

AULAS DE EXPRESSÃO CORPORAL NA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA ALUNOS SURDOSHELEN LETICIA RAMON GATELLI - Universidade de Caxias do Sul
Diego Ortiz Mascarello -

A deficiência auditiva é segunda maior deficiência comprovada entre os brasileiros, sendo diagnosticada por volta de dois a três anos de idade o que acarreta em conseqüências negativas para a criança, pois perde muitas informações auditivas o que prejudica seu processo de comunicação. Partindo deste pressuposto este estudo tem como objetivo verificar quanto às aulas de expressão corporal no componente curricular da Educação Física proporcionam uma melhora na comunicação, interação e convivência social, assim como a realização pessoal da criança surda. O trabalho foi desenvolvido em uma escola da rede pública de ensino da cidade de Caxias do Sul – RS, onde foram observadas e ministradas aulas de expressão corporal, os sujeitos escolhidos para a realização da pesquisa são alunos de 3ª a 5ª séries do ensino fundamental com idades que variam entre 10 e 15 anos, e que apresentam deficiência auditiva e/ou deficiências múltiplas. Os instrumentos escolhidos para a realização da pesquisa foram à entrevista semi-estruturada com os professores das turmas escolhidas e observações. Ao analisar os resultados das aulas foi evidenciado uma melhora na motivação dos alunos para participarem de atividades físicas, assim como uma melhora significativa no processo de inclusão destes, outro sentimento que a pesquisa revelou foi uma melhora da auto-estima e da consciência corporal dos alunos. Conclui-se com esse estudo que aulas de expressão corporal para crianças surdas possibilitam que elas desenvolvam-se física, mental, emocional e socialmente. Além de melhorar o desenvolvimento da sua capacidade de comunicação e proporcionar uma melhor integração social.

4689

11

PREVALÊNCIA DE EXCESSO DE ADIPOSIDADE CORPORAL EM CRIANÇAS DO OESTE DO PARANÁ

ROSIMEIDE FRANCISCO SANTOS LEGNANI - UEL - Universidade Estadual de Londrina

Eneida Conte - UNIOESTE

Elto Legnani - UTFPR

Reickson C.Khun - CPH

Flávia F.C. Casamali - CPH

Introdução: o excesso de excesso de adiposidade corporal (EAC) pode produzir desfechos deletérios à saúde das pessoas. Objetivo: descrever a prevalência de excesso de EAC em crianças de 5 a 7 anos de idade. Metodologia: a amostra se constituiu de 1.204 crianças, sendo 576 (47,8%) meninos e 627 (52,1%) meninas, matriculados e freqüentes em escolas da rede municipal de duas cidades do extremo oeste paranaense. Os dados foram coletados obedecendo às técnicas padronizadas descritas na literatura. Para classificar as crianças quanto ao excesso de gordura corporal subcutânea, utilizou-se o somatório das medidas das dobras cutâneas triptical e subscapular. Os dados foram dicotomizados, utilizando-se o ponto de corte de 25 mm. Os dados foram analisados no programa estatístico SPSS 13.0, por meio da estatística descritiva, teste do qui-quadrado e risco estimado (Odds Ratio). Resultados: a prevalência total de excesso de gordura corporal foi de 8,9% (n=107), sendo superior nas meninas 10,7% (n= 67) do que nos meninos 6,9%(40). Observou-se uma associação significativa entre o excesso de gordura corporal e o gênero ($X^2 = 5,186$ e $p=0,02$). As meninas apresentaram um risco estimado (Odds Ratio) de 1,60 e Intervalo de Confiança (IC = 1.065 – 2.414) em relação aos meninos. A etnia não mostrou relação com o excesso de gordura corporal nas crianças. Conclusão: a prevalência de EAC encontrada nesse estudo foi alta, corroborando com os relatos da literatura. Palavras-chave: adiposidade corporal, prevalência, obesidade.

4687

10

OBESIDADE NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA: INTERESSE E MOTIVAÇÃO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM SOBREPESO EM RELAÇÃO À ATIVIDADE FÍSICA

VÂNIA DE FÁTIMA MATIAS DE SOUZA - Universidade Estadual de Maringá

Antonio Augusto Aires - Universidade Estadual de Maringá

Schelyne Ribas da Silva - Universidade Estadual de Maringá

Vanildo Rodrigues Pereira - Universidade Estadual de Maringá

O objetivo deste estudo foi analisar o interesse e motivação de crianças e adolescentes com sobrepeso, de uma escola particular de Maringá – Paraná-Brasil, pela prática da atividade física na escola ou em situação semelhante. O estudo caracterizou-se como descritivo. A população foi composta por 215 alunos, foram analisados 27 indivíduos, 17 do sexo masculino e 10 do sexo feminino. Na amostra considerou-se apenas os sujeitos com sobrepeso e obesos, de acordo com IMC. Desses, 22 apresentaram sobrepeso e 5 obesidade. Outro instrumento foi um questionário, contendo questões abertas e fechadas versando sobre preferências, interesses de motivação pela prática de atividades físicas e esportivas, os hábitos alimentares e preocupações com o peso. O questionário produziu respostas que foram tratadas pela freqüência e percentual, bem como, pelo agrupamento do conteúdo das respostas abertas. De modo geral os resultados mais significativos indicaram que 77,8% dos pais cobram a perda do peso; 33,4% dos sujeitos têm de si próprios uma imagem negativa; 59,2% preferem o lazer passivo; 85,1% gostam de praticar algum tipo de atividade física; 63% afirmaram não se sentirem excluídos das atividades físicas em função do seu peso; 51,8% centram-se na reeducação alimentar como mais eficaz método de emagrecimento; 63,0% não procuraram nenhum tipo de auxílio para perda de peso; 66,7% responderam que não sentem dificuldades para realizar atividades físicas apesar do peso; 59,3% manifestou-se como não discriminada. Constatou-se que, é necessário ressaltar a importância de desenvolver hábitos saudáveis desde a infância, como a reeducação alimentar e aliar às atividades freqüentes, com orientação profissional e a participação dos pais.

4691

12

A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO CARDIOVASCULAR NA ESCOLA

GIULIANO TAVARES MARRAMARCO - IPA e UFRGS

Marcelo Faria Silva - IPA/UFRGS

Élio Carravetta - IPA

Adroaldo Cezar Araújo Gaya - UFRGS

Rafael Abeche Generosi - UFRGS

Sabe-se, atualmente, que a obesidade na fase escolar é preditiva de obesidade na vida adulta, por isso é importante diagnosticá-la, preveni-la e tratá-la o mais precocemente possível. A partir destes pressupostos, justificam-se investigações centradas em um melhor entendimento sobre o desenvolvimento de fatores de risco das doenças cardiovasculares (DCV) no decurso da fase escolar. A partir disto, o objetivo deste estudo é averiguar a presença de alguns indicadores biológicos na população de sobrepesos e obesos a partir do ambiente escolar que pré-dispõe a uma maior probabilidade do surgimento de doenças cardiovasculares. Sendo assim, esta investigação caracteriza-se como sendo descritiva do tipo transversal. A amostra foi composta de 50 escolares de 11 a 17 anos de uma escola privada de Porto Alegre (POA). Os marcadores biológicos utilizados foram triglicerídeos e colesterol. A medida de peso e estatura utilizada para o cálculo do IMC foi realizada durante as aulas de educação física. Os dados desta investigação foram analisados no programa estatístico SPSS for windows (versão 10.0). Os principais resultados apontaram para os seguintes resultados: 1) 42% dos meninos e 25% das meninas encontram-se na faixa de sobrepeso. 2) do total de escolares que se encontram na faixa de sobrepeso, 6,3% apresentam taxas de triglicerídeos elevados, bem como 4,2% de colesterol. Enfim, estes achados corroboram para a necessidade da estruturação de propostas políticas sociais voltadas a programas de diagnóstico e, posteriormente, intervenção no âmbito escolar e comunitária.

4713

13

ANÁLISE DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM ESCOLARES PERTENCENTES À ZONA RURAL

CRISTIANO NEVES DA ROSA - Universidade Luterana do Brasil
 Fabio Rosa dos Santos - Universidade Luterana do Brasil
 Osvaldo Donizete Siqueira - Universidade Luterana do Brasil
 Luiz Antonio Crescente - Universidade Luterana do Brasil
 Jose Geraldo Damico - Universidade Luterana do Brasil

Introdução: O índice de massa corporal (IMC) tem se mostrado uma das formas mais usuais para diagnóstico, classificação e acompanhamento do estado nutricional em crianças e jovens. Atualmente estudos que buscam evidenciar esses fatores são extremamente relevantes devido ao crescente aumento desses valores e estes estarem associados com futuras doenças. Objetivo: Avaliar os valores críticos propostos para definição de baixo peso (BP), normalidade (Normal) excesso de peso (EP) e obesidade (OB) em crianças de acordo com o PROESP-BR. Materiais e métodos: Foram avaliados 53 meninas e 55 meninos com idades entre 7 e 13 anos de idade, com médias (feminino de $10,11 \pm 1,88$ e masculino de $10,01 \pm 1,63$), escolares, de um município do interior do Rio Grande do Sul. As variáveis mensuradas foram peso (kg) e estatura (cm) e índice de massa corporal (IMC). A análise dos dados foi realizada através da estatística descritiva utilizando-se o programa SPSS versão 13.0. Resultados: Para os meninos obteve-se 83,63% classificados como "normal" sendo 10,90% como "excesso de peso" e 3,63% como "obesidade". Não houve meninos classificados como "baixo do peso". Para as meninas 84,91% foram classificadas como "normal", 3,77% baixo peso, 5,66% excesso de peso e 3,77% como obesidade. Conclusão: Dessa forma tanto os meninos quanto as meninas apresentaram valores percentuais extremamente altos para normalidade, contrariando pesquisas mais recentes que apresentaram valores opostos evidenciando excesso de peso e obesidade para a mesma população. Houve pequena disposição para excesso de peso e obesidade para os dois sexos. Os meninos não apresentaram valores abaixo do peso diferentemente de um pequeno percentual das meninas.

4716

14

ATIVIDADES FÍSICAS E ESCOLARES OBESOS E COM SOBREPESO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

MARI DIONE FERREIRA - ULBRA
 Doralice Orrigo da Cunha Pol - ULBRA
 Evelyn Souto Martins Muller - ULBRA

O presente estudo verificou que tipo de atividades motivam escolares obesos e com sobrepeso, de ambos os sexos na faixa etária de 7 a 10 anos, a praticar as aulas de Educação Física em duas escolas de Gravataí. Este estudo caracterizou-se como uma pesquisa quantitativa descritiva composta de 21 perguntas, sendo utilizado dois questionários fechados. A população estudada foi composta por 82 crianças, 42 meninas e 40 meninos, os escolares foram selecionados através do critério, a princípio visual. Para obtenção das variáveis peso e altura, utilizou-se uma tabela publicada pela OMS. Verificou-se através dos resultados que 28,6% das meninas da amostra estudada nas escolas, estão com sobrepeso e 71,4% encontram-se dentro da faixa de obesidade. Entre os meninos 12,5% da amostra encontra-se com sobrepeso e 87,5% estão obesos. Verificou-se que tanto as meninas quanto os meninos gostam e participam das aulas de Educação Física e sentem-se alegres com isso, porém uma porcentagem significativa, em ambos os sexos, gostam pouco de realizar todas as atividades propostas. Segundo os resultados obtidos na pesquisa, as atividades que mais motivam as meninas obesas e com sobrepeso são: dançar, exercícios físicos, saltar, pular corda, atividades de competição, jogar vôlei, movimentar, brincadeiras, jogos recreativos, atividades com arcos. Já entre os meninos, as atividades que mais os deixam motivados são: jogar futebol, exercícios físicos, correr, atividades de competição, jogar vôlei, movimentar, brincadeiras, jogos recreativos, atividades de circuito, arremessar e jogar pingue-pongue. Conclui-se então, que mesmo as crianças obesas e com sobrepeso gostam de praticar vários tipos de atividades físicas na escola, apesar do rótulo que as apontam como preguiçosas.

4776

15

EFEITOS DA IDADE CRONOLÓGICA E DA MATUREZA BIOLÓGICA NA POTÊNCIA AERÓBIA EM ESCOLARES DE CANOAS

ROBSON GEIGER BRAGA - Unilasalle
 Claudio Roberto Escobar Paiva - Unilasalle

Introdução: O teste de potência aeróbica é de fundamental importância, tanto para atletas quanto para indivíduos sedentários, objetivando determinar parâmetros de controle dos seus níveis de treinamento. Objetivo: Identificar o consumo máximo de oxigênio em escolares de mesma idade cronológica, em diferentes níveis maturacionais. Métodos: Os grupos foram divididos por I.C. 10 a 12 anos e 13 e 14 anos para ambos os sexos, e subdivididos por níveis maturacionais, o grupo de 10 a 12 anos em pré-púberes e o grupo de 13 e 14 púberes e pós-púberes, para identificação da potência aeróbica foi aplicado o teste vai e vem 20 metros, que nos dá a predição do VO₂ de forma indireta. Resultados: No grupo 1 (G1), (n=5) com maturação sexual classificadas como pré-púberes (M1), e (n=5) com maturação sexual classificadas como Púberes (M2). Onde se observou que a média do grupo (M1) ficou em 46,28 ml/kg/min com um DP de 2,92, e o grupo (M2) ficou em 46,40 ml/kg/min com um DP de 3,54. No grupo 2 (G2), (n=6) do sexo feminino, com I.C compreendidas entre 10 e 12 anos, (n=3) com maturação sexual classificadas como (M1), e (n=3) com maturação sexual classificadas como (M2). Onde se observou que a média do grupo classificadas como (M1) ficou em 41,06 ml/kg/min com um DP de 2,45, e o grupo classificadas como (M2) ficou em 43,00 ml/kg/min com um DP de 1,26. Conclusões: A maturação Biológica influenciou no consumo máximo de oxigênio em todos os grupos descritos na amostra, indivíduos em níveis maturacionais mais elevados apresentaram valores superiores, principalmente no grupo onde se apresentaram indivíduos nos estágios finais, considerados já num estágio adulto em nível de maturação.

4779

16

DESEMPENHO MOTOR DE ADOLESCENTES OBESOS E NÃO OBESOS: O EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO REGULAR

JULIANA EWELIN DOS SANTOS - Cesumar - Centro Universitário de Maringá
 Sérgio Roberto Adriano Prati - Cesumar
 Marina Santin - Cesumar

Desempenho motor é um forte indicativo de aptidão física. Crianças e adolescentes regularmente ativos poderão desenvolver capacidades físicas relacionada à saúde. O objetivo desse trabalho foi comparar níveis de desempenho motor de adolescentes obesos submetidos a um programa de exercícios para emagrecimento com adolescentes não obesos de Maringá. A amostra foi composta por 25 adolescentes obesos voluntários (GO) com idades de 11 a 17 anos que apresentaram índice de massa corporal (IMC) maior que 25Kg/m². Para a amostra controle (GC) foram selecionados 102 estudantes de um colégio público da mesma faixa etária (IMC médio = 21,3kg/m²). Como variável de desempenho motor foi utilizado o teste de 12 minutos. O grupo experimental foi acompanhado durante 4 meses com exercícios aeróbicos para emagrecimento, exercícios de resistência e força muscular e de flexibilidade. As sessões de exercícios duravam 60 minutos duas vezes por semana. Para análise dos dados utilizou-se o teste "t" de Student para amostra dependente e independente com nível de confiança de 95%. Os resultados, inicialmente não houve diferença significativa entre os grupos de adolescentes, tendo os não obesos melhor desempenho do que obesos. Após quatro meses de intervenção a diferença não mais existiu. Também foi apresentada diferença significativa entre pré e pós teste no GO tendo melhor desempenho no teste de 12 minutos. Sugerindo que programas de exercício físico para obesos podem proporcionar melhor desenvolvimento cardiorespiratório favorecendo saúde geral ajudando no emagrecimento saudável. Entretanto há forte indicador de que a vida sedentária mesmo em pessoas magras pode ser fator preocupante devido às consequências que a vida sedentária pode proporcionar.

4837

17

FORMAÇÃO CONTINUADA DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE MUNICIPAL DE FLORIANÓPOLIS

CHARLES SCHNORR - Prefeitura Municipal de Florianópolis
Fabio Pedro Serafin - PMF - SME

As atitudes e comportamentos dos professores de Educação Física (PEF) da Rede Municipal de Ensino de Fpolis (RMEF) e o seu processo de Formação Continuada (FC) são objetos de análise e constante revisão pelos assessores pedagógicos da RMEF. Nesta perspectiva, este estudo busca descrever as necessidades dos PEF da RMEF. Participam desta FC aproximadamente 80 PEF da RMEF. Para avaliar este processo e os PEF envolvidos, uma análise documental e uma atuação participante tornou-se necessária e apontou que determinadas ações de FC levam à reflexão entre os PEF e sucessiva aquisição de conhecimentos, além de reforçar que o ambiente das unidades escolares é extremamente propício para trocas interdisciplinares entre profissionais. No caso dos PEF foi destacado o fato deste tratar diretamente com as atividades físicas, estando mais próximo do contexto de estilo de vida e do cotidiano das pessoas, o que lhe possibilita uma maior proximidade da realidade de seus alunos e famílias. Contudo, carências foram constatadas nos PEF: a falta de uma posição, de um consenso sobre a abrangência da profissão de EF e seus paradigmas; a necessidade de um maior envolvimento e fomento no âmbito das pesquisas e do envolvimento acadêmico. Constatou-se a falta de uma postura mais adequada dos PEF, decorrente, entre outros fatores, da baixa auto-estima em relação a profissionais de outras áreas, apesar de ser observado que uma de suas principais potencialidades é a sua capacidade de relacionamentos didáticos. As evidências encontradas apontam para a relevância da FC no processo de reflexão do PEF, especialmente sobre a constante revisão dos temas da área e o reconhecimento da necessidade de uma atuação integrada com os demais profissionais da escola.

4860

19

ESPORTE ESCOLAR NA UNIVERSIDADE

ALEXANDRO TRINIDADE MASCARENHAS - Universidade Luterana do Brasil - Ulbra
Nestor Lechner - Ulbra
Cleber Garcia - Ulbra
Doralice Arrigo da Cunha Pol - Ulbra
Antonio Luis Carvalho - Ulbra

O projeto esporte escolar na universidade é um projeto desenvolvido pelo centro de estudo CEEFICE do curso de Educação Física da Ulbra e realizado desde 2004 com alunos da Rede Municipal. O atendimento é feito na piscina do curso, um dia por semana. Os objetivos foram identificar as intervenções que o esporte escolar natação apresentou aos alunos; identificar a relação entre aluno e aluno com a prática do esporte escolar e identificar com os professores as suas mudanças sociais. Foi utilizado um questionário realizado pelos pesquisadores e validado por dois profissionais da área. Como resultados 80.95% melhoraram seu relacionamento com os colegas depois do início do projeto de natação e destes 42.85% relataram que foi devido ao aumento do diálogo entre eles. Lembrar o colega do compromisso, avisar do horário de saída correspondeu a 61,90% e saber por que o colega não vai compõem 100% dos alunos. O projeto tornou-os mais responsáveis em 23.80%, 14.28% informaram que estão com mais saúde. Quanto à melhora da saúde, informaram que sim 90.47%. 100% dos alunos estão satisfeitos e 47.61% deles deram valor ao aprendizado, 23.80% pela grande oportunidade, 14.28% pela saúde. Quanto aos critérios para que o aluno seja escolhido para participar do projeto, 40% citaram que é o comportamento, 28.57% ter boa nota. Ao aprendizado quando comparado com a entrada no projeto 90.47% melhorou, pois 47.61% não sabia nadar e aprendeu. Em relação aos professores, o relacionamento entre aluno e aluno, e aluno e professor melhorou após o início do projeto e que o mesmo está colaborando à socialização dos alunos. O presente estudo conclui que este projeto apresenta resultados significativos em relação à socialização, à atividade física e à saúde.

4859

18

ALTERAÇÕES SEMESTRAIS NO COMPORTAMENTO DAS VARIÁVEIS DE CRESCIMENTO FÍSICO EM ESCOLARES RURAIS

SIMONE KRABBE - Escola Estadual Marquês de Maricá - Vila Lângaro/RS
Cândido Simões Pires Neto - UNIGUAÇU - União da Vitória/ Paraná
Sandro Jozemar Dias - Universidade de Passo Fundo - UPF/RS

O levantamento de informações sobre o crescimento físico principalmente nas aulas de Educação Física, tem sido amplamente investigado. Quando bem coletadas e analisadas essas informações poderão subsidiar a implementação de políticas e programas de intervenções direcionadas à promoção da saúde, com o intuito de contribuir para que as crianças e adolescentes adotem um estilo de vida mais saudável. O objetivo deste estudo foi analisar as alterações semestrais no comportamento das variáveis de crescimento físico em escolares rurais do sexo masculino. Foram analisados os dados de meninos com idades médias de $13,45 \pm 0,82$ anos, residentes na região rural do município de Vila Lângaro, RS. A amostra foi constituída de forma não aleatória, sendo composta por 20 meninos. As variáveis analisadas foram: massa corporal, estatura, índice de massa corporal, comprimento tronco-cefálico e de membros inferiores, diâmetros biestilóide e biépicondilar, perímetro do antebraço, perímetro da cintura e do quadril. A análise dos dados constou da estatística descritiva, ANOVA para medidas repetidas e post-hoc de Tukey e teste t de Student para uma amostra, sendo $\alpha < 0,05$. Os resultados indicam que: a estatura e a massa corporal, assim como o IMC estão acima dos valores propostos pelo NCHS/CDC (2000); não foi observado surto de crescimento e, sim, uma constância de crescimento nessa média de faixa etária; os diâmetros ósseos apresentaram diferenças estatisticamente significante somente no úmero. Os valores obtidos podem gerar subsídios para que os profissionais de educação física possam realizar suas intervenções, contribuindo na melhoria da qualidade desses indicadores de crescimento físico.

4874

20

O ALUNO PARALISADO CEREBRAL E A TECNOLOGIA ASSISTIVA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

FRANCIELE RAMOS FIGUEIRA - Centro Universitário Feevale
Denise Inazacki Rangel - Centro Universitário FEEVALE

A presença de alunos com Necessidades Educacionais Especiais nas classes regulares de ensino, cresce gradativamente. No trabalho com estes alunos, incluindo-se o portador de Paralisia Cerebral(PC), é importante compreender que cada um possui características próprias e diferentes valores, experiências e comportamentos. É necessário desenvolver atitudes que possibilitem sua realização pessoal e social, para que se torne um cidadão ativo, crítico e participativo. Este estudo teve como objetivo analisar a aplicação da Tecnologia Assistiva(TA) com alunos que apresentam PC nas aulas de Educação Física. Refere-se a uma pesquisa descritiva, com observações não participantes nos ambientes em que ocorrem aulas de Educação Física para crianças com PC. Foram escolhidas duas escolas, onde professores estão trabalhando na inclusão de crianças com PC, em aulas de Educação Física e realizadas entrevistas com estes profissionais. Utilizou-se a técnica de análise de conteúdo para interpretar os resultados através de categorias. A partir da análise entendeu-se que: os métodos utilizados para atender diferem de acordo com o grau de severidade da paralisia; existem possibilidades de comunicação das professoras com os alunos, porém foram verificados sentimentos de frustração frente às dificuldades em entender os seus alunos; existe pouco conhecimento referente à Tecnologia Assistiva, entendendo-se esse aspecto a partir de uma interpretação vinda de informações cotidianas, sem conhecimento teórico específico. A Comunicação Alternativa surge na pesquisa como sendo uma forma de comunicação entre professores e alunos, o que não podemos deixar de considerar TA, já que a expressão corporal também é uma forma alternativa de se comunicar.

PÔSTERES 3 – ÁREA TEMÁTICA 8: ATIVIDADE FÍSICA E ENVELHECIMENTO**3707****1****ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS**

FRANCINE RODRIGUES SILVA - Faculdades Integradas Facvest
Edna Maria de Oliveira Mendes - Faculdades Integradas FACVEST
Daniela Branco Liposcki - UDESC

Introdução: O conceito de qualidade de vida (QV) está relacionado com sensação de bem-estar, ter autonomia, independência, satisfação pessoal. Os benefícios da atividade física (AF) regular para a população idosa são observados em vários estudos; pois pode produzir efeitos benéficos no sistema músculo esquelético, proporcionar maior sociabilidade, minimizar os problemas psicológicos e consequentemente uma melhor QV. Objetivos: Verificar a relação entre a prática regular de AF e a QV dos idosos. Metodologia: Estudo descritivo transversal. Amostra de 101 idosos, pertencentes ao Núcleo de Estudo e Pesquisa em Educação Física –NEPEF Lages, SC. Teve como instrumentos de coleta uma entrevista sobre a prática regular de AF (3x/semana), e para avaliar a QV foi utilizado o Questionário SF36 (Ciconelli, 1999). Os dados foram analisados no SPSS-13.0 (APACHE, 2004). Utilizou-se para a normalidade dos dados o teste “Kolmogorov-Smirnov”; e para análise da relação testes não-paramétricos “Qui-quadrado”, com nível de significância fixado em 5%. Resultados: Amostra de 101 idosos, com idades entre 60 e 106 anos ($X=77,05$), sendo 38 homens e 63 mulheres. Houve relação significativa entre as variáveis ($p=0,048$), sendo que 79,4% dos praticantes de AF possuem uma boa ou ótima QV; e 44,7% dos não praticantes possuem uma QV ruim ou regular e somente 1,6% dos que praticam AF relataram ter uma QV ruim. Conclusão: A maioria dos idosos que praticam AF regular possuem uma QV melhor em relação aqueles que não praticam, demonstrando os benefícios da prática regular de AF para a melhor qualidade de vida da população idosa.

3737**2****LIMITAÇÃO POR ASPECTOS FÍSICOS E INCIDÊNCIA DE QUEDAS EM IDOSOS**

MARCOS ANTONIO DELAVEDOVA - Facvest
Marcos Antonio Delavedova - Faculdades Integradas - Facvest
Daniela Branco Liposcki - Faculdades Integradas - Facvest

Introdução: A probabilidade de um idoso experimentar os declínios funcionais do envelhecimento aumenta com sua longevidade, podendo ter como consequência a “limitação por aspectos físicos” (LAF) e a incidência de eventos incapacitantes, como as quedas. A atividade física regular pode contribuir para uma melhor aptidão física e prevenir a incidência de quedas nos idosos. Objetivos: Avaliar a LAF e investigar a relação com a incidência de quedas em idosos. Metodologia: Estudo descritivo transversal. Amostra de 101 idosos, pertencentes ao Núcleo de Estudo e Pesquisa em Educação Física –NEPEF Lages, SC. Teve como instrumentos de coleta uma entrevista sobre a incidência de quedas nos últimos seis meses, e para avaliar a LAF foi utilizado o Questionário SF36 (Ciconelli, 1999). Os dados foram analisados no SPSS-13.0 (APACHE, 2004). Utilizou-se para a normalidade dos dados o teste “Kolmogorov-Smirnov”; e para análise da relação testes não-paramétricos “Qui-quadrado”, com nível de significância fixado em 5%. Resultados: Amostra de 101 idosos, com idades entre 60 e 106 anos ($X=77,05$), sendo 38 homens e 63 mulheres. Houve relação significativa entre as variáveis ($p=0,023$), sendo que 66,2% dos idosos que não sofreram quedas possuem pouca ou nenhuma LAF; e 43,3% que sofreram quedas relataram possuir muita limitação. Independente da incidência de quedas 59% dos idosos apresentaram LAF. Conclusão: A maioria dos idosos apresentou LAF, e houve relação com a incidência de quedas. Ficando evidente a importância da manutenção dos aspectos físicos para a prevenção da incidência de quedas nesta faixa etária, o que corrobora com a literatura.

3816**3****DOR E LIMITAÇÃO POR ASPECTOS FÍSICOS EM IDOSOS**

PRISCILLA DE LIMA ARAUJO - FACVST
Valéria Rosa Alano - FACVEST
Daniela Branco Liposcki - UDESC

Introdução: A probabilidade de um idoso experimentar os declínios funcionais do envelhecimento aumenta com sua longevidade, podendo ter como consequência a “limitação por aspectos físicos” (LAF) e a incidência de eventos incapacitantes, como a presença de dor. A atividade física regular pode contribuir para uma melhor aptidão física e prevenir a incidência de episódios de dor nos idosos. Objetivos: Avaliar a LAF e investigar a relação com a presença de dor em idosos. Metodologia: Estudo descritivo transversal. Amostra de 101 idosos, pertencentes ao Núcleo de Estudo e Pesquisa em Educação Física –NEPEF Lages, SC. Teve como instrumentos de coleta uma entrevista sobre a incidência de quedas nos últimos seis meses, e para avaliar a LAF foi utilizado o Questionário SF36 (Ciconelli, 1999). Os dados foram analisados no SPSS-13.0 (APACHE, 2004). Utilizou-se para a normalidade dos dados o teste “Kolmogorov-Smirnov”; e para análise da relação testes não-paramétricos “Qui-quadrado”, com nível de significância fixado em 5%. Resultados: Amostra de 101 idosos, com idades entre 60 e 106 anos ($X=77,05$), sendo 38 homens e 63 mulheres. Houve relação significativa entre as variáveis ($p=0,00$), sendo que 80% dos idosos que possuem “muita” LAF, apresentam episódios de dor “moderada a intensa” e 67% dos que não possuem LAF, apresentam “ausência” de dor. Conclusão: A maioria dos idosos apresentou LAF, e houve relação com a presença de dor.

3879**4****APTIDÃO MOTORA DE IDOSOS LONGEVOS**

DANIELA BRANCO LIPOCKI - Faculdades Integradas Facvest
Fernanda da Costa Borges - Universidade do Estado de Santa Catarina
Mauren Salin - Associação Educacional Luterana Bom Jesus IELUSC

Introdução: Estudos apontam que a probabilidade de um idoso experimentar os declínios biológicos do envelhecimento, aumenta com sua longevidade. No Brasil, pesquisas sobre a aptidão motora dos idosos longevos são muito escassas, ficando evidente a necessidade destes estudos, para a compreensão mais clara do processo de envelhecimento motor, favorecendo assim estratégias de intervenção preventiva e de tratamento, para a melhoria da qualidade de vida destes idosos. Objetivos: Avaliar a aptidão motora de idosos longevos. Metodologia: Estudo descritivo transversal. Amostra de 50 idosos, pertencentes ao NEPEF- Lages, SC. Teve como instrumento de coleta a Escala Motora para Terceira Idade – EMTI (ROSA NETO, 2004). Os dados foram analisados no SPSS-13.0 (APACHE, 2004). Utilizou-se para a normalidade dos dados o teste “Kolmogorov-Smirnov”; e para análise da relação testes paramétricos, com nível de significância fixado em 5%. Resultados: Amostra de 50 idosos, com idades entre 80 e 106 anos ($X=84,76$), sendo 22 homens e 28 mulheres. A distribuição dos dados foi paramétrica ($p=0,20$), sendo que 46% dos idosos obtiveram classificação da aptidão motora como “muito inferior”, 20% “inferior” e somente 34% ficaram dentro dos padrões considerados “normais” de acordo com a EMTI. Houve correlação com significância estatística entre a aptidão e a idade, sugerindo que quanto maior a idade, menor a aptidão motora destes idosos. Conclusão: A maioria dos idosos estudados possui uma aptidão motora deficiente, sendo que os mais velhos apresentam uma menor aptidão, o que corrobora com a literatura. A prática regular de atividade física pode intervir na aptidão motora dos idosos, melhorando qualidade de vida.

3905

5

ATIVIDADE FÍSICA, CAPACIDADE FUNCIONAL E ESTADO GERAL DE SAÚDE DE IDOSOS ACIMA DE 80 ANOS

ANA PAULA RODRIGUES - Faculdades Integradas FACVEST
 Ana Elisa Rodrigues - Faculdades Integradas FACVEST
 Daniela Branco Liposcki - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC

Introdução: A prática regular de atividade física (AF) minimiza os declínios da capacidade funcional (CF), que é necessária para que o idoso tenha uma vida independente, e consequentemente um melhor estado geral de saúde (EGS). Objetivos: Verificar a relação entre a prática regular de AF, a CF e o EGS de idosos acima de 80 anos. Metodologia: Estudo descritivo transversal. Amostra de 50 idosos acima de 80 anos, de ambos os sexos, pertencentes ao NEPEF/FACVEST -Lages, SC. Teve como instrumentos de coleta uma entrevista sobre a prática regular de AF (3x/semana) e para avaliar a CF e EGS foi utilizado o Questionário SF36 (Ciconelli, 1999). Os dados foram analisados no SPSS versão 13.0 (APACHE, 2004). Utilizou-se para verificar a normalidade dos dados o teste "Kolmogorov-Smirnov"; e para análise da relação testes não-paramétricos "Qui-quadrado", com nível de significância fixado em 5%. Resultados: Amostra de 50 idosos, com idades entre 80 e 106 anos ($X=84,76$), sendo 22 homens e 28 mulheres. Quanto à prática de AF 31 idosos (62%) praticam e 19 (38%) não praticam. Não houve relação entre a prática de AF, CF e EGS ($p=0,209$), porém, independente da AF, houve relação significativa entre as variáveis CF e EGS ($p=0,005$), sendo que 80% dos idosos com CF "ruim" possuem seu EGS "ruim", enquanto que 72,5% dos que possuem uma "ótima" CF, relataram possuir uma "excelente" saúde. Conclusão: A CF dos idosos acima de 80 anos, está diretamente relacionada com seu EGS. E apesar de não ter havido relação estatisticamente significativa, nesta amostra, a maioria dos idosos estudados praticam AF e possuem uma melhor CF e EGS.

4006

7

REPRODUTIBILIDADE DE UMA BATERIA DE TESTES DE ATIVIDADE DE VIDA DIÁRIA PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL

CAROLINA ROBORTELLA NOGUEIRA - Universidade Gama Filho
 Sumaia Malheiros Rocha - Universidade Gama Filho
 Willian Ruivo Wildner - Universidade Estadual de Londrina
 Márcia Greguol Gorgatti - Universidade Estadual de Londrina

O processo de envelhecimento é caracterizado pela soma de todas as alterações dos aspectos biológico, psicológico e social que ocorrem com o passar dos anos de um indivíduo e está associado às limitações fisiológicas e funcionais. Todos estes aspectos dificultam a realização das atividades da vida diária (AVDs) e consequentemente interferem diretamente na independência do indivíduo. A visão adequada também é um importante fator para melhor execução de AVDs. Assim, a deficiência visual associada ao envelhecimento pode ser compreendida como um limitador ainda maior para a realização de tais atividades. O objetivo deste artigo foi verificar a reprodutibilidade da bateria Functional Fitness Test de Rikli e Jones (1999) para idosos com deficiência visual. Participaram deste estudo 18 pessoas com deficiência visual total, congênita ou adquirida a mais de 30 anos com idade acima de 55 anos e de ambos os sexos. A reprodutibilidade dos testes foi analisada utilizando-se os resultados médios obtidos no teste e no reteste com 15 dias de intervalo e calculando-se o Coeficiente de Correlação Intraclassas. Em todos os testes da bateria a reprodutibilidade foi verificada, visto que o Coeficiente de Correlação Intraclassas encontrado foi sempre maior do que 0,85. Assim, a bateria Functional Fitness Test para idosos pôde ser considerada reprodutível para a população pesquisada, tornando-se assim mais um subsídio científico e prático para a avaliação das AVDs para pessoas com deficiência visual.

3924

6

UM PROGRAMA DE RESISTÊNCIA MUSCULAR LOCALIZADA AUMENTA OS NÍVEIS DE FORÇA EM MULHERES PORTADORAS DE OSTEOPOROSE

ADRIANA BARNI TRUCCOLO - Universidade Luterana do Brasil

Estudos mostram que a redução na capacidade de produção de força, observada com o envelhecimento, tem como causa principal a diminuição da massa muscular, devido a doenças crônicas ou à atrofia por desuso. O objetivo deste estudo foi verificar o efeito do treinamento de um ano, na força de membros superiores e inferiores, em 25 mulheres portadoras de osteoporose primária, com idade entre 60 e 73 anos. O grupo exercitou 3 vezes por semana, durante 1 hora, em atividades de resistência muscular localizada e alongamento. Todas as avaliadas obtiveram ganhos na força tanto de membros superiores quanto de membros inferiores. Com relação a membros superiores, comparando-se os resultados do pré-teste com os do pós-teste (10% da amostra apresentaram resultados considerados superiores para sexo e faixa etária no pré-teste vs. 33.3% no pós-teste), observaram-se resultados significativos a um nível de confiança de 5% fazendo uso do teste t de student. O mesmo ocorreu com a avaliação de membros inferiores; enquanto no pré-teste 6.6% da amostra apresentaram resultados considerados superiores para sexo e faixa etária, ao final de um ano de programa 23.3% da amostra apresentaram resultados considerados superiores para sexo e faixa etária. Conclui-se, pelos resultados obtidos, que idosas portadoras de osteoporose primária e fazendo reposição hormonal, quando do ingresso em um programa regular de atividade física, com ênfase em exercícios de sobrecarga, têm condições de aumentar seus níveis de força. Palavras-chave: Força, Osteoporose, Envelhecimento.

4031

8

INFLUÊNCIA DA IDADE NO TRANSPORTE DE GLICOSE NO MÚSCULO ESQUELÉTICO DURANTE A CONTRAÇÃO IN VITRO

JULIA MATZENBACHER DOS SANTOS - Faculdade de Desporto - Universidade do Porto
 Anelise Reis Gaya - Universidade do Porto - FADEUP - CIAFEL – Centro de Investigação em Actividade Física, Saúde e Lazer
 Sandra Aparecida Benite-Ribeiro - Universidade do Porto - FADEUP - CIAFEL - Centro de Investigação em Actividade Física, Saúde e Lazer
 Glória Queiroz - Universidade do Porto - Faculdade de Farmácia
 José Alberto Duarte - Universidade do Porto - FADEUP - CIAFEL – Centro de Investigação em Actividade Física, Saúde e Lazer

Durante a evolução ontogenética ocorrem inúmeras alterações estruturais e funcionais no músculo esquelético, nas quais se incluem, logo nas primeiras semanas de vida, a redução do transporte muscular de glicose (TMG), quer em condições basais, quer após estimulação pela insulina. Contudo, porque a influência da idade no TMG durante a contração muscular (CM) não foi ainda averiguada, o presente estudo teve por objectivo investigar, em ratos Wistar de diferentes idades [com 4 ($n=5$), 9 ($n=5$) e 22 ($n=5$) semanas], o TMG in vitro, em situações basais e durante a CM. De cada animal retiraram-se os 2 músculos soleus os quais, mantidos em tampão de Krebs, foram montados num estimulador eléctrico conectado a um transdutor isométrico, com uma tensão de 10g. Após 60min de incubação, foram adicionados ao banho 0,2 mCi/ml de 2-[3H]-deoxy-D-glicose e 0,06 µCi/ml de [14C]-D manitol. O músculo esquerdo foi estimulado durante 30min com pulsos eléctricos de 10seg/min (10 Hz, 10V, 20ms) e o direito foi mantido no banho sem estimulação. Cada músculo foi posteriormente homogeneizado para quantificação da radioatividade por cintilação espectrofotométrica. A captação de glicose foi corrigida para o volume intracelular, pelo cálculo (via manitol) dos volumes intersticial e intracelular. Em situações basais, o TMG foi significativamente maior às 4 semanas ($P < 0,05$, Kruskal Wallis/Dunm), não se observando diferenças entre os músculos de 9 e 22 semanas. A CM aumentou o TMG em todos os grupos ($P < 0,05$, Kruskal Wallis/Dunm), tendo os maiores valores sido registados nos ratos de 4 semanas. Os resultados demonstraram que a CM aumenta o TMG e que a idade o influencia negativamente, quer em situações basais, quer após estimulação pela CM.

4060

9

PERSONAL TRAINER E O IDOSO

DANIELA LIMA DE AGUIAR - Universidade do Estado de Santa Catarina. Centro de Ciências da Saúde e do Esporte - CEFID/UEDESC

Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães - Universidade do Estado de Santa Catarina - Centro de Ciências da Saúde e do Esporte - CEFID/UEDESC

A prática de atividades físicas proporciona a integridade biopsicossocial necessária à longevidade com qualidade de vida. O trabalho investigou a atuação do personal trainer com o idoso. Foi descritivo e a amostra intencional, composta por 11 pessoais e 16 idosos com média de idade de 31 e 68 anos respectivamente. Utilizou-se 2 questionários, um destinado aos pessoais e outro aos idosos. Para análise estatística, uso-se a descritiva. A maioria dos pessoais são casados e do sexo masculino, graduados em Educação Física em média há 5 anos, possuem especialização, participam de cursos/congressos e já realizaram publicação científica. Trabalham como personal em média 5,5 anos e com idosos há 3,3 anos, possuem pelo menos 1 aluno. Atendem o idoso em casa, o meio de divulgação utilizado é o informal e há profissionais de áreas afins indicando seu trabalho. Para o personal o idoso a busca o serviço pela necessidade especial. Com relação aos idosos, a maioria é do sexo feminino, casados e com ensino superior completo, aposentados e possuem uma renda mensal acima de 8 salários mínimos. Praticavam atividades físicas com personal antes de contratar o atual, fazem 2 aulas de 1h por semana, contratam o serviço há 2 anos, têm seus objetivos alcançados, e constatam isso através de sua qualidade de vida. A maioria procura conhecer a formação do personal, mostram-se indiferentes com relação ao sexo e a idade, acha o valor da hora/aula adequado, contratam o serviço pela saúde, à competência é à característica que leva o idoso manter o serviço e esperam do mesmo, resultado e um treino fundamentado. Os pessoais são habilitados, procuram o seu aperfeiçoamento e seu trabalho é satisfatório, pois atende as expectativas dos idosos.

4103

10

IDOSOS E UNIVERSIDADE ABERTA A TERCEIRA IDADE

MARCOS ALFREDO NEIVA SOUZA - Universidade do Estado da Bahia
Sandra Regina Farias

As previsões de alto crescimento da população idosa no mundo e no Brasil, que segundo dados estatísticos é de mais 14,5 milhões de pessoas com 60 anos ou mais. Leva-me a realizar uma pesquisa para estudar as condições dos idosos numa perspectiva de promoção da saúde, cidadania e a universidade aberta da terceira idade-UATI/UNEB Universidade do Estado da Bahia. Como a Universidade Aberta a Terceira Idade contribui para a promoção da saúde e cidadania do idoso, e tendo como objetivo compreender a contribuição da Universidade Aberta a Terceira Idade neste sentido. Com o crescimento da população idosa na Bahia e no Brasil, houve a necessidade de procurarmos fazer uma pesquisa sobre a Universidade da Aberta da Terceira Idade, no nosso país só foram realizados atualmente pouco mais de 150 programas, aos quais pouco se foi pesquisado partindo deste pressuposto, iremos realizar um estudo voltado para população idosa no campo da promoção da saúde assim melhorando sua capacidade funcional para as atividades da vida diárias dentre outras, a cidadania onde o idoso adquiriu uma concepção dos direitos e deveres que por eles foram conquistados, a Universidade Aberta a Terceira Idade, que busca a integração e conhecimento dentro de uma perspectiva de educação, cultura e lazer para os idosos, será realizada pesquisa qualitativa onde compreende um conjunto de diferentes técnicas interpretativas que visam a descrever e a decodificar os componentes de um sistema complexo de significados. Estudo de caso de profundo e exaustivo de um ou de poucos objetos. Entrevista semi-estruturada de temas a serem abordados. Análise de conteúdo onde o sentido do trabalho esteja logicamente inserido no contexto da pesquisa.

4254

11

APTIDÃO AERÓBIA DE MULHERES IDOSAS MEDIANTE PROGRAMA DE ATIVIDADES FÍSICAS GENERALIZADAS INCLUINDO CAMINHADAS REGULARES COM OU SEM SUPERVISÃO

VALÉRIA CALEGARI DOS SANTOS - Faculdade Euclides da Cunha - FEUC

Marcelo Simões Mendes - FEUC - Faculdade Euclides da Cunha

Juliana Marin Orfei - FEUC - Faculdade Euclides da Cunha

Márcio Pereira da Silva - FEUC - Faculdade Euclides da Cunha

Foi nosso objetivo, avaliar a capacidade aeróbia (CA) de 10 mulheres (59,5±6,7 anos) que faziam 3 sessões semanais (2hs/sessão) de alongamento, exercício resistido e caminhada, de 02/2005 a 07/2006 (P1). De 08/2006 a 04/07 (P2), a duração das sessões reduziu para 1h/sessão, e a caminhada passou a ser realizada espontaneamente fora das sessões. Nestes períodos, avaliou-se: tempo (T), variação de tempo (ΔT), frequência cardíaca (FC) e variação de frequência cardíaca (ΔFC) ao final do teste de CA da AAHPERD. Aplicou-se análise de variância e teste t de Student, conforme as condições avaliadas, com $p < 0,05$. A menor CA obtida no P2 em relação ao P1 [$\Delta T (+14" \pm 26"$ e $-23" \pm 31"$) e $\Delta FC (+9,20 \pm 18,36$ e $-18,40 \pm 22,39$), respectivamente] levou à aplicação de questionário para avaliar a qualidade das caminhadas feitas fora das sessões, identificando 2 grupos: (CR) caminhadas regulares (4 vezes/sem) de intensidade leve; (SC) sem caminhada. T ao final de P2 diferiu significativamente entre os grupos (CR=8'21"±41"; SC=9'47"±1'5"), e foi semelhante ao T no final de P1 para ambos (CR=8'13"±34"; SC=9'23"±41"). ΔT em P2 foi semelhante entre os grupos (CR=+8"±12"; SC=+23"±40"), não diferindo da ΔT em P1 (CR=-22"±39"; SC=-23"±16"). A FC final de P2 não diferiu entre CR (113±7,7) e SC (109,5±24,6), e aumentou em relação à FC final de P1 obtida por CR (97±15,9). Ambos os grupos apresentaram pior ΔFC em P2 comparada a P1 (CR=+16±19,7 e -14,3±24,7; SC=-1±11,6 e -24,5±20,1), não diferindo entre si quanto aos valores de ΔFC em P2. Conclui-se que apesar da regularidade, a intensidade adotada por CR não suportou melhorias significativas na CA, e que, portanto, a adequada supervisão da intensidade é fator importante para o êxito num programa de caminhada.

4275

12

PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO, CLÍNICO, FÍSICO E FUNCIONAL DE IDOSOS EM SEGUIMENTO AMBULATORIAL

GRACE ANGÉLICA DE OLIVEIRA GOMES - Unicamp

Fernanda Aparecida Cintra

Este estudo teve como objetivo descrever o comportamento das variáveis sociodemográficas, clínicas, físicas e funcionais de idosos em atendimento ambulatorial em hospital universitário. Foram entrevistados 145 idosos, utilizando-se um questionário com dados sociodemográficos, clínicos, ocorrência de quedas e prática de atividade física. Os sujeitos foram, ainda, avaliados com respeito a: nível de independência funcional, por meio da Medida de Independência Funcional (MIF); desempenho físico, através do Short Performance Physical Battery (SPPB); força de preensão manual (dinamômetro); e acuidade visual (Tabela de Snellen). Foram realizadas as análises descritiva e estatística. A idade média dos idosos entrevistados foi 76,3 (+7,87) anos; 65,0% eram do sexo feminino; 65,5% frequentaram a escola e a maioria morava com os cônjuges. Grande parcela da amostra apresentou déficit visual (64,5%). A média de co-morbidades e medicamentos por idoso foi 5,3(+2,3) e 5,1 (+2,3), respectivamente. No último ano, 51,0% dos idosos sofreram queda e 39,3% foram hospitalizados. Na medida da independência funcional (MIF) os idosos apresentaram os escores 82,10 (+9,6), 12,8 (+1,8) e 18,1 (+3,4) no aspecto motor, cognitivo e social, respectivamente. A maioria dos idosos era sedentária (71,8%), com baixo desempenho físico no SPPB (média 5,9; +2,6) e com força de preensão manual média de 20,5 (+8,1). Os resultados apontam que idosos em seguimento ambulatorial apresentam características que necessitam de intervenções na prevenção de quedas e incentivo à prática de atividade física, as quais devem considerar simultaneamente os domínios físicos, clínicos e funcionais dessa população.

4292

13

RELAÇÃO ENTRE RESISTÊNCIA AERÓBICA GERAL E AGILIDADE DE IDOSAS

ALINE HUBER DA SILVA - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Fernanda Segala - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Giovana Zarpellon Mazo - Universidade do Estado de Santa Catarina

A prática regular de atividade física traz consigo inúmeros benefícios para a população idosa, em constante crescimento. Entre eles, está a melhora da aptidão funcional de idosos, tornando-os mais independentes e saudáveis. A avaliação dos componentes da aptidão é essencial para identificar o perfil do idoso, podendo assim, direcionar suas atividades. Esse estudo teve como objetivo caracterizar a agilidade e a resistência aeróbica geral de idosas praticantes de atividades aquáticas e, verificar se existe correlação entre essas aptidões. Foram avaliadas 39 mulheres idosas do Grupo de Estudos da Terceira Idade (GETI), sendo 29 da hidroginástica e 10 da natação, através de testes específicos para agilidade e resistência aeróbica da bateria da AAHPERD (American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance), em novembro de 2006. Para análise dos dados foi utilizado o programa estatístico SPSS 11.0 e foi adotado o nível de significância de 0,05. Usou-se estatística descritiva e correlação linear de Pearson. As idosas apresentaram idade média de 67,92±5,06 anos, agilidade de 26,76±4,05 segundos e resistência aeróbica de 537,31±58,31 segundos, ambas aptidões consideradas fracas conforme os valores normativos desenvolvidos para idosas brasileiras do sexo feminino. Verifica-se também que houve uma correlação estatisticamente significativa ($p < 0,001$) entre a agilidade e a resistência aeróbica. Diante do exposto, conclui-se que as idosas apresentaram as aptidões testadas fracas e, quanto maior a resistência aeróbica, maior foi a agilidade das idosas avaliadas. Sugere-se realizar estudos desse tipo com amostras maiores e em diferentes modalidades, para confirmar os resultados aqui encontrados.

4348

15

INFLUÊNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO NA AUTO-ESTIMA, AUTO-IMAGEM E AUTO-EFICÁCIA DE IDOSOS DO MUNICÍPIO DE VIDEIRA, SC

JUSIMAR GONÇALVES - Unoesc
 Ederlei Zago - Unoesc
 Camila Nodari - Unoesc
 Candido S. Pires Neto - UTP

Introdução: O envelhecimento é um processo biológico, no qual as alterações determinam as mudanças estruturais do corpo, modificando suas funções e o exercício físico restaura o equilíbrio e a sensação de bem estar. Objetivo: Investigar a relação entre a prática do exercício físico e as variáveis psicológicas de auto-estima, auto-imagem e auto-eficácia de indivíduos idosos do município de Videira, SC. Metodologia: A coleta de dados realizou-se com $n=120$ idosos, selecionados por amostragem intencional, sendo 60 idosos não praticantes e 60 idosos praticantes de exercício físico, cadastrado no CEVI (Centro de Eventos Vitória). Para a verificação da auto-estima, auto-imagem e auto-eficácia utilizou-se o questionário de ANDRADE (2001). A análise dos dados foi através de estatística descritiva, frequência, percentual e desvio padrão. Resultados: O grupo ativo apresentou respostas mais positiva em referência a sua auto-estima do que o grupo sedentário, sendo ($n=42$) ativos e somente ($n=5$) sedentários responderam "excelente" ao se indagar satisfação com sua aparência. Esta diferenciação também ocorreu nas demais variáveis estudadas; no que se refere à satisfação pessoal no grupo sedentário $n=10$ consideram como excelente, $n=36$ bom e $n=23$ estão insatisfeito, ou seja, regular. No grupo ativo $n=1$ classificou como regular, $n=33$ bom e $n=25$ estão plenamente satisfeitos. Conclusão: O idoso fisicamente ativo pode alterar positivamente o rendimento em habilidades funcionais, melhorando sua auto-estima, auto-imagem e auto-eficácia, beneficiando assim sua qualidade de vida.

4341

14

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DA POPULAÇÃO URBANA ACIMA DE 60 ANOS DO MUNICÍPIO DE SALTO VELOSO, SC

EDERLEI APARECIDA ZAGO - Unoesc
 Adalberto Baill de Andrade Segundo - Unoesc
 Jusimar Gonçalves - Unoesc
 Candido S. Pires Neto - UTP

Introdução: A atividade física é inegavelmente um fator muito importante no processo de envelhecimento do indivíduo, proporcionando ao idoso diversos benefícios que vão do campo físico até o social. Objetivo: Verificar o nível de atividade física da população urbana acima de 60 anos de idade do município de Salto Veloso, SC. Metodologia: Aplicou-se o questionário nível de Atividade Física (Agita São Paulo, 1998) em 201 indivíduos acima de 60 anos de idade, sendo 80 idosos (39,8%) do sexo masculino e 121 (60,2%) do sexo feminino, com média de idade de 70 anos ($-60+99$ $s=7,70$). A análise foi realizada através de estatística descritiva com frequência percentual, média e desvio padrão. Resultados: Quanto a profissão na maior parte de suas vidas, 130 (64,7%) idosos foram agricultores (as), 4 (2,0%) comerciantes e 67 (33,3%) trabalharam em outras profissões. Atualmente, 72% dos idosos realizam algum tipo de atividade sentados entre 1 e 2 horas diárias, 62,7% deles, caminham em média 5 a 7 dias por semana fora de suas casas, 56,2% sobem ou descem mais de 4 lances de escada durante a semana, 68,2% fazem algum tipo de trabalho doméstico, 63,2% dos idosos não trabalham, 35,3% não fazem nenhum tipo de atividade vigorosa e 12,9% são incapazes de realizar atividades vigorosas, 57,7% fazem algum tipo de atividade moderada e 65% dos idosos não fazem nenhum tipo de atividade física para fortalecimento dos músculos. Conclusão: O grupo pesquisado na sua maioria não realiza atividade física diária, ficando assim, mais vulneráveis e propensos a problemas físicos causados pelo sedentarismo.

4365

16

ÍNDICE DE MASSA CORPORAL, AGILIDADE E RESISTÊNCIA AERÓBICA EM IDOSOS

ADILSON SANT'ANA CARDOSO - UDESC
 Giovana Zarpellon Mazo - UDESC
 Ana Paula Moratelli Prado - UDESC
 Adriana Tavares Japiassú - UDESC

As alterações na distribuição da gordura corporal têm sido positivamente associadas à redução da capacidade funcional em idosos. Assim, este estudo objetivou verificar a relação entre o Índice de Massa Corporal (IMC) e a agilidade (AG) e a resistência aeróbica (RA) de idosos praticantes de exercício físico. Para tal, foram avaliados 55 idosos, com idade média de 69,82±1,21 anos, praticantes de exercícios físicos no programa "Grupo de Estudos da Terceira Idade – GETI/UDESC". Os testes foram realizados em dezembro de 2005, e inicialmente foram realizadas medidas antropométricas de massa corporal e estatura, para então se calcular o IMC (normal, sobrepeso e obeso). Para avaliar a AG e a RA foram utilizados testes componentes da Bateria de testes da AAHPERD. A análise de dados ocorreu por estatística descritiva, ANOVA "one-way" a um fator ordinal, com Post-Hoc de Tukey, e correlação de Spearman, com nível de significância de $p < 0,05$. Observou-se que 52,7% dos idosos apresentam sobrepeso, sendo a média geral do IMC de 28,84±4,16. As médias nos testes de AG e de RA foram de 31,19±4,94 segundos e 8,84±1,04 minutos respectivamente. O IMC afetou o desempenho nos testes de AG ($F(2)=5,030$; $p=0,01$) e RA ($F(2)=7,50$; $p=0,02$). Foram observadas diferenças significativas entre aqueles com IMC normal e obeso ($p=0,015$) na AG, e entre normal e obeso ($p=0,007$) e sobrepeso e obeso ($p=0,010$) na RA. Sendo a variância nos testes de AG e RA explicadas pelo IMC em 16,2% e 29,4% respectivamente. Tanto a AG quanto a RA apresentaram correlação linear com o IMC ($p=0,003$ e $p < 0,001$ respectivamente). Conclui-se que o IMC interfere no desempenho de idosos em testes de AG e RA, sendo os valores de obesidade no IMC relacionados aos piores desempenhos.

4374

17

NÍVEL DE ATIVIDADE INSTRUMENTAIS DE VIDA DIÁRIA PROPOSTO LAWTON EM IDOSOS DA CIDADE DE CRICIÚMA – SC

ANNY MARRI VIANA FELICIANO - Universidade do Extremo Sul Catarinense - UNESC
 Joni Marcio de Farias
 Ricelly Cristiane Nazário
 Cleber de Medeiros
 Victor Julierme Santos da Conceição

Este estudo pretende contribuir no entendimento da vida funcional e o desenvolvimento de incapacidades associadas ao envelhecimento, levando em consideração os fatores relacionados às condições de vida. O objetivo do estudo foi analisar o nível de atividades da vida diária em idosos. A população foi composta por idosos dos grupos do Rio Maina e Cruz Vermelha pertencentes a Afasc (Associação Feminina de Assistência Social de Criciúma), a amostra do estudo foi de 18 idosas no Rio Maina e 19 na Cruz Vermelha. Para a coleta dos dados utilizou-se um cadastro inicial e o questionário de identificação das Atividades Instrumentais da Vida Diária (Lawton) aplicados pelos próprios pesquisadores. Para a análise dos dados foi utilizado o programa Excel do Microsoft Windows XP. A média de idade dos grupos analisados foi de 71,16 + 2,91 no Rio Maina e 68,50 + 4,89 na Cruz Vermelha classificados como idosos; os valores de IMC foram de 29,4 + 3,24 (kg/m²) para o Rio Maina e 28,6 + 3,5 (kg/m²) para a Cruz Vermelha, de acordo com classificação de Lipschitz (para idosos) todas se encontram com excesso de peso, além do indicado pela idade; no nível de atividades instrumentais de vida diária, observou-se uma média 24,68 + 3,37 para o Rio Maina e de 26,56 + 0,98 a Cruz Vermelha, de acordo com a classificação do instrumentos 84% dos idosos são independentes (não necessitam de ajuda), 11% precisam de ajuda parcial e 5% são dependentes de outras pessoas. Talvez o envolvimento desta população nos programas desenvolvidos pela Afasc, contribua para que estes valores sejam baixos, no entanto podem diminuir ainda mais se ofertados uma periodicidade maior (três vezes na semana) favorecendo a um envelhecimento saudável.

4375

18

COMPARAÇÃO DO NÍVEL DA ATIVIDADE FÍSICA E AUTO-ESTIMA NOS GRUPOS DE TERCEIRA IDADE EM CRICIÚMA – SC

RICELLY CRISTIANE NAZÁRIO - Universidade do Extremo Sul Catarinense - UNESC
 Anny Marri Viana Feliciano - GEPES
 Joni Marcio de Farias - GEPES
 Victor Julierme Santos da Conceição - GEPES
 Cleber de Medeiros - GEPES

A qualidade de vida na terceira idade tem sido motivo de amplas discussões no mundo, tendo em vista o aumento na perspectiva de vida, a cidade de Criciúma segue esta tendência, neste sentido tem-se como objetivo comparar os níveis atuais de atividade física e auto-estima nos idosos da cidade. A população do estudo foi composta por idosos dos grupos do Rio Maina e Cruz Vermelha pertencentes a Afasc (Associação Feminina de Assistência Social de Criciúma), a amostra do estudo foi de 18 idosas no Rio Maina e 19 na Cruz Vermelha. Para a coleta dos dados foi utilizado questionário internacional de atividade física adaptado para idosos (versão 8) e para a auto-estima o questionário proposto por "Plenitude News", todos aplicados pelos próprios pesquisadores. Para a análise dos dados foi utilizado o programa Excel do Microsoft Windows XP. O grupo avaliado apresentou uma média de idade de 71,2 + 2,9 no Rio Maina e 68,5 + 4,9 na Cruz Vermelha; na determinação da composição corporal os grupos apresentaram um IMC de 29,4 + 3,3 (kg/m²) no Rio Maina e 28,6 + 3,5 (kg/m²) na Cruz Vermelha, de acordo com classificação da Lipschitz todas encontram-se com excesso de peso; os valores do nível de atividade física pode ser considerado baixo para esta população com média de 1.151 + 667 mets no Rio Maina e 1.164 + 479 mets na Cruz Vermelha, tendo maior valor apresentado no item 5 "tempo sentado"; o nível de auto-estima foi de 25,1 + 4,7 no Rio Maina e 24,3 + 5,9 no Cruz Vermelha, que de acordo com a classificação necessita de atenção. Estes dados nos remetem no modelo do programa, o qual não disponibiliza a intervenção de forma direta nos grupos por um profissional de Educação Física, o que poderia contribuir na melhoria destas variáveis.

4387

19

CONHECIMENTO DOS ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE OS EFEITOS DA ATIVIDADE FÍSICA NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO DO DIABETES

LETICIA DE VARGAS POGORZELSKI - Universidade Federal de Pelotas
 Alan Goularte Knuth - Universidade Federal de Pelotas
 Thiago Terra Borges - Universidade Federal de Pelotas
 Pedro Curi Hallal - Universidade Federal de Pelotas
 Mario Renato Azevedo - Universidade Federal de Pelotas

O objetivo deste estudo foi investigar o conhecimento de acadêmicos de Educação Física sobre o diabetes e sua associação com a prática de atividade física e avaliar a percepção dos acadêmicos quanto à qualidade da formação para lidar com indivíduos diabéticos. Os participantes foram acadêmicos da Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas. De um total de 263 acadêmicos elegíveis, 221 foram entrevistados. O percentual de acadêmicos que corretamente indicou hereditariedade, obesidade e alimentação como fatores de risco para diabetes foi elevado (>90%). Por outro lado, cerca de 1/5 dos acadêmicos não apontou corretamente a principal alteração metabólica resultante do diabetes e 14% desconheciam a associação entre prática de atividade física e diabetes. O conhecimento dos alunos tendeu a aumentar com o passar dos anos, embora os alunos do terceiro ano tenham apresentado conhecimento consistentemente superior aos do quarto ano. Pode-se concluir que o conhecimento dos acadêmicos sobre o diabetes foi satisfatório, embora alguns aspectos ainda possam ser melhorados e a maioria dos acadêmicos julgue sua formação acadêmica "não adequada" para lidar com indivíduos diabéticos.

4405

20

COMPARAÇÃO DA PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E SATISFAÇÃO COM A SAÚDE ENTRE IDOSOS QUE PRATICAM EXERCÍCIO FÍSICO E IDOSOS SEDENTÁRIOS

KARLA OLIVEIRA DE BRUM - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC
 Fernanda da Costa Borges - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC
 Juliane Oliveira - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC
 Daniela Branco Liposki - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC

O envelhecimento é descrito como um processo inerente a todos os seres vivos. As teorias do envelhecimento vêem o sujeito regulando a sua qualidade de vida através da definição de objetivos e lutando para alcançá-los. O conceito de qualidade de vida é subjetivo, porém, na sua maioria está relacionado à percepção do indivíduo sobre o seu estado de saúde. Dentre os fatores que influenciam na qualidade de vida de idosos encontra-se a prática de exercícios físicos, pois proporciona melhoras fisiológicas, benefícios psicológicos, motores, sociais e cognitivos. Com isso, o objetivo deste estudo foi comparar a percepção da qualidade de vida e satisfação com a saúde entre idosos que praticam exercício físico e idosos sedentários. Participaram da amostra 60 indivíduos com mais de sessenta anos, sendo que 30 praticavam exercício físico e 30 eram sedentários. Foi aplicado questionário de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde- Whoqol-Bref. Para tratamento dos dados utilizou-se a estatística descritiva, o teste Qui-quadrado e o teste t student. Ao comparar a percepção de qualidade de vida entre idosos que praticam exercício físico regular e idosos sedentários verificou-se que não há diferença estatisticamente significativa ($p=0,636$) entre os grupos. A maioria dos indivíduos avaliou sua qualidade de vida como boa ou muito boa. Da mesma forma, quando comparada satisfação com a saúde entre os grupos, ambos mostraram-se satisfeitos ou muito satisfeitos ($p=0,082$). O presente estudo apresentou resultados diferenciados da literatura pesquisada, que tem revelado relação entre qualidade de vida e prática de exercício físico, pois está associado ao aumento da longevidade e melhora na expectativa de vida.

4408

21

IMPACTO DE UM PROGRAMA DE GINÁSTICA SOBRE A FORÇA MUSCULAR DE MULHERES NA TERCEIRA IDADE

ALBERTO SATURNO MADUREIRA - Universidade Estadual do Oeste do Paraná - UNIOESTE
 Emerson de Oliveira Lima - UNIOESTE
 Alessandra Maragno - UNIOESTE
 Ana Carolina Paludo - UNIOESTE
 Letícia Aelis Pinto - UNIOESTE

A força muscular é essencial para a maioria das atividades diárias e a sua manutenção pode reduzir o risco de lesões ocasionadas por quedas ou sobrecarga. Este estudo objetivou verificar os níveis de força muscular de mulheres idosas. Participaram do estudo 10 mulheres com a média da idade de 67 ± 3 anos que praticaram atividades de ginástica 3 vezes por semana com duração de uma hora cada aula por um período de 5 meses. Realizou-se o teste de sentar e levantar da cadeira e o teste de flexão de antebraço como indicadores de força muscular. Foi utilizado o Teste t student para amostras dependentes. No teste de levantar e sentar da cadeira os indivíduos apresentaram média de $13,2 \pm 2,2$ repetições (rep.) no momento do pré-teste e $14,0 \pm 3,0$ rep. no pós-teste. No teste de flexão de antebraço valores médios de $19,1 \pm 3,3$ rep. e $19,3 \pm 3,0$ rep. nos momentos pré e pós-teste, respectivamente, foram apresentados. Não foram verificadas diferenças estatisticamente significativas ($P > 0,05$) decorrentes das aulas ministradas tanto no teste de sentar e levantar quanto de flexão de antebraço. Infere-se que apesar de não se ter encontrado diferenças estatisticamente significativas para a força muscular das idosas, o treinamento ajudou na manutenção da mesma. Apesar do processo de envelhecimento favorecer a perda de massa muscular, o programa proposto neste estudo manteve os níveis de força desses indivíduos, nas variáveis estudadas. Portanto, sugere-se a manutenção do programa que pode ser revisto para melhorar ainda mais o seu efeito. *Grupo de Estudo e Pesquisa em Metabolismo, Nutrição e Exercício – GEPEMENE

4420

23

ANÁLISE DE INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS DE SOBREPESO/OBESIDADE E DISTRIBUIÇÃO DE GORDURA EM MULHERES IDOSAS PRATICANTES DE EXERCÍCIOS ORIENTADOS

CARINE FERREIRA DE SOUZA - UNIOESTE - Universidade Estadual do Oeste do Paraná
 Thiago Henrique Machado Madureira - UNIPAR
 Alessandra Maragno - UNIOESTE
 Alberto Saturno Madureira - UNIOESTE
 Emerson de Oliveira Lima - UNIOESTE

Com o avanço da idade, há um aumento no risco para doenças cardiovasculares, sobretudo, por modificações na adiposidade corporal. Assim, o objetivo deste estudo foi analisar a influência de um programa regular de ginástica com a duração de 5 meses sobre indicadores antropométricos de sobrepeso/obesidade e distribuição de gordura em mulheres idosas. A amostra foi de 11 mulheres com 63 ± 7 anos de idade. As variáveis foram: Massa Corporal (MC), estatura(E), perímetros: de cintura e de quadril; e espessura das dobras cutâneas: axilar média, supra-íliaca, coxa e panturrilha medial. Foram calculados: o Índice de Massa Corporal (IMC), Gordura Corporal Relativa (GCR - estimada por PETROSKI, 1995) e Relação Cintura e Quadril (RCQ). O programa foi desenvolvido 3 vezes por semana com duração de 1 hora cada aula de ginástica. Utilizou-se estatística descritiva através do cálculo de média e desvio-padrão e o Teste t de Student para amostras dependentes. A MC inicial foi $67,6 \pm 12,4$ kg e após 5 meses $67,0 \pm 11,7$ kg. A E inicial foi $157,7 \pm 6,5$ e após 5 meses $157,8 \pm 6,5$ cm. O IMC permitiu classificar os indivíduos em sobrepeso tanto no início ($27,2 \pm 5,3$ kg/m²) quanto no final da intervenção ($26,9 \pm 4,9$ kg/m²). As mulheres apresentaram RCQ de $0,83 \pm 0,05$ (pré) e $0,84 \pm 0,06$ cm (pós). A GCR foi de $38,8 \pm 6,0\%$ (pré) e $39,5 \pm 6,9\%$ (pós). Nenhuma variável analisada modificou-se significativamente ($P > 0,05$). Infere-se que, este grupo encontra-se fora de risco para doenças cardiovasculares com relação a RCQ; e que, o programa de ginástica empregado no presente estudo não alterou indicadores de sobrepeso/obesidade e distribuição de gordura nestes sujeitos. Portanto, sugere-se a manutenção do programa que pode ser revisto para melhorar os seus efeitos.

4411

22

ANÁLISE DO COMPORTAMENTO DE VARIÁVEIS HEMODINÂMICAS EM MULHERES NA TERCEIRA IDADE APÓS UM PROGRAMA DE GINÁSTICA

ANA CAROLINA PALUDO - Universidade Estadual do Oeste do Paraná
 Letícia Aelis Pinto - UNIOESTE
 Carine Ferreira de Souza - UNIOESTE
 Thiago Henrique Machado Madureira - UNIPAR
 Alessandra Maragno - UNIOESTE

Com o envelhecimento, há diminuição na capacidade funcional e de trabalho do sistema cardiovascular. Contudo, modificações, adaptações e melhoras podem ser moduladas pela prática regular de exercícios físicos. Assim, o objetivo desse estudo foi verificar o impacto de um projeto de ginástica sobre variáveis hemodinâmicas em mulheres idosas. A amostra foi composta por 11 mulheres, na cidade de Marechal Cândido Rondon, Paraná, com idade média de 67 ± 3 anos. As mulheres foram submetidas a cinco meses de exercícios regulares de ginástica, 3 vezes por semana com 1 hora de duração cada aula. A Pressão Arterial foi mensurada na escala mmHg sendo a Pressão Arterial Diastólica (PAD –pré $74,5 \pm 14,4$; pós $76,4 \pm 13$), Sistólica (PAS –pré $132,7 \pm 24,4$, pós $132,7 \pm 21,8$) e a Freqüência Cardíaca (FC, em batimentos por minuto). Também foi calculado o Duplo Produto (DP= PAS multiplicada pela FC). O Teste t de Student para amostras dependentes foi utilizado. A PAD, PAS e DP não apresentaram diferenças estatisticamente significativas após cinco meses de prática regular de ginástica ($P > 0,05$). Entretanto, o treinamento reduziu significativamente ($P = 0,03$) a freqüência cardíaca dos indivíduos de 75 ± 11 para 71 ± 11 bpm (entre o pré e o pós-treinamento). Infere-se que a prática regular de ginástica promoveu alterações benéficas na freqüência cardíaca de mulheres idosas, apesar de não alterar as demais variáveis hemodinâmicas analisadas. Sugere-se a manutenção do programa que pode ser revisto para melhorar ainda mais o seu efeito sobre as variáveis estudadas.

4437

24

PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS: FATORES QUE INFLUENCIAM NA ADESIÃO

GIOVANA ZARPELLON MAZO - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC/CEFID
 Ana Paula Moratelli Prado - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC/CEFID
 Gabriel D'Oliveira da Silva - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC/CEFID
 Giselli Antunes - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC/CEFID

Observa-se um crescente número de programas de atividade física para a terceira idade nos diferentes segmentos da comunidade, como o Grupo de Estudos da Terceira Idade – GETI da UDESC, com intuito de melhorar a qualidade de vida do idoso por meio da prática de atividade física regular. Este estudo teve como objetivo descrever os principais fatores que influenciam na adesão (ingresso e permanência) dos idosos em programas de atividade física. A amostra foi composta por 154 idosos que participam do programa de atividade física do GETI/UDESC, sendo 123 mulheres e 31 homens, com idade média de $69,75 \pm 5,71$ anos. A pesquisa foi realizada em março de 2007, com duas perguntas abertas sobre os motivos de ingresso e permanência dos idosos no programa. Os dados foram analisados por meio da estatística descritiva (freqüência simples e percentagem). Os principais fatores que influenciaram na adesão dos idosos no programa foram: ingresso - indicação de amigos ou pessoas que já conheciam o programa (40,3%), indicação médica (34,4%) e melhorar a saúde (11,7%); permanência - gosto pelo programa e satisfação pessoal (37%), as relações inter-pessoais (20%) e melhora/manutenção da saúde (16,2%). Observou-se que 76,2% dos idosos entraram no programa por fatores extrínsecos, no entanto, a permanência neste deu-se principalmente por motivos intrínsecos, com 81,2%. Estes resultados demonstram que os motivos intrínsecos e extrínsecos estão relacionados a fatores facilitadores, que favorecem a modificação ou a manutenção do comportamento. Assim, valorizar atividades que propiciem o bem-estar e as relações inter-pessoais, bem como a manutenção ou melhora da saúde do idoso, contribui para a adesão aos programas de atividade física.

4442

25

MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS DE IDOSOS PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOS

ANA PAULA MORATELLI PRADO - Universidade do Estado de Santa Catarina

- UDESC/CEFID

Adilson Sant'Ana Cardoso - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC/

CEFID

Giovana Zarpellon Mazo - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC/CEFID

Evidências mostram que a prática regular de atividades físicas auxilia na regulação dos padrões de gordura corporal, diminuindo a suscetibilidade a patologias associadas ao excesso de peso e à obesidade. O objetivo deste estudo é descrever o perfil antropométrico de idosos praticantes de exercícios físicos, já que estes indicadores são comumente utilizados para caracterizar a composição corporal de idosos. Para tal, foi utilizado o banco de dados do programa "Grupo de Estudos da Terceira Idade" – GETI/UDESC, de março de 2005. A amostra foi composta por 56 idosos praticantes de exercícios físicos, com idade média de $69,82 \pm 1,21$ anos. Foram realizadas medidas de peso, estatura e perímetria (cintura e quadril). Em seguida, calculados os índices de massa corporal (IMC), a relação cintura/quadril (CQ) e a predição do percentual de gordura (PG) através da equação de Deurenberg et al (1991). A análise dos dados se deu por meio de estatística descritiva. Os resultados indicaram que 58,1% da amostra apresentou o IMC classificado como "sobrepeso" ou "pré-obesidade", sendo a média do grupo de $28,81 \pm 0,48$. O PG predito foi de $43,3\% \pm 5,87$ indicando um índice "muito alto" para o risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, metabólicas e crônico-degenerativas. Este índice também foi encontrado para as mulheres na CQ, onde a média do grupo foi $0,91 \pm 0,6$; já nos homens, o valor médio para CQ foi $0,98 \pm 0,4$, indicando um risco moderado. Conclui-se que mesmo em idosos praticantes de exercícios físicos regulares é possível encontrar índices altos de gordura corporal, sendo necessário o controle adequado tanto do programa de exercícios físicos, como da dieta alimentar, para garantir manutenção e melhora na composição corporal de idosos.

4454

27

INFLUÊNCIA DE UM PROGRAMA REGULAR DE GINÁSTICA NA MOBILIDADE DE MULHERES IDOSAS

THIAGO HENRIQUE MACHADO MADUREIRA - Universidade Paranaense - UNIPAR

Emerson de Oliveira Lima - UNIOESTE

Ana Carolina Paludo - UNIOESTE

Letícia Aelis Pinto - UNIOESTE

Carine Ferreira de Souza - UNIOESTE/GEPEMENE

O processo de envelhecimento acarreta diversas alterações que limitam a realização de muitas atividades da vida diária. O fortalecimento muscular e amplitude de movimento nas articulações melhora com um programa de treinamento. Portanto, o objetivo deste estudo foi verificar os efeitos de um programa de ginástica sobre a mobilidade geral de mulheres idosas. A amostra foi composta por 11 idosas com idade média de 67 ± 3 anos, residentes em Marechal Cândido Rondon, Paraná. O programa de ginástica foi desenvolvido três vezes por semana, com sessões de uma hora de duração, durante um período de cinco meses. Teste de velocidade máxima de caminhada e teste de sentar-e-alcançar foram aplicados para análise da mobilidade desses indivíduos antes e após a intervenção. Utilizou-se estatística descritiva para cálculo de média e desvio-padrão e o Teste t de Student para amostras dependentes. No início do projeto as mulheres apresentaram velocidade máxima de caminhada de $2,16 \pm 0,19$ m/s e ao final do projeto $1,94 \pm 0,50$ m/s. Enquanto no teste de sentar-e-alcançar, as mulheres apresentaram valores de $31,2 \pm 7,2$ cm e $29,2 \pm 6,4$ cm nos momentos pré e pós-teste, respectivamente. O programa de treinamento não alterou a mobilidade dos indivíduos, tanto a mobilidade articular quanto de caminhada. Dentre as várias modificações que ocorrem com o avanço da idade, estão a diminuição na captação máxima de oxigênio, frequência cardíaca, ventilação pulmonar e movimento das articulações. Considerando que o envelhecimento está relacionado à redução na mobilidade, infere-se que o programa de ginástica proposto protelou estas perdas nos indivíduos participantes desta atividade. Apoio Proex-UNIOESTE

4446

26

MOTIVOS DE PRÁTICA DA POPULAÇÃO IDOSA À ATIVIDADE FÍSICA

MARCELO GONÇALVES DUARTE - Universidade Estado Santa Catarina-UDESC/CEFID

Rafael Kanitz Braga - Universidade Estado Santa Catarina-UDESC/

CEFID/Universidade Estado Santa Catarina-UDESC/CEFID

Guilherme Eugênio van Keulen - Universidade Estado Santa Catarina-UDESC/CEFID

Paulo Vitor Bonai Negri - Universidade Estado Santa Catarina-UDESC/CEFID

Williann Braviano Maria - Universidade Estado Santa Catarina-UDESC/CEFID

A prática regular de atividades físicas é um importante meio de promoção de saúde para os idosos, contribuindo para a manutenção da aptidão física, bem como nos relacionamentos interpessoais. Entretanto grande parte da população idosa é inativa ou não se exercita em níveis suficientes devido à falta de motivação que pode afetar a interpretação de como as pessoas agem em busca de seus objetivos. Portanto esse estudo tem como objetivo identificar fatores que levam os idosos a praticar atividade física. O estudo foi caracterizado como descritivo de campo. A amostra foi composta por 40 idosos de ambos os sexos, participantes do Grupo Harmonia da cidade de Torres/RS. Foi utilizado um questionário estruturado elencando algumas barreiras para a prática e exercícios. Identificou-se que todos os idosos questionados consideram que as práticas de atividades físicas são importantes para encontrar outras pessoas. Outros fatores que a grande maioria dos idosos (93,75%) considerou muito importantes foram: relaxar e esquecer suas preocupações e melhorar ou manter a saúde. Uma grande parte dos idosos também julgou que o exercício pode ajudá-los a ter alegria, sentir-se fisicamente em boa forma, aprender coisas novas e controlar ou perder peso, com um percentual de 81,25% considerando estes motivos muito importantes. Concluímos que a grande parte dos idosos participantes deste grupo vêem na prática da atividade física um meio de manter relações interpessoais proporcionando benefícios fisiológicos, psicológicos e sociais. Portanto, profissionais de Educação Física que trabalham com idosos necessitam conscientizá-los sobre os benefícios da prática regular de atividades físicas, com o objetivo de estimular essas pessoas a persistirem na prática.

4457

28

RELAÇÃO ENTRE PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E A RELAÇÃO CINTURA/QUADRIL EM IDOSAS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA

ÉRICO FELDEN PEREIRA - Universidade Federal de Santa Catarina

Clarissa Stefani Teixeira - Universidade Federal de Santa Maria

Rosimeide Francisco Santos Legnani - Universidade Estadual de Londrina

Elto Legnani - Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Este estudo objetivou verificar a relação entre a percepção da imagem corporal (PIC) com a relação cintura/quadril (RCQ) em idosas praticantes de hidroginástica. Fizeram parte do estudo 64 idosas com mais de 65 anos e idade média de 69,87 anos. A PIC foi avaliada utilizando-se a escala de nove silhuetas proposta por Stunkard et al. (1983), na qual as idosas marcaram a percepção real (PR) e a ideal (PI). A satisfação com a imagem corporal foi identificada pela subtração da PR pela PI, sendo que, quando esse resultado é negativo a insatisfação é pela magreza, se igual a zero o indivíduo está satisfeito e quando for positivo refere-se à insatisfação pelo excesso de peso. Os perímetros de cintura e quadril foram medidos com a utilização de uma fita métrica conforme protocolo de Lopes e Martins (1999). Os dados, com distribuição normal, foram analisados através de estatística descritiva e correlação de Spearman entre a RCQ, PR e PI. A média da RCQ foi de $0,90 \pm 0,002$; da PR de $4,67 \pm 1,50$ e da PI de $3,30 \pm 1,31$. A média do índice de satisfação foi $1,37 \pm 1,40$, indicando insatisfação por excesso de peso; 71,88% estão insatisfeitas pelo excesso de peso; 26,56% estão satisfeitas com sua imagem corporal e 1,56% das idosas estão insatisfeitas pela magreza. Os resultados das correlações RCQxPR ($p=0,358$ e $r=0,004$) e entre RCQxPI ($p=0,008$ e $p=0,950$), indicam correlações estatisticamente significativas entre a RCQ e a PR. Em síntese, a maioria das idosas está insatisfeita com sua imagem corporal, principalmente em relação ao excesso de peso. A RCQ e a PR se correlacionaram significativamente indicando que a percepção da imagem corporal por parte das idosas corresponde a sua medida corporal, remetendo a uma boa percepção.

4471

29

NÍVEIS DE COORDENAÇÃO E FLEXIBILIDADE DE IDOSOS PRATICANTES DE ATIVIDADES AQUÁTICAS

GABRIEL D'OLIVEIRA DA SILVA - Universidade do Estado de Santa Catarina – UDESC / CEFID.

Ana Paula Moratelli Prado - Universidade do Estado de Santa Catarina – UDESC / CEFID.

Giovana Zarpellon Mazo - Universidade do Estado de Santa Catarina – UDESC / CEFID.

Giselli Antunes - Universidade do Estado de Santa Catarina – UDESC / CEFID.

O envelhecimento está relacionado, entre outros fatores, com a diminuição da coordenação e da flexibilidade, as quais podem ser melhoradas com a prática regular de atividades físicas. Dessa forma, o presente estudo teve como objetivo comparar a coordenação e a flexibilidade de idosos praticantes de atividades aquáticas, após oito meses de intervenção. A amostra foi composta por 48 idosos, sendo 40 mulheres e 8 homens, com idade média de 69,23±6,16 anos, participantes do programa Grupo de Estudos da Terceira Idade – GETI/UDESC, nas modalidades de hidroginástica (31 idosos) e natação (17 idosos). As atividades foram realizadas duas vezes por semana, com duração de 50 minutos, no período de março a novembro de 2006. Os idosos foram avaliados no início e no término das intervenções, através dos testes de coordenação e flexibilidade de quadril da bateria de testes da American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance (AAHPERD). Os dados foram analisados no programa SPSS 11.0, por meio de estatística descritiva, teste de normalidade Kolmogorov-Smirnov e Teste t pareado, adotando um nível de significância $p < 0,05$. As médias encontradas para os testes de coordenação e flexibilidade foram: 14,46±2,94 e 58,75±11,28 em março; e 12,43±1,95 e 61,07±10,57 em novembro, respectivamente. Os resultados demonstram melhora em ambas aptidões, com diferença estatisticamente significativa para coordenação ($p < 0,001$) e para flexibilidade ($p = 0,003$) entre a avaliação de março e novembro. Assim, é possível concluir que o programa de hidroginástica e natação melhorou a coordenação e a flexibilidade dos idosos, sendo necessário salientar a influência do tempo de prática e da metodologia adotada no programa.

4494

31

ÍNDICE DE APTIDÃO FUNCIONAL GERAL DE IDOSAS E FREQUÊNCIA EM AULAS DE GINÁSTICA

PAULA DA ROSA WERNKE - Universidade Federal de Santa Catarina
Adilson Sant'Ana Cardoso - Universidade do Estado de Santa Catarina
Lucélia Justino Borges - Universidade Federal de Santa Catarina
Tânia R. Bertoldo Benedetti - Universidade Federal de Santa Catarina
Giovana Zarpellon Mazo - Universidade do Estado de Santa Catarina

As atividades da vida diária na sociedade tecnicamente desenvolvida não fornecem trabalho físico suficiente para estimular o sistema cardiorrespiratório, havendo necessidade de uma prática regular de atividade física para manter a capacidade funcional, especialmente para a população idosa. Objetivou-se analisar a relação entre Índice de Aptidão Funcional Geral (IAFG) de idosas e frequência nas aulas de um programa de ginástica implantado nos Centros de Saúde de Florianópolis. A amostra foi composta por 29 idosas com idade média de 68,14±5,50 anos. O IAFG foi obtido por meio da bateria de testes motores da AAHPERD, procedendo-se a classificação do mesmo de acordo com os valores normativos. A amostra foi dividida de acordo com a frequência nas aulas em G1 (<75%; n=9) e G2 (≥75%; n=20). As avaliações foram realizadas em março e julho de 2007. Para a análise de dados utilizou-se estatística descritiva, Teste t para amostras independentes e correlação de Spearman, adotando-se um nível de significância de $p < 0,05$. Dos idosos analisados, 41,9% obtiveram um IAFG classificado como regular. As médias do IAFG obtidas em março e dezembro foram de 110±13,7 e 176,33±17,5 para o G1, e de 185,25±13,85 e 244,85±15,84 para o G2. Observaram-se diferenças significativas entre as médias do IAFG e a frequência nas aulas no pós-teste em julho ($p = 0,015$), havendo um crescimento linear do IAFG de acordo com a frequência nas aulas, fato confirmado pela correlação moderada destes dois fatores ($\rho = 0,445$; $p = 0,015$). Os dados mostram que as idosas mais assíduas demonstraram melhores resultados em relação às medidas frequentes, indicando a importância da frequência nas aulas de ginástica para a melhora e manutenção da aptidão funcional.

4487

30

FORÇA DE MEMBROS INFERIORES COMO DETERMINANTE NA MANUTENÇÃO DA CAPACIDADE DE LOCOMOÇÃO EM IDOSOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA

ROSEMARY RAUCHBACH - Secretaria Municipal do Esporte e Lazer de Curitiba - Programa Curitibativa

João Egdoberto Siqueira - Secretaria Municipal do Esporte e Lazer de Curitiba - Programa Curitibativa

Silvano Kruchelski - Secretaria Municipal do Esporte e Lazer de Curitiba - Programa Curitibativa

José Carlos Cassou - Secretaria Municipal do Esporte e Lazer de Curitiba - Programa Curitibativa

Dalton Grande - Secretaria Municipal do Esporte e Lazer de Curitiba - Programa Curitibativa

Estudos vêm indicando que um trabalho de resistência de força vem contribuir com a manutenção da força de membros inferiores e melhorando a capacidade de locomoção em idosos. O objetivo deste estudo foi determinar a correlação entre força de membros inferiores e a capacidade de locomover-se pela casa em uma amostra de 74 idosos com idade média 67,5 anos (DP, 17) e tempo de prática da atividade (ginástica) 6,5 anos (DP, 0,71). O grupo de idosos são usuários dos serviços da Secretaria Municipal do Esporte e Lazer. Foram utilizados três testes; sentar e levantar da cadeira, andar ou correr 800m e locomoção pela casa. Os testes fazem parte de uma bateria de avaliações que são realizadas duas vezes ao ano nos Centros de Esporte e Lazer, que tem como objetivo o acompanhamento do desempenho dos alunos inscritos no Programa. Dos resultados encontrados, considerando o teste sentar e levantar da cadeira como variável independente, a correlação com Locomoção pela casa apresentou-se fraca (0,435), e da mesma forma a correlação com andar ou correr 800m (0,450). De posse destes resultados pode-se inferir que, para a presente população, a força de membros inferiores não tem interferência na capacidade funcional de deslocamento. Sugerem-se outros estudos com amostras maiores ou menor nível de atividade física, e com outros instrumentos de avaliação de força.

4501

32

AValiação DA FORÇA E ORIENTAÇÃO DE ATIVIDADES EM IDOSOS COM VISTA A MELHORIA DO PARÂMETRO

JOÃO EGDOBERTO SIQUEIRA - Secretaria Municipal do Esporte e Lazer de Curitiba
Cynthia Maria Rocha Dutra - CBES - Colégio Brasileiro de Estudos Sistemáticos
Marciane Maria Kulczyk - Pontifícia Universidade Católica do Paraná
Juliana Cortes
Dalton Grande - Secretaria Municipal do Esporte e Lazer de Curitiba

INTRODUÇÃO E OBJETIVOS - A força está associada à velocidade de caminhada, equilíbrio, habilidade de subir escadas e levantar-se de uma posição sentada, e os maiores níveis são alcançados entre os 20 e 30 anos, com redução posterior acentuada após a meia idade, principalmente nas extremidades inferiores, contribuindo negativamente nas atividades da vida diária (RASO et al., 1997). Na busca de ações de cuidado com o idoso, pretendeu-se, com este estudo, verificar o nível do parâmetro força de membros inferiores em idosos de 60 a 69 anos. MATERIAIS E MÉTODOS - analisaram-se 392 mulheres e 293 homens (64,07 anos sd 2,81; 1,57 m sd 0,06; 70,4 kg sd 12,15) cujos dados foram coletados no ano de 2006 durante programa de avaliação institucional. Para análise do nível de força foi utilizado o teste de "levantar e sentar da cadeira em trinta segundos" (Matsudo, 2000). Os dados coletados foram anotados e organizados percentualmente segundo o nível apresentado. RESULTADOS E CONCLUSÕES - a amostra tem nível de força adequado, com 54 pessoas (9,2%) categorizadas como incapazes ou insuficientes, 70,9% com nível bom e 19,9% ótimo (414 e 117 pessoas, respectivamente). Os dados contrapõem-se aos encontrados na literatura (Fleck e Kramer, 1999; Sayeg, 1998), que afirmam que os idosos diminuem a força muscular com a idade. Se por um lado o nível de força apresenta-se como bom e ótimo, por outro lado a perda de força em relação ao que apresentavam quando mais jovens não pode ser mensurada por não se possuir dados relativos àquela fase. As correções, quando necessárias, são possíveis e de fácil execução, como a adoção de estilo de vida mais ativo e orientação de atitudes que elevem o nível da atividade física diária.

4503

33

DOMÍNIOS DE SATISFAÇÃO COM A VIDA E BEM ESTAR SUBJETIVO DE IDOSOS QUE PRATICAM HIDROGINÁSTICAANNA REGINA GRINGS BARCELOS - Centro Universitário Feevale
Estela da Silva Miralphe - Centro Universitário Feevale

O envelhecimento é hoje uma questão prioritária e que vem mobilizando a sociedade brasileira, é um processo muito diferenciado, uma vez que as demandas geradas por essa nova realidade trazem consigo novos desafios e implicações. Diante disso, este estudo objetivou o interesse em analisar os domínios de bem estar subjetivo e satisfação com a vida na percepção de idosos que praticam hidroginástica. O estudo caracterizou-se num paradigma qualitativo, descritivo e interpretativo com abordagem de estudo de caso. Os instrumentos de pesquisa utilizados foram entrevista semi-estruturada, observações e diário de campo, onde as colaboradoras foram 9 idosos do sexo feminino, com idades entre 60 e 81 anos, praticantes de hidroginástica, atividade desenvolvida pelo Projeto de Extensão Idade Maior em Movimento, no Centro Universitário Feevale, em Novo Hamburgo-RS. A análise e interpretação das informações resultaram em categorias que possibilitaram uma análise detalhada deste contexto. Ao Interpretar os dados obtidos, os resultados apontam que as entrevistadas atribuem a prática da hidroginástica, o bem estar físico, mental e social e a satisfação com a vida, atrelado a condição individual de saúde, autonomia, atitudes e relações positivas perante a vida. A escolha pela atividade também está relacionada ao fato dessas idosas estarem preocupadas com o seu futuro, a hidroginástica configura mais uma possibilidade, dentre tantas outras que temos hoje, de prática corporal para a terceira idade e, independentemente da escolha feita, o objetivo é manter a saúde, a capacidade funcional e o envolvimento social, realizando tarefas que sejam agradáveis e que promovam bem-estar e satisfação.

4538

35

COORDENAÇÃO MOTORA FINA DE IDOSAS PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOSDANIELLE LEDUR ANTES - Universidade Federal de Santa Maria
Danielle Ledur Antes - Universidade Federal de Santa Maria
Juliana Izabel Katzer - Universidade Federal de Santa Maria
Sara Teresinha Corazza - Universidade Federal de Santa Maria

Entende-se como coordenação motora fina uma atividade de movimento especialmente pequena, que requer um emprego de força mínimo, mas grande precisão ou velocidade, ou ambos, sendo executada principalmente pelas mãos e dedos. A coordenação motora fina é uma das capacidades mais utilizadas no dia a dia, porque é necessária para abotoar roupas, escrever, digitar, pegar objetos, atividades essenciais para levar uma vida independente. Sendo assim, o objetivo deste estudo foi verificar a diferença da coordenação motora fina de mulheres participantes de um programa de exercícios físicos e de mulheres não participantes. O grupo de estudo constituiu-se de 50 idosas, com idade entre 60 e 74 anos, destas, 25 praticavam aulas de hidroginástica duas vezes por semana e 25 não participavam de nenhum programa de exercícios físicos. O instrumento utilizado foi o Teste de Habilidades Manuais de Coordenação Motora Fina de Andreotti & Okuma. Para a análise estatística dos dados utilizou-se o programa SPSS versão 11.0, através de um teste t, e análise descritiva em percentis. Na análise da média de tempo gasto para a realização da tarefa o grupo de praticantes obteve média de 9,29 segundos, dp 2,51s, enquanto o grupo de não praticantes obteve média de 7,72 segundos, dp 1,79s. Quando analisada a diferença entre os grupos a partir do teste t, esta não foi estatisticamente significativa. Porém, a partir da média de tempo gasto, pode-se notar que o grupo de não praticantes obteve tempo médio superior para a execução da tarefa. Corroborando com estudos os quais mencionam que o uso do corpo humano, através da prática de exercícios físicos, pode desacelerar, fazer cessar, ou, em alguns casos, reverter aspectos da deterioração relacionados à idade.

4505

34

FATORES QUE MOTIVAM A ADEÇÃO DE IDOSOS EM PROGRAMAS DE ATIVIDADE FÍSICA DO PROJETO EXTENSIONISTA IDADE MAIOR EM MOVIMENTOMARILISA TERESINHA DE PAULA - Centro Universitário Feevale
Valdilei Josué Gräff - Centro Universitário Feevale
Janaina Nunes dos Santos - Centro Universitário Feevale
Mônica Possebon - Centro Universitário Feevale
Juarez Antônio Stürmer - Centro Universitário Feevale

A temática envelhecimento vem sendo alvo de estudos na sociedade atual, em virtude do aumento desta população, sendo a prática de atividades físicas (AF) um dos recursos que contribuem, influenciando beneficentemente esse processo. Assim, propiciar ao idoso em situação de vulnerabilidade social, a prática de AF visando a promoção de autoconhecimento e consciência corporal é um dos objetivos do projeto extensionista Idade Maior em Movimento do Centro Universitário Feevale. A partir da constituição do grupo, este estudo objetivou identificar os motivos de adesão para a prática de idosos, participantes dos Grupos de Convivência "União" e "Amizade", localizados no Bairro Canudos. A metodologia caracterizou-se como descritiva e utilizou-se um questionário para a coleta dos dados, que foi aplicado entre março e maio de 2007. O presente estudo contou com a participação de 67 indivíduos, sendo 60 mulheres e 7 homens, com idades entre 58 e 80 anos de baixa renda. Com relação aos motivos de adesão, o que prevaleceu foi a recomendação de amigos (46%), seguido de iniciativa própria (25%), indicação médica (20%) e familiares (9%), sendo que a maioria deles aponta a saúde (52%) como o principal objetivo, seguido de integração (26%), lazer (16%), outros (6%). Acreditamos que a promoção de atividades junto aos espaços comunitários localizados no próprio bairro, possibilita o atendimento das necessidades apresentadas pelos idosos, preservando os vínculos locais, minimizando as dificuldades de acesso aos recursos impostas pela falta de condições econômicas e/ou relacionais. A motivação e o comprometimento dos idosos na participação das atividades evidencia melhoria do convívio sócio-comunitário, do autoconhecimento e da consciência corporal.

4545

36

COMPORTAMENTO DA APTIDÃO FUNCIONAL GERAL DE IDOSAS PRATICANTES DE ATIVIDADES AQUÁTICASFERNANDA SEGALA - UDESC
Aline Huber da Silva - Universidade do Estado de Santa Catarina – Laboratório de Gerontologia
Daiana Cristine Bundchen - Universidade do Estado de Santa Catarina – Laboratório de Gerontologia
Giovana Zarpellon Mazo - Universidade do Estado de Santa Catarina – Laboratório de Gerontologia

Diante das estimativas da população, com aumento do número de idosos, é necessário desenvolver ações que visem uma boa qualidade de vida na terceira idade. Uma das formas de manter os idosos com uma boa aptidão funcional é a prática de atividades físicas. O objetivo deste estudo foi comparar o índice de Aptidão Funcional Geral (IAFG), durante oito meses de um programa de natação e hidroginástica, de idosas matriculadas no GETI (Grupo de Estudos da Terceira Idade-UDESC). A coleta de dados realizou-se nos meses de março e novembro de 2006, como instrumento para a avaliação da aptidão funcional geral utilizou-se a bateria de testes da AAHPERD (American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance), composta por 5 testes motores, onde a soma dos percentis dos testes dará o IAFG. A amostra foi de 26 idosas, sendo 07 praticantes de natação e 19 de hidroginástica (2 vezes na semana, com duração de 50 minutos), com idade de 68,23±5,77 anos (mínima de 60 e máxima de 78 anos). Para análise dos dados foi utilizado o programa estatístico SPSS 11.0, com significância de 95%. Os dados foram considerados normais, através do teste de Shapiro-Wilk. As médias do IAFG foram de 184,31±65,94 e 235,85±76,54, na primeira e segunda avaliação, respectivamente. A diferença entre o IAFG de março e novembro foi testada através do teste t para amostra pareada, verificou-se que houve diferença estatisticamente significativa (p<0,001). Com base nesses resultados, podemos concluir que as idosas avaliadas melhoraram o IAFG, sendo assim, o programa está cumprindo o objetivo proposto, melhorar a aptidão funcional. Conforme classificação para idosas brasileiras, elas apresentavam IAFG considerado fraco, evoluindo para um índice regular.

4575

37

AVALIAÇÃO DA CAPACIDADE FUNCIONAL EM IDOSAS PRATICANTES DE GINÁSTICA E HIDROGINÁSTICA

ANA PAULA KUHNEN - Universidade Federal de Santa Catarina

Luciano Signori - UFSC

Maycon José Duarte - IES

Aline Carla Kuhn - UFSC

Marize Amorim Lopes - UFSC

Durante o processo de envelhecimento é comum que o indivíduo observe uma diminuição nas suas capacidades físicas. Porém, a participação em um programa de exercícios físicos torna-se uma forma efetiva para reduzir o declínio associado ao envelhecimento. Deste modo, este estudo buscou analisar os níveis de Aptidão Funcional Geral (AFG) de idosas praticantes das modalidades de ginástica e hidroginástica. A amostra foi de 72 idosas, sendo 45 (62,5%) participantes de ginástica e 27 (37,5%) de hidroginástica, do grupo de Atividades Físicas e Danças Folclóricas do CDS/UFSC. Utilizou-se a bateria de testes AAHPERD (American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance), envolvendo flexibilidade (FLEX), agilidade (AGIL), coordenação (COO), força (RESISFOR), resistência aeróbia (RA) e Índice de Aptidão Funcional Geral (IAFG). Como resultados, verificou-se que as idosas possuíam idades entre 60 a 79 anos com média de $68,14 \pm 5,36$ anos. As médias dos testes da AFG obtidas no grupo de hidroginástica foram: FLEX= $56,96 \pm 11,89$, AGIL= $26,74 \pm 3,19$, COO= $13,06 \pm 2,27$, RESISFOR= $23,37 \pm 4,35$, RA= $536,19 \pm 58,54$ e IAFG= $221,67 \pm 65,55$. E no grupo de ginástica: FLEX= $54,77 \pm 10,98$, AGIL= $25,94 \pm 3,30$, COO= $13,38 \pm 2,42$, RESISFOR= $22,24 \pm 2,76$, RA= $545,44 \pm 48,51$ e IAFG= $218,58 \pm 58,82$. Sendo que apenas o teste de RA obteve uma diferença estatisticamente significativa ($p=0,028$). A partir destes resultados pode-se concluir que ao analisar o IAFG, a grande maioria se enquadra na classificação regular, e que as idosas que realizam hidroginástica obtiveram um melhor resultado no teste da Resistência Aeróbia, confirmando os benefícios que exercícios no meio líquido promovem ao sistema cardiorrespiratório mesmo durante o envelhecimento.

4600

39

GRUPO DA MELHOR IDADE RECORDAR É VIVER/PB: O IDOSO NA CONSTRUÇÃO DA ALTERIDADE E DA AUTONOMIA

GEOVANILDO NUNES DE OLIVEIRA - Universidade Estadual da Paraíba e Prefeitura

Municipal de Cabaceiras/PB (Secretaria de Educação, Cultura e Desportos)

Alvaro Luiz de Farias - Universidade Estadual da Paraíba

Luciano Barbosa Justino - Universidade Estadual da Paraíba

Maria de Fatima Ferreira de Araújo - Universidade Estadual da Paraíba

O Grupo da Melhor Idade foi criado na cidade de Cabaceiras no Cariri paraibano, em junho 1999, com o objetivo de aprimorar a qualidade de vida de idosos através da atividade física, desportiva e de lazer. Merece destacar que a Região do Cariri Paraibano é caracterizada por um clima semi-árido, o que contribui no envelhecimento precoce, resultando em debilidade física e recuo dos respectivos idosos das atividades que exijam esforço corporal. A Região citada é também conhecida como a menor taxa pluviométrica do Brasil. Partindo do princípio metodológico de que a saúde não pode estar dissociada do lazer, o Grupo tem desenvolvido ao longo de oito anos de atividades físicas através de eventos educativos e culturais numa perspectiva interdisciplinar que articula saúde e lazer ao processo de consciência de si e do outro, tomando como base teórica os estudos sobre a alteridade do filósofo Emmanuel Lévinas e do pesquisador Alfredo G. Farias Junior sobre autonomia e promoção da saúde do idoso.

4597

38

RESPOSTA DA FREQUÊNCIA CARDÍACA E PERCEPÇÃO SUBJETIVA DO ESFORÇO DURANTE SESSÕES DE DANÇA AERÓBIA E STEP EM MULHERES IDOSAS

TATIANE HALLAGE - Universidade Federal do Paraná

Cristiane P. Miculis - Universidade Federal do Paraná

Elisa C. R. dos Santos - Universidade Federal do Paraná

Maressa P. Krause - University of Pittsburgh

Sergio G. da Silva - Universidade Federal do Paraná

Estudos recentes indicam uma relação inversa entre a idade e o nível de atividade física. Dessa forma, uma transição das atividades vigorosas para as de baixa intensidade parece ocorrer, sendo acentuado em indivíduos idosos. O motivo desta transição ainda continua desconhecido, portanto, para evitá-la é necessário desenvolver programas de exercícios físicos agradáveis, e ao mesmo tempo, que atinjam demandas fisiológicas suficientes para proporcionar benefícios à saúde. Objetivo: desenvolver um treinamento cárdio-respiratório, (TCR) através de sessões de dança aeróbica e step, agradável às mulheres idosas e que atinja a intensidade recomendada para esta população. Participaram deste estudo 15 mulheres, com 60 a 70 anos, previamente sedentárias. Foram ministradas 36 sessões de TCR. A frequência cardíaca foi mensurada através de frequencímetros e a percepção subjetiva do esforço (PSE) foi obtida pela escala 6-20 de Borg, com intervalo de 5 minutos. A intensidade alvo foi estabelecida previamente, sendo 60-70% da frequência cardíaca de reserva (FCR) e 12-13 pontos na escala de PSE Borg. Resultados: A média do %FCR e da PSE foi 55,30 (DP 11,5) e 12,69 (DP 0,60), respectivamente. Conclusão: Apesar do %FCR demonstrar que a intensidade média foi abaixo do esperado, a média da PSE indica uma intensidade moderada a difícil do treinamento, sugerindo que as participantes superestimaram a intensidade do esforço. Sendo assim, aconselha-se que futuros estudos verifiquem a relação dessas variáveis em indivíduos com diferentes níveis de condicionamento, distintas faixas etárias, sexo e diferentes formas de controle da intensidade do treinamento como outras escalas de PSE e intervalo para o controle da mesma.

4627

40

ANÁLISE DA RESISTÊNCIA AERÓBIA DE IDOSAS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA

MYLA DE AGUIAR BITTENCOURT - UFSC

Luciana Denicol - UFSC

Ana Paula Kuhn - UFSC

Marize Amorim Lopes - UFSC

Tânia Rosane Bertoldo Benedetti - UFSC

O envelhecimento conduz a uma perda das aptidões físicas, como a resistência aeróbia. Segundo alguns autores a prática de atividade física promove uma manutenção significativa nos seus valores, proporcionando uma melhora na realização das atividades da vida diária de idosos-AVDs. O presente estudo teve como objetivo analisar a Resistência Aeróbia (RA) de idosas que frequentam grupos de ginástica e hidroginástica. A amostra foi composta por 213 mulheres, de 60 a 79 anos, do projeto de Atividades Físicas e Dança Folclórica para a Terceira Idade do CDS/UFSC. As aulas foram ministradas 2 vezes por semana, com duração de 50 minutos. O instrumento de avaliação utilizado foi o teste de RA geral da bateria AAHPERD (American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance). Os dados foram coletados em março e dezembro de 2006 e submetidos ao programa estatístico SPSS 11.0, que constou de análise descritiva e do teste de Qui-quadrado. Observou-se que a média de idade das idosas foi de 69,51 ($\pm 4,79$), a RA em março foi de 540,47 ($\pm 67,02$) segundos e em dezembro de 544,60 ($\pm 68,84$) segundos. Em valores percentuais, tanto na modalidade de ginástica (49% e 51%) quanto de hidroginástica (57% e 66,7%) nos testes coletados em março e dezembro, respectivamente, as idosas obtiveram a classificação de RA como fraco, sendo que não houve diferença significativa entre os testes realizados em março e dezembro. Cabe ressaltar, que na modalidade de ginástica 33,3% das idosas que possuíam sua RA como boa em março mantiveram a mesma classificação em dezembro. Conclui-se que apesar não ter sido observado melhora na RA das idosas, muitas conseguiram manter sua RA o que pode ser considerado um grande benefício quando se está envelhecendo.

4635

41

A INFLUÊNCIA DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO DE FORÇA DE SÉRIE ÚNICA DURANTE 12 SEMANAS SOBRE PARÂMETROS CARDIOVASCULARES EM IDOSOSALVANDRO TEIXEIRA - Universidade do Vale do Rio dos Sinos - UNISINOS
Kleber Brum de Sá - Universidade do Vale do Rio dos Sinos - UNISINOS

A prática de exercícios resistidos tem sido amplamente difundida entre os idosos, principalmente pela sua importância no desenvolvimento e manutenção das principais funções musculares. Para uma condução segura e uma avaliação da eficiência destes programas, devem-se controlar adicionalmente algumas variáveis, tais como a frequência cardíaca (FC), a pressão arterial diastólica (PAD) e sistólica (PAS). O objetivo deste estudo foi analisar o efeito de um programa de treino de força de série única de 12 semanas na FC, PAS e PAD de idosos. A amostra foi composta por 8 mulheres e 3 homens (66,8±7,7 anos, 71,5±15,9 kg e 162,4±6,2 cm), praticantes de musculação há 6 anos. O programa, dividido em 3 ciclos de 4 meses, possuía 8 exercícios para os principais grupos musculares e objetivava a melhora da força resistente e da hipertrofia muscular. A FC, PAD e PAS foram medidas antes do início de cada treino (após um repouso de 10 min.). Para comparação dos dados tomou-se as médias destas variáveis em cada ciclo de treino. Os dados foram analisados pelo teste Shapiro-Wilk, pela análise de variância com medidas repetidas e pelo Teste-T para amostras dependentes. O nível de significância foi de $p \leq 0,05$. Os resultados mostraram reduções da FC (84±12,6 – 82,1±10,6 bpm), da PAS (135,1±9,4 – 130,1±9,3 mmHg) e da PAD (87,1±9,9 – 79,6±6,6 mmHg) entre o primeiro e terceiro ciclo de treino, sendo somente a queda da PAS estatisticamente significativa ($p \leq 0,05$). Embora a FC (81,3±11,0 bpm) e a PAS (127,6± 6,1) no segundo ciclo de treino tenham sido menores do que no final, essas reduções não foram relevantes ($p > 0,05$). Conclui-se que um treino de série única pode auxiliar na manutenção e na melhora de alguns parâmetros cardiovasculares em idosos.

4663

43

RELAÇÃO ENTRE ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E DESEMPENHO NO TESTE DE RESISTÊNCIA AERÓBIA EM IDOSOSCAROLINA NORONHA FERNANDES - Universidade Federal de Santa Catarina
Lucélia Justino Borges - UFSC - Universidade Federal de Santa Catarina
Adilson Sant'Ana Cardoso - UDESC - Universidade do Estado de Santa Catarina
Tânia R. Bertoldo Benedetti - UFSC
Giovana Zarpellon Mazo - UDESC

Um dos fatores interferentes na capacidade funcional de idosos é a distribuição de gordura corporal. Assim, alterações nesta distribuição (sobrepeso, obesidade) podem estar positivamente relacionadas a reduções na capacidade funcional. O objetivo deste estudo foi verificar a relação entre o índice de massa corporal (IMC) e o desempenho no teste de resistência aeróbia (RA) de idosos praticantes de ginástica. A amostra intencional foi composta por 27 idosos (24 mulheres e 3 homens) com idade entre 60 e 80 anos. Para cálculo do IMC foram mensuradas medidas antropométricas (massa corporal e estatura), e para a avaliação da RA foi utilizado o teste de resistência aeróbia da bateria American Alliance Health Physical Education, Recreation and Dance (AAHPERD). As avaliações foram realizadas em março e julho de 2007. Para a análise dos dados utilizou-se estatística descritiva, teste t pareado e correlação de Spearman, adotando nível de significância de $p < 0,05$. A idade média obtida foi de 65,4±5,38 anos. As médias encontradas do IMC de março e julho foram de 28,23±3,42 e 28,69±3,33 respectivamente, detectando-se diferença estatística significativa ($p < 0,01$). As médias obtidas do teste de RA foram de 464,11 segundos e 376,41 segundos em março e julho, respectivamente, observando-se diferença estatística significativa ($p = 0,01$). Ao relacionar IMC e RA verificou-se correlação negativa ($\rho = -0,1$; $\rho = -0,045$), em ambos períodos de avaliações. De acordo com os resultados, observou-se que o IMC parece não ter relação com o desempenho no teste de RA, ou seja, independente do estado nutricional (IMC) os idosos apresentaram desempenho satisfatório no referido teste. Palavras-chave: Índice de massa corporal. Resistência aeróbia. Idosos.

4642

42

EFEITOS DA HIDROGINÁSTICA NA SIMETRIA DA MARCHA DE UMA PORTADORA DA DOENÇA DE PARKINSONDIOGO CUNHA DOS REIS - Universidade Federal de Santa Catarina
Maria Fernínia Luchtemberg de Bem - Universidade Federal de Santa Catarina
Antônio Renato Pereira Moro - Universidade Federal de Santa Catarina

A doença de Parkinson (DP) é uma afecção neurodegenerativa que acomete principalmente a população idosa. Dentre os sintomas da DP, os distúrbios da marcha destacam-se, pois progressivamente, vão afetando a mobilidade e a independência dos portadores da doença. No início os sintomas predominam em um dos lados do corpo, e com o passar do tempo o lado oposto também acaba comprometido. Sendo assim, este estudo do tipo pré-experimental, com design de pré e pós-teste em um sujeito, teve como objetivo verificar os efeitos da hidroginástica em variáveis bilaterais da marcha de uma portadora da DP. Participou do estudo uma portadora da DP com 68 anos de idade, 1,55m de estatura, 77,5kg de massa corporal e estágio 1,5 de evolução da doença. Para a análise da marcha utilizou-se o sistema DMAS-5.0 da SPICAtek®. As coletas foram realizadas antes e após a intervenção, sendo esta constituída de aulas de hidroginástica realizadas durante um período de 4 meses, 3 vezes por semana, com duração de 45 min cada sessão. Os exercícios localizados e globais intervalados foram realizados tanto com auxílio de implementos (flutuadores, bastões, etc.) quanto livres. Para a comparação das variáveis bilaterais utilizou-se o teste "t" de Student para amostras dependentes, com $p \leq 0,05$. Os resultados da comparação entre pré e pós-teste, não demonstraram diferenças significativas para as variáveis "tempo de passo" (direito x esquerdo) ($p = 0,118$) e "comprimento de passo" (direito x esquerdo) ($p = 0,211$). De maneira geral pode-se afirmar que a intervenção não contribuiu para possíveis alterações na marcha do indivíduo, sendo assim, supõe-se que o período de intervenção adotado não foi suficiente para o estabelecimento de alterações nas variáveis da marcha.

4697

44

O INÍCIO DA PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS POR IDOSOS – OPÇÃO PRÓPRIA OU RECOMENDAÇÃO MÉDICA? PRAZER OU OBRIGAÇÃO?DANIEL VICENTINI DE OLIVEIRA - CESUMAR
Bruna Stresser

Introdução: O envelhecer, juntamente com um estilo de vida sedentário, podem levar ao desenvolvimento de doenças crônicas degenerativas. Através da atividade física, e de outros fatores, podemos retardar o envelhecimento, já que é um processo irreversível. Cada vez mais, os médicos estão recomendando a prática de exercícios físicos para essa população. Mesmo assim, algumas pessoas envelhecem, sem "sintomas" críticos desse processo, e praticam exercícios físicos por conta própria, já sabendo dos ótimos resultados. Objetivo: verificar a quantidade de idosos que escolhem um estilo de vida ativo, a partir de recomendações médicas ou por opção própria. Verificar quantos fazem por prazer e quantos fazem na obrigação. Material e Métodos: Foram avaliados 86 indivíduos de ambos os sexos, em idade compreendida entre 60 e 86 anos. Foi usado um questionário pra responder a idade; sexo; se o início da prática de atividades físicas foi por opção própria ou se foi por recomendação médica; Resultados: 25,2% dos entrevistados começaram a prática de atividade física por vontade própria; 74,5% começaram a prática de atividade física por recomendações médicas. Dos entrevistados que começaram a praticar atividades físicas por recomendação médica, 12,5% não fazem com prazer e 87,5% dizem praticar com muito prazer. Conclusão: Verifica-se que a maioria dos idosos começa a prática de atividades físicas por recomendações médicas, mas o número de pessoas que começam por conta própria é bastante significativo. Dos que dizem ter começado por recomendação médica, uma grande porcentagem diz gostar do que fazem e um número bem inferior não gostam.

4707

45

ATIVIDADES DA VIDA DIÁRIA DE IDOSOS PERTENCENTES A COMUNIDADE DO MACIÇO DO MORRO DA CRUZ E IMEDIAÇÕES

MARIA FERMINIA LUCHTEMBERG DE BEM - UFSC
Elusa Santina A. de Oliveira - UFSC
Morgana Luchtemberg De Bem

Introdução: a diminuição da capacidade funcional motivada pelo envelhecimento gera dificuldades para realizar atividades da vida diária (AVD). Objetivos: verificar a capacidade para realizar as ADV em idosos pertencentes a comunidade do Maciço do Morro da Cruz e imediações. Métodos e técnicas: estudo descritivo do tipo levantamento. A amostra foi composta por 22 idosos e o instrumento foi o "Questionário BOAS" adaptado. Utilizou-se o programa SPSS 15.0 e efetuou-se análise descritiva e frequência simples. Resultados: participaram do estudo 22 idosos (77,3% mulheres), com idade entre 65 e 87 anos (71,8+6,07 anos) onde 27,3% não sabem ler e 36,4% possui o curso primário. A maioria dos idosos é viúva (31,8%), possui mais de seis filhos (27%), e mora com até sete pessoas. Relataram estar satisfeito com a vida (72,7%), ter percepção positiva de saúde (77,2%), embora 55,5% apresentem problemas de saúde. Não fumam e apenas 40% bebem socialmente. Verificou-se que 72,7% dos idosos são totalmente independentes, 18,2% são parcialmente independentes e apenas 4,5% são parcialmente ou totalmente dependentes. Como forma de lazer assistem TV (95%), rádio (68,2%) e lêem revistas/jornais (45,5%). A maioria caminha pelo bairro, vai à igreja, faz compras, visita amigos e parentes e menos de um terço vai a eventos sociais e se dedica a costura e bordados. Todos estão satisfeitos com o tempo livre e 90,9% sentem-se felizes. Relataram problemas econômicos, de violência e preocupação com filhos/netos. Conclusão: os idosos investigados estão satisfeitos com a vida, percebem positivamente a saúde, apresentam grau de autonomia funcional totalmente independente e o seu tempo livre é ocupado assistindo TV, embora pertençam a uma comunidade carente.

4711

47

AVALIAÇÃO DO EQUILÍBRIO E ORIENTAÇÃO DE IDOSOS COM VISTA A MINIMIZAR A INCIDÊNCIA DE QUEDAS

CYNTHIA MARIA ROCHA DUTRA - CEBS - Colégio Brasileiro de Estudos Sistemáticos
João Egoberto Siqueira - Secretaria Municipal de Esporte e Lazer de Curitiba
Juliana Cortes
Marciane Maria Kulczyk - Pontifícia Universidade Católica do Paraná
Ana Paula Loureiro - Pontifícia Universidade Católica do Paraná

INTRODUÇÃO: É fundamental na prática com idosos reconhecer a grande heterogeneidade entre esta população: presença de doenças, conhecimento do processo normal do envelhecimento e dos limites e incapacidades funcionais naturais do paciente (PERRACINI, 2002). Distúrbios do equilíbrio corporal a autonomia social, reduzem as atividades de vida diária por predisposição a quedas e fraturas, e elevam os custos com o tratamento de saúde (Pedalini et al, 1999). O objetivo deste estudo foi analisar o equilíbrio de idosos não institucionalizados, de 60 a 69 anos, para verificar o risco de quedas. MATERIAIS E MÉTODOS – A partir de dados coletados, no ano de 2006, em avaliação institucional do Programa CuritibaAtiva, 392 mulheres e 293 homens (64,07 anos sd 2,81; 1,57 m sd 0,06; 70,4 kg sd 12,15) tiveram seus dados e analisados. Foi utilizado como referência o teste de "equilíbrio estático" (Matsudo, 2000), e os resultados anotados e organizados percentualmente segundo o nível de dificuldade. RESULTADOS E CONCLUSÕES – Parte da amostra (60,5%) apresentou índice bom (14,8%), ótimo (44,3%) e 1,4 % de excelente, com fração elevada (39,5%) de índices baixos, particularmente 109 sujeitos (18,6%) com valores considerados insuficientes. Não apenas se distinguiu o perfil dos idosos mais vulneráveis a cair, como também quais com maior suscetibilidade a sofrerem lesão grave. O grande número de classificação ótima, o baixo número de bom e de regulares e suficientes elevados, leva-nos a concluir a necessidade de intervenção terapêutica com intuito de reverter ou minimizar os distúrbios de equilíbrio. Evitar o evento de queda é considerado conduta de boa prática geriátrico-gerontológica, e um dos indicadores de qualidade de serviço para idosos.

4710

46

O TREINO DE POTÊNCIA E SUA INFLUÊNCIA NO TESTE DE SENTAR-LEVANTAR EM MULHERES 56 ANOS

JOSÉ AUGUSTO AYRES FLORENTINO - Faculdade Cecenista de Osório
Ricardo Pedrozo Saldanha - Faculdade Cecenista de Osório

O presente estudo trata-se de um trabalho piloto que teve como objetivo verificar, após 4 semanas de treinamento de potência muscular, a capacidade funcional de mulheres com idade 56 anos e a contribuição deste tipo de treinamento para o aumento no escore do teste de sentar-levantar. Participaram 6 indivíduos, do sexo feminino, fisicamente ativos, porém sem experiência em treinamento de força e potência muscular. O estudo foi realizado em 8 semanas divididas em 2 protocolos de treinamento, cada protocolo com duração de 4 semanas. Primeiramente foram realizados, com o grupo controle, exercícios de hipertrofia. Nas últimas 4 semanas, os exercícios realizados foram de potência muscular. Após as quatro semanas com o treinamento de potência, pôde ser observado aumento no escore do teste de sentar-levantar. Para a ação de sentar, exibiu-se ganhos de + 33,3% e para a ação de levantar, ganhos de + 14,2%. Conclui-se que, mesmo num curto período de tempo, de apenas 4 semanas de treinamento de potência muscular, ganhos em força, potência e estabilidade postural, puderam ser observados a partir dos resultados obtidos na aplicação do teste de sentar-levantar. Entretanto, um maior período de treinamento parece ser necessário para maximizar os resultados.

4742

48

BENEFÍCIOS DA CAMINHADA PARA MULHERES IDOSAS

FRANCISCA MARIA ALEUDINELIA MONTE CUNHA - Universidade de Fortaleza
Luciana Zaranza Monteiro - Universidade de Fortaleza
Frederico Lemos Araújo - Universidade de Fortaleza
Raimunda Magalhães da Silva - Universidade de Fortaleza

Introdução: O exercício físico na terceira idade pode trazer benefícios tanto físicos, como sociais e psicológicos contribuindo para um estilo de vida mais saudável dos indivíduos que a praticam. Objetivo: O objetivo do presente estudo foi verificar os benefícios da caminhada em mulheres idosas. Métodos: A pesquisa é do tipo descritiva, exploratória com abordagem qualitativa, realizada no período de fevereiro a junho de 2007. A amostra foi composta por 16 mulheres de 60 a 71 anos de idade residentes na Comunidade do Bairro Alto do Cristo Rei na cidade de Sobral – CE que participavam das caminhadas de segunda a sexta-feira, com duração de 30 minutos sob a orientação do profissional de Educação Física. Foi aplicado um questionário contendo dados de identificação, habilidades físicas, psíquicas e de costumes. As idosas foram alocadas em 2 grupos: A) idosas que praticavam caminhada e B) idosas que não praticavam regularmente a caminhada. Resultados: Os resultados indicaram que aquelas que faziam a caminhada regularmente obtiveram melhora em suas atividades da vida diária, melhora no convívio familiar, melhora na saúde, onde apresentaram redução do peso, proporcionando uma melhora na qualidade de vida. No grupo B as idosas mostraram-se insatisfeitas com a saúde e com o convívio familiar, sentindo-se mais irritadas e sem ânimo para realizar as atividades da vida diária, onde a maioria afirmou ser chato acordar cedo para caminhar. Conclusões: O presente estudo demonstrou que a prática regular de atividade física – a caminhada promoveu aumento significativo no bem-estar e uma melhorara na qualidade de vida das idosas.

4746

49

COMPARAÇÃO ENTRE DOIS METODOS DE ALONGAMENTO EM IDOSOS

BRYANNE SILVA FIGUEIREDO - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina
 Marcelo Zager - Faculdade Estácio de Sa de Santa Catarina

Introdução: A busca pela qualidade de vida na população idosa é um fato recente e universal, essa população pode não adoecer se desenvolver hábitos saudáveis como a atividade física (AF). Neste contexto, a flexibilidade é uma das aptidões importantes para a manutenção da capacidade de realizar plenamente todas as atividades da vida diária. O processo de envelhecimento muscular gera perda de flexibilidade, no entanto, a prática do alongamento no idoso tem sido pouco discutida, sendo isto fundamental para uma correta prescrição da modalidade. Objetivos: Avaliar, através de goniometria, o alongamento estático com inibição ativa muscular de modo seriado e contínuo em idosos. Métodos: Foram avaliados 8 indivíduos idosos com idades entre 64 e 91 anos, de ambos os sexos, sedentários e com integridade do sistema músculo-esquelético, os quais receberam 8 sessões de alongamento contínuo por 60s em membro inferior direito (MID) e 8 sessões de 3 séries de 20s em membro inferior esquerdo (MIE). Resultados: O alongamento seriado promoveu um ganho médio para cada sessão de 3,6 graus ($p=0,0001$), enquanto o de modo contínuo promoveu um ganho de 2,6 ($p=0,0001$), representando um diferença de 15,3% ($p=0,01$). O ganho acumulado das 8 sessões para o modo seriado foi de 21 graus e para o modo contínuo foi de 13 graus, representando uma diferença de 61% ($p=0,01$). Conclusão – O alongamento realizado de modo seriado, em idosos, promoveu melhores ganhos de amplitude de movimento em relação ao alongamento realizado de modo contínuo. Palavras-chaves: Alongamento, flexibilidade, idosos

4747

50

AValiação DA FORÇA EM MULHERES IDOSAS PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO

OSVALDO D. SIQUEIRA - LAFIMED/EFI ULBRA
 Cristiane Ortiz Schmidt - LAFIMED/EFI ULBRA
 Adriana Truccolo - LAFIMED/EFI ULBRA
 João Oliva - LAFIMED/EFI ULBRA
 Luiz Crescente - LAFIMED/EFI ULBRA

Exercícios contra-resistência têm sido recomendados para idosos como uma forma de diminuir os declínios de força e massa muscular relacionados à idade. O objetivo deste estudo foi medir o nível de força de membros superiores e inferiores em idosas praticantes de musculação e comparar com tabela normativa para sexo e faixa etária, proposta por Rikli e Jones. Estudo de corte transversal onde foram investigadas 35 mulheres, faixa etária entre 60 a 74 anos (66,87+ 4,79), que participam de programa de musculação para terceira idade há dois anos em academia localizada em Porto Alegre, RS, sendo critério de inclusão no estudo não possuir condição crônico-degenerativa. As idosas foram divididas em três grupos: Grupo 1, de 60 a 64 anos, Grupo 2, de 65 a 69 anos, Grupo 3, de 70 a 74 anos. A força de membros superiores foi avaliada através do teste de flexão de cotovelo e a força de membros inferiores foi avaliada por meio do teste de levantar e sentar, ambos realizados em 30 segundos. Os resultados mostraram relação entre declínio de força dos membros inferiores e a idade. Quando observados os resultados para membros superiores o mesmo não ocorreu, sendo que os três grupos se mantiveram dentro dos valores considerados normais para sexo e faixa etária. O contínuo interesse de pesquisadores pelas causas e mecanismos envolvidos na perda da força muscular com o avanço da idade é importante uma vez que possibilitará a criação de estratégias que retardem o efeito deletério na força muscular.

4752

51

EXERCÍCIOS RESISTIDOS COM MATERIAL ALTERNATIVO PARA IDOSOS

MAUREN DA SILVA SALIN - Associação Educacional Luterana Bom Jesus - IELUSC
 Jonas Alexandre Merkle - Associação Educacional Luterana Bom Jesus – IELUSC
 Fabiola Souza Leite - Associação Educacional Luterana Bom Jesus – IELUSC
 Daniela Branco Liposcki - Universidade do Estado de Santa Catarina – UDESC/
 CEFID

Evidências epidemiológicas sustentam o efeito positivo da participação de indivíduos em programas de atividade física tanto na prevenção como na minimização dos declínios fisiológicos comuns ao processo de envelhecimento. Este estudo teve como objetivo verificar se há aumento do número de repetições, com a prática de exercícios resistidos, nos membros superiores (MMSS) e membros inferiores (MMII) de idosos, utilizando-se para tanto materiais alternativos (bastões de madeira, garrafinhas plásticas de 600ml preenchidas com areia). O estudo foi do tipo descritivo e de cunho comparativo, realizado em duas etapas, pré e pós-teste, com intervalo de 10 semanas, onde foi aplicado um programa de exercícios resistidos. Este estudo contou com 15 indivíduos, de ambos os sexos, com idade média de 66,87 anos, pertencentes a um grupo de convivência de idosos na cidade de Joinville/SC. Os instrumentos utilizados foram os testes de flexão de cotovelo (Arm Curl Test) e o de levantar da cadeira (Chair Stand Test), descritos por RIKLI e JONES (1999). Os resultados encontrados demonstraram um aumento de 29,9% no desempenho das repetições dos MMSS e de 24,8% nos MMII. Desta forma pode-se concluir que os exercícios resistidos, mesmo que efetuados com materiais alternativos, têm importante papel no aumento indireto da força e conseqüentemente na minimização da perda da massa muscular que, comumente, ocorre durante o processo de envelhecimento.

4774

52

QUALIDADE DE VIDA EM HOMENS E MULHERES IDOSOS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA

ANDRÉA KRÜGER GONÇALVES - Universidade Luterana do Brasil/Canoas
 Cintia de La Rocha Freitas - ULBRA/Canoas
 Doralice Orrigo da Cunha Pol - ULBRA/Canoas
 Ana Maria Pujol Vieira dos Santos - ULBRA/Canoas
 Adriane Teixeira - ULBRA/Canoas

A variável qualidade de vida tem sido muito enfatizada no contexto atual. A prática da atividade física é abordada como um dos componentes que propiciam um melhor bem estar. O aumento da expectativa de vida tem suscitado a necessidade de investigação, abordando tanto aspectos da qualidade de vida quanto da atividade física. É importante ressaltar a baixa adesão dos homens na prática de atividade física regular orientada. Nesse sentido, o presente estudo teve como objetivo analisar a qualidade de vida de idosos, de ambos os sexos, praticantes de atividade física regular. A amostra foi composta por 23 homens e 68 mulheres com idade a partir de 50 anos, integrantes do projeto de hidroginástica para terceira idade do Centro de Estudos de Atividade Física e Envelhecimento-CEAFE, na ULBRA/Canoas. O instrumento utilizado foi o Whoqol-Old da OMS. Foram avaliados os domínios habilidades sensoriais, autonomia, atividades passadas/presentes/futuras, participação social, morte e morrer, intimidade. Para a comparação entre os dois grupos da amostra utilizou-se o teste t de Student para dados independentes. A média dos domínios para os homens foi 93,74±8,33 e para as mulheres foi 94,91±10,39. Não houve diferença significativa entre os dois grupos, indicando que homens e mulheres praticantes de atividade física apresentam os mesmos padrões de qualidade de vida, com valores elevados considerando a pontuação máxima do instrumento de 100 pontos.

AVALIAÇÃO DA AUTONOMIA FUNCIONAL DE IDOSOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA REGULAR

SCHEYLA PAULA BOLLMANN OLESKOVICZ - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina

Rita de Cássia C. Teodoroski - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina

O índice de GDLAM, que avalia a autonomia funcional do idoso, relaciona os principais movimentos da vida diária do idoso, sendo composto por 5 testes: caminhar 10 metros, levantar-se da posição sentada, levantar-se da posição de decúbito ventral, levantar-se da cadeira e locomover-se pela casa e vestir e tirar uma camiseta. O presente estudo avaliou o nível de autonomia funcional de idosos praticantes de atividade física regular. A amostra foi composta por 13 idosos praticantes de atividade física orientada pelos alunos do curso de Fisioterapia da Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina, sendo 3 homens e 10 mulheres. A média de idade de 67,07 anos. Nesta atividade física, realizada 2 vezes na semana, eram realizados exercícios de alongamento para membros superiores e membros inferiores, exercícios de equilíbrio, caminhada de 30 minutos e dinâmica ao final da atividade, sendo esta composta ou por relaxamento ou por exercícios de memória. O tempo médio de prática de atividade física no programa foi de 1,6 anos. O índice de GDLAM do grupo foi de 15,23 (sendo este considerado muito bom), onde 7 indivíduos foram classificados como "muito bom", 3 como "bom", 2 como "regular" e apenas 1 como "fraco". Isto demonstra a importância da prática de atividade física na terceira idade, sendo esta promotora de bem estar ao idoso, pois é durante o envelhecimento que há alterações na aptidão física, decorrentes de alterações antropométricas, metabólicas e neuromotoras. Com isso, ações preventivas, como a prática de atividade física regular, faz com que indivíduos idosos ativos apresentem perdas motoras menores do que indivíduos sedentários.

ATIVIDADE FÍSICA E FORÇA DE PRENSÃO MANUAL EM IDOSOS

PRISCILA RADEL VOLPATO - UNISUL

Lucas da Silveira Segalin - UNISUL

Anna Quialheiro Abreu da Silva - UNISUL

Luiz Augusto Belmonte - UNISUL

Rômulo Nolasco de Brito - UNISUL

Introdução: A Perda de massa muscular e conseqüentemente da força muscular, como processo fisiológico do envelhecimento, é o modo principal de se notar a deteriorização da capacidade funcional do indivíduo. A perda de força muscular relaciona-se diretamente a um desempenho físico, por vezes responsabilizado por um estilo de vida menos ativo. Sabe-se que a Atividade Física, quando realizada de forma sistematizada, é capaz de produzir de imediato um profundo aumento nas funções essenciais de aptidão física dos idosos. Desta forma, o presente estudo tem como objetivo avaliar a influência da atividade física no pico de força muscular durante a prensão manual. Metodologia: A avaliação foi realizada em indivíduos participantes do Projeto "Vovô em Ação" da UNISUL/Palhoça/SC que realizam programa de atividade física duas vezes por semana com duração de uma hora, nas dependências da Universidade. Para verificar o nível de Atividade Física da amostra foi aplicado o Questionário Internacional do Nível de Atividade Física (IPAQ) em forma de entrevista direta e para avaliar a força de prensão manual utilizou-se dinamometria manual, com ajuste individual. Resultados: A partir disso, observou-se que os indivíduos da amostra que foram classificados ativos (cumpriram as recomendações do questionário) apresentaram o pico de força de prensão manual maior que os indivíduos classificados como insuficientemente ativos (realizam atividade física por pelo menos 10 minutos por semana, porém insuficientemente para ser classificado como ativo). Conclusão: Por fim, considera-se que a atividade física, quando realizada de forma sistematizada, pode intervir no processo de envelhecimento de forma positiva.

TEMPO DE REAÇÃO E VARIÁVEIS ASSOCIADAS EM MULHERES IDOSAS

MARIA ANGÉLICA BINOTTO - Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC

Katia Cristine Schmidt - UFSC

Carmem Cristina Beck - UFSC

Sidney Ferreira Farias - UFSC

O objetivo do estudo foi verificar a associação entre tempo de reação simples (TRS), tempo de reação de escolha (TRE), idade, tempo de prática (TP) e atividade física (AF) em mulheres idosas. A amostra não probabilística constituiu-se de 234 idosas com idade média de 69,52±5,51 anos. A coleta dos dados foi realizada em duas etapas distintas: a primeira compreendeu na mensuração do tempo de reação por meio do instrumento Lafayette Instrument Multi-Choice Reaction Time Apparatus, Modelo 6301, na qual foi avaliado o TRS e o TRE por meio de estímulos visuais, e a segunda aplicação do Questionário Internacional de Atividades Físicas (IPAQ). O TP foi obtido pela consulta nos fichários do grupo de convivência selecionado para este estudo. Os dados foram analisados no programa SPSS 11.5, e a relação entre as variáveis foi verificada por meio da correlação de Pearson. Adotou-se um valor de significância de $p \leq 0,05$. De acordo com os resultados, verificou-se que houve associação significativa da idade com as demais variáveis: TP (r: 0,239), AF (r: -0,257), TRS (r: 0,140) e TRE (r: 0,246) e do TRS e TRE (r: 0,683). Com isso, observou-se que quanto maior a idade cronológica maior é o TP em atividades físicas no grupo; que à medida que aumenta a idade cronológica, as idosas tendem a diminuir o tempo semanal disponibilizado à AF e quanto ao comportamento do tempo de reação (TRS e TRE) ao longo da idade cronológica, verificou-se que há um aumento com o passar dos anos. Embora uma relação entre atividade física e tempo de reação não tenha sido constatada, evidências mostram que há uma relação suficiente para tomar decisões profissionais e políticas que incluam a atividade física como um componente importante do estilo de vida de idosos.

IMPACTO DO ENVELHECIMENTO SOBRE A APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE EM MULHERES DE DIFERENTES FAIXAS ETÁRIAS

HUMBERTO JOSE CARDOSO PIANCA - Universidade Estadual de Londrina

Humberto José Cardoso Pianca - Centro de Educação Física e Desportos -

Universidade Estadual de Londrina - Paraná

Fábio Luiz Cheche Pina - Centro de Educação Física e Desportos - Universidade

Estadual de Londrina - Paraná

Gustavo Neri Tassi - Centro de Educação Física e Desportos - Universidade Estadual

de Londrina - Paraná

Arlí Ramos de Oliveira - Centro de Educação Física e Desportos - Universidade

Estadual de Londrina - Paraná

A aptidão física tem sido associada ao bem estar, à saúde e à qualidade de vida das pessoas em todas as faixas etárias, principalmente na meia idade e na velhice. Assim, o propósito do presente estudo foi analisar os índices de aptidão física relacionada à saúde de mulheres em diferentes faixas etárias. Participaram do estudo 206 mulheres com idade entre 20 e 59 anos, estas foram divididas em quatro grupos de acordo com a idade, G1=20 a 29 anos, G2=30 a 39 anos, G3=40 a 49 anos e G4=50 a 59 anos. Foram realizadas medidas de massa corporal, estatura, circunferências (cintura e quadril), espessuras de dobras cutâneas (suprailíaca, tricipital e coxa), para determinar o índice de massa corporal (IMC), relação cintura-quadril (RCQ), gordura corporal relativa (%G) e massa corporal magra (MCM). Avaliou-se a função músculo-esquelética e cardiopulmonar realizando os testes de abdominal modificado (ABD), flexão e extensão de cotovelos (FEC), sentar-e-alcancar (SA) e o teste submáximo de Astrand no cicloergômetro, respectivamente. O teste de Shapiro Wilk foi utilizado para verificar a normalidade dos dados. ANOVA foi utilizado para comparações entre MCM e a flexibilidade nas diferentes faixas etárias, contudo, para os dados não-paramétricos o teste Kruskal-Wallis foi utilizado com $p < 0,05$. Foram observados aumentos significativos em função da idade para as variáveis IMC ($p=0,01$), RCQ ($p=0,01$), %G ($p=0,03$) e redução significativa para as medidas de (ABD) e (VO2máx), porém nenhuma diferença significativa foi observada na MCM e nos testes (SA) e (FEC). Os resultados sugerem que o processo de envelhecimento pode ter impacto negativo sobre variáveis como IMC, RCQ, %G, resistência muscular abdominal e capacidade cardiopulmonar.

4809

57

ANÁLISE DA FORÇA DE PRENSÃO MANUAL MÁXIMA EM IDOSAS PRATICANTES E NÃO-PRATICANTES DE EXERCÍCIO FÍSICO REGULAR

LUIZ AUGUSTO OLIVEIRA BELMONTE - Universidade do Estado de Santa Catarina
Jonathan Ache Dias - UDESC
Luana Meneghini - UNISUL
Noé Gomes Borges Junior - UDESC
Susana Cristina Domenech - UDESC

Com o envelhecimento, as habilidades motoras da mão como a prensão manual pode ser modificada, decorrentes das alterações como perda de massa e força muscular. O objetivo foi verificar se existe diferença de força de prensão manual máxima entre praticantes e não-praticantes de exercício físico regular. Participaram do estudo 18 idosas (63,9 ± 4,8 anos), divididas em dois grupos de praticantes e não-praticantes de exercício físico. O instrumento para a coleta foi um dinamômetro de prensão manual digital, afixado a uma base com altura regulável e conectado a um computador onde o software "Força de Prensão Manual", para aquisição dos dados de força vs tempo. Os sujeitos foram posicionados sentados, a mão posicionada no dinamômetro com antebraço em posição em meia pronação e cotovelo em 90º de flexão. O sujeito foi orientado a aplicar a força de prensão máxima. A empunhadura do dinamômetro foi ajustada em três tamanhos diferentes. Foram analisadas as curvas com maior valor de força de prensão para cada mão. Utilizou-se estatística descritiva. Para as comparações dos valores de força máxima entre praticantes e não-praticantes, empregou-se o teste t pareado assumindo um nível de significância de 5%. Para comparação dos valores de força máxima encontrados no grupo de idosas. A força de prensão máxima na mão dominante do grupo de idosas praticantes valores de 240 ± 48 N e não-praticantes de 166 ± 43 N. Foi verificada diferença estatisticamente significativa entre idosas praticantes e não-praticantes (p=0,014). Os resultados demonstram que a força de prensão da mão dominante em idosas praticantes de exercícios físicos regulares quando comparadas ao de idosas não-praticantes em valores médios é maior no grupo das praticantes.

4823

59

EFEITOS DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM TRÊS VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS DE INDIVÍDUOS IDOSOS

ADRIANA TAVARES JAPIASSU - UDESC
Adilson Sant'Ana Cardoso - UDESC
Ana Paula Moratelli Prado - UDESC
Giovana Zarpellon Mazo - UDESC

Os aspectos anatômicos do corpo humano têm relação direta com a aptidão física e saúde, e podem definir aspectos importantes dos efeitos do treinamento físico no idoso. Assim, este estudo visou comparar três medidas antropométricas de idosos antes e após 24 semanas de prática de exercícios físicos. Para tal, foram avaliados 56 indivíduos, com idade média de 69,29 ± 6,91 anos, praticantes em sua maioria (78%) de hidroginástica no programa "Grupo de Estudos da Terceira Idade - GETI/UDESC". As medidas antropométricas de peso, estatura e perímetria, foram coletadas em março e dezembro de 2005. Em seguida, foi realizado o cálculo do IMC, da relação cintura/quadril (CQ), e da predição do percentual de gordura corporal (PG) através da equação de Deurenberg et al. (1991). A análise de dados ocorreu por meio de estatística descritiva, Teste t pareado e Teste de Wilcoxon, com nível de significância de p < 0,05. As médias encontradas em março e dezembro foram respectivamente: 28,29 ± 4,26 e 28,65 ± 4,37 para o IMC; 43,31 ± 5,87 e 44,17 ± 6,19 para o PG; e 0,92 ± 0,061 e 0,88 ± 0,095 para a CQ. Foram observadas diferenças significativas em todas as comparações, sendo que o IMC e o PG aumentaram (p < 0,001 e p = 0,012 respectivamente), e a CQ diminuiu (p < 0,001) no período avaliado. Assim, apesar da prática de exercício físico, pôde-se constatar um aumento nas medidas antropométricas dos avaliados, exceto da relação cintura/quadril, o que pode estar relacionado a melhor distribuição da gordura corporal devido ao tipo de atividade realizada, ou mesmo a aquisição de uma postura corporal mais ereta proporcionando uma diminuição da pitose abdominal. Este acréscimo nas medidas pode também estar associado ao descontrole da dieta ou da intensidade do exercício.

4815

58

RELAÇÃO DA ASSIDUIDADE SOBRE A FORÇA MUSCULAR DE MEMBROS SUPERIORES EM IDOSOS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA

LUCIANA DENICOL - Universidade Federal de Santa Catarina
Myla de Aguiar Bittencourt - Universidade Federal de Santa Catarina
Mariana Pereira Vasconcelos - Universidade Federal de Santa Catarina
Tânia R. Bertoldo Benedetti - Universidade Federal de Santa Catarina
Marize Amorim Lopes - Universidade Federal de Santa Catarina

O envelhecimento conduz a alterações fisiológicas, como a perda das fibras musculares tipo II, conseqüentemente a diminuição da força muscular, dificultando a realização das atividades da vida diária (AVDs). A hidroginástica pode contribuir na manutenção e na melhora dessa força muscular em idosos. Porém, a falta de assiduidade nas aulas é algo preocupante, pois o efeito nas diferentes capacidades físicas é prejudicado. O objetivo deste estudo foi averiguar o efeito da assiduidade sobre a capacidade física força de membros superiores em idosos praticantes de hidroginástica. O grupo avaliado é composto por 31 idosos, sendo 11 homens (36,1%) e 20 mulheres (63,9%), com idades entre 61 a 76 anos, do projeto de Atividades Aquáticas para Terceira Idade do Centro de Desportos, UFSC, que possuem uma média de 7,64 faltas. As aulas foram ministradas 2 vezes por semana, com duração de 50 minutos. O instrumento de avaliação foi o teste de força de membro superior da bateria AAHPERD (American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance). Os dados foram coletados em março e dezembro de 2006 e a assiduidade foi acompanhada em todas as aulas ministradas neste período. Para a análise dos dados utilizou-se o teste de Correlação de Pearson e teste t student pareado. A média do pré-teste foi de 19,55 ± 3,65, e do pós-teste de 20,71 ± 3,72 com diferença estatística significativa (p=0,04). A correlação de Pearson entre os resultados do pós-teste e o número de faltas demonstra correlação negativa fraca entre os resultados dos testes de força e o número de faltas (r=-0,016). Conclui-se que o número de faltas não afetou significativamente o nível de força dos idosos praticantes de hidroginástica.

4833

60

DESEMPENHO MOTOR DE IDOSOS DE BARBADOS: DADOS DA PESQUISA SABE

HERTON XAVIER CORSEUIL - Universidade Federal de Santa Catarina
Aline Rodrigues Barbosa - UFSC
Édio Luis Petroski - UFSC

O objetivo deste estudo foi verificar o desempenho motor (DM) dos idosos da cidade de Bridgetown, Barbados. Trata-se de estudo epidemiológico transversal, de base populacional e domiciliar, parte de estudo multicêntrico (Pesquisa SABE), coordenado pela Organização Pan-Americana de Saúde, realizado entre 1999 e 2000. Abrangeu 924 mulheres e 584 homens (60 anos e mais), selecionados por amostragem probabilística. Os testes de DM utilizados foram: 1º "agachar e pegar o lápis" no chão, tempo ≤ 30 segundos; 2º "sentar e levantar", 5 vezes seguidas, em tempo ≤ 60 segundos. Foram utilizadas 4 categorias de desempenho, de acordo com a distribuição percentil (tempo - T): Inabilidade= T > máximo; Fraco= T ≤ percentil 25; Médio= T > percentil 25 e ≤ percentil 75; Muito bom= T > percentil 75. A média de idade dos indivíduos foi de 72,9 ± 8,6 anos (mulheres) e de 72,1 ± 7,6 (homens). O teste t de Student, para amostras independentes, mostrou que os homens (11,6 ± 4,8") foram mais rápidos que as mulheres (12,5 ± 5,4") no 1º teste (p=0,005). O tempo médio no 2º teste foi 2,6 ± 3,2" (mulheres) e 2,5 ± 3,4" (homens). Os dados mostraram que o desempenho muito bom e médio (1º teste), respectivamente, foi observado em 41,7% e 38,9% das mulheres e 27,5% e 59,1% dos homens, sendo a inabilidade observada em aproximadamente 1% dos indivíduos. No 2º teste os desempenhos muito bom, médio e inabilidade, respectivamente, foram observados em: 31,6%, 49,3% e 3,7% das mulheres; 36,4%, 48,5% e 1,6%, dos homens. Embora exista baixa prevalência de desempenho fraco, sugere-se a implantação de programas de exercícios que proporcionem a melhoria e manutenção da capacidade motora dos idosos e, conseqüentemente, da qualidade de vida dos mesmos.

4842

61

A DANÇA DE SALÃO COMO QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO

GELCEMAR OLIVEIRA FARIAS - Universidade Luterana do Brasil
 Daniane Farias da Silva - Universidade Luterana do Brasil

A população idosa cada vez mais está aderindo a programas de atividade física, um exemplo disto é a dança de salão, que tem recebido destaque nos últimos tempos. A prática de atividades físicas tem sido considerada um dos fatores que contribuem positivamente para o aumento da qualidade de vida das pessoas idosas, desde que sejam respeitadas as limitações de cada indivíduo. Nesta perspectiva, o objetivo do estudo foi avaliar os benefícios da dança de salão para a qualidade de vida dos idosos. Esta investigação caracterizou-se como uma pesquisa descritiva. Fizeram parte 14 idosos, pertencentes a um programa de convivência da terceira idade, que desenvolviam a dança de salão. Para a coleta de dados foi utilizado um questionário composto por perguntas abertas e fechadas. Os resultados revelaram que após o ingresso na dança de salão, 9 idosos perceberam melhoras na sua saúde e nas atividades diárias, 12 notaram mudanças positivas no seu convívio social. No entanto, 9 idosos relataram a ampliação da sua mobilidade, principalmente para caminhar e subir escadas e um mencionou que passou a ser mais desinibido após entrar no grupo. Conclui-se que a dança de salão proporciona as pessoas idosas a melhora da auto-estima, a confiança em si e no seu corpo, a sensação de bem-estar e o aumento da disposição na realização de tarefas diárias, bem como, a diminuição da ansiedade e da depressão.

4869

63

INATIVIDADE FÍSICA E SUA ASSOCIAÇÃO COM ACIDENTE VASCULAR ENCEFÁLICO (AVE) EM IDOSOS DE HAVANA, CUBA

RAILDO DA SILVA COQUEIRO - Programa de Pós-graduação em Educação Física – PPGEF/UFSC. Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria & Desempenho Humano. Bolsa: CNPq.

Aline Rodrigues Barbosa - Programa de Pós-graduação em Educação Física – PPGEF/UFSC. 2 Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria & Desempenho Humano.

A inatividade física é um importante fator de risco para agravos à saúde vascular de idosos, podendo ser considerada um forte preditor de morbi-mortalidade por acidente vascular encefálico (AVE) nesta população. O objetivo do estudo foi verificar a associação entre inatividade física e AVE em idosos da cidade de Havana (Cuba) de acordo com o sexo. Trata-se de pesquisa epidemiológica transversal, de base populacional e domiciliar, parte de estudo multicêntrico (Pesquisa SABE), coordenado pela Organização Pan-Americana de Saúde, realizado entre 1999 e 2000. Foram incluídos neste estudo 1903 indivíduos com 60 anos e mais (1195 mulheres), selecionados por amostragem probabilística. A prática regular de atividade física vigorosa no último ano foi verificada por questão única (sim, não). A ocorrência de AVE foi referida pelos idosos ou por pessoa próxima por meio da seguinte pergunta: "Alguma vez um médico lhe disse que o(a) Sr(a) teve uma embolia, derrame, ataque, isquemia ou trombose cerebral?" As diferenças segundo a prática de atividade física foram verificadas por qui-quadrado ($p \leq 0,05$). A prevalência de inatividade física foi de 70,6% e 82,3% e a de AVE de 11,2% e 9,7% em homens e mulheres, respectivamente. Em ambos os sexos a frequência de AVE foi estatisticamente superior nos indivíduos inativos fisicamente: homens (13,2% vs 6,3%; $X^2 = 7,157$; $p < 0,01$) e mulheres (10,5% vs 6,1%; $X^2 = 3,758$; $p = 0,05$). Os resultados mostraram que a inatividade física foi altamente prevalente entre os idosos e esteve associada ao AVE em ambos os sexos. A atividade física deve fazer parte das estratégias de programas de prevenção e promoção da saúde.

4845

62

IMPACTO DA ATIVIDADE FÍSICA EM INDIVÍDUOS HIPERTENSOS COM IDADE ACIMA DE 55 ANOS EM RELAÇÃO AS VARIÁVEIS PRESSÃO ARTERIAL, NÍVEL DE GLICOSE SANGÜÍNEA, COLESTEROL E TRIGLICÉRIDEOS

TATIANE TROMBINI - Secretaria Municipal de Saúde
 Beni Samarone de Lima - Departamento Municipal de Esportes

O objetivo do presente estudo foi verificar o impacto da atividade física em indivíduos hipertensos com idade superior a 55 anos em relação as variáveis Colesterol (HDL e LDL), triglicérides, glicose e pressão arterial, em voluntários do sexo feminino, residentes no município de Maravilha/SC. Para tanto 30 indivíduos foram avaliados. O Programa de Atividade Física teve duração de 16 semanas, com 2 sessões semanais de 60 minutos cada. Utilizou-se a estatística descritiva (média aritmética e desvio padrão) para descrever os dados do grupo em relação ao Colesterol (HDL e LDL), triglicérides, glicose e análise de variância para verificar as diferenças existentes entre as variáveis. Observou-se melhoras estatisticamente significativas nas variáveis de colesterol (HDL e LDL), triglicérides e glicose. Em relação à Pressão Arterial não foram evidenciadas alterações estatisticamente significativas, embora tenha sido observado uma diminuição considerável na Pressão Arterial, tanto na diastólica quanto na sistólica durante as atividades realizadas. Estes resultados demonstram que a atividade física, desde que feita com regularidade e empenho do indivíduo pode promover altas e valiosas alterações no organismo, o que vai refletir, diretamente, em uma melhor qualidade de vida. Palavras-chaves: Colesterol, triglicérides, glicose, atividade física, hipertensos.

4873

64

ANÁLISE DE ATIVIDADES FÍSICAS DESENVOLVIDAS ENTRE ACADÊMICOS DA UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA – UNISUL, CAMPUS DE TUBARÃO

ANTONIO ALBERTO DE LARA JUNIOR - Universidade do Sul de Santa Catarina
 Sedenir H.Meurer

A atividade física tem sido divulgada nos meios de comunicação de seus benefícios para a saúde e formas de serem realizadas, mesmo assim grande número de universitário estão afastados dessa prática. O objetivo foi analisar as atividades físicas desenvolvidas por acadêmicos da Universidade do Sul de Santa Catarina. Na amostragem, utilizou-se 390 alunos com idade entre 17 e 58 anos. Para coleta dos dados utilizou-se um questionário desenvolvido pelo professor. Na análise dos dados estatística descrita básica com nível de confiança de 95,5%. Identificamos que 49,03% dos acadêmicos pesquisados possuem de 17 a 21 anos; 22 a 26 anos 26,07%; 27 a 31 anos 8,09%; 32 a 36 anos tem 5,03%; 38 a 42 anos 4,02%; 42 a 58 anos 3,03%. Sendo 59% do sexo feminino, 41% do sexo masculino e que 50% de todos pesquisados não praticam atividade física. Dos que não praticam 63% afirmam que a falta de tempo é que colabora para este fato, e 41% por acomodação. Dos que praticam 45% preferem a caminhada, 40% o futebol e 15% os demais esportes. Com relação a frequência 55% não possuem; e desse valor 45% praticam uma vez por semana. Não tem acompanhamento de um profissional de educação física 76%. A maioria 83% praticam atividades a noite, 11% a tarde e 6% de manhã. Sobre os benefícios da atividade física 91% afirmaram saber. Quanto ao incentivo para a prática quando criança 62% afirmaram que tiveram. Com relação aos motivos que levam a fazer 45% afirmam que é por lazer e 25% por questão de estética. Pode se concluir que apesar de saberem dos benefícios da atividade física os acadêmicos na maioria jovens, não se preocupam em ter horários para a prática e quando a realizam a fazem sem acompanhamento e frequência necessária.

4880

65

REPETIÇÕES MÁXIMAS REALIZADAS A 80% DE 1-RM EM DIFERENTES GRUPOS MUSCULARES EM HOMENS DE MEIA-IDADE NÃO-ATIVOS

CLAUDINEI FERREIRA DOS SANTOS - Universidade Estadual de Campinas
 Juliano Baldan de Camargo - Universidade Estadual de Campinas
 Gustavo Lucio Biscuola - Universidade Estadual de Campinas
 Cleiton Augusto Libardi - Universidade Estadual de Campinas
 Mara Patrícia Traina Chacon-Mikahil - Universidade Estadual de Campinas

A determinação dos percentuais de uma repetição máxima (1-RM) é uma das formas usualmente utilizadas para a prescrição do treinamento com pesos (TP). Contudo, o número de repetições máximas realizadas com determinado percentual de 1-RM ainda não foi bem estabelecido para o treinamento de homens de meia-idade. Assim o objetivo do presente estudo foi estabelecer o número máximo de repetições realizados com 80% de 1-RM por homens de meia-idade em diferentes exercícios. Onze voluntários não-ativos, sem patologias limitantes ou uso de medicações (idade=46,36±4,22 anos) realizaram o teste de 1-RM nos exercícios supino, leg press e rosca direta. Em outra sessão posterior de treino realizaram uma série com 80% de 1-RM até a exaustão para os mesmos exercícios citados anteriormente. Para comparação dos dados obtidos foi utilizado ANOVA, seguido pelo post hoc de Tukey ($p < 0,05$). Diferenças significativas entre o número de repetições foram observadas entre o leg press (10,63±26,30) vs supino (5,18±3,70) e rosca direta (4,18±1,70). Entre o supino e rosca direta não foram observadas diferenças significativas. Desta forma, a análise dos dados do grupo estudado mostra que a utilização de valores fixos de percentuais de 1-RM para a prescrição de TP, não pode ser generalizada para estes exercícios, pois estes apresentam importantes diferenças nas massas musculares envolvidas. Suporte financeiro: CNPq

4885

66

CORRELAÇÃO ENTRE O TESTE DE 12 MINUTOS E O QUESTIONÁRIO BAECKE PARA HOMENS DE MEIA-IDADE

JOSÉ VÍTOR VIEIRA SALGADO - FEF - Universidade Estadual de Campinas
 Sabrina Toffoli Leite - FEF - Universidade Estadual de Campinas
 Melissa Antunes - IC PIBIC/CNPq/FEF - Universidade Estadual de Campinas
 Ludmila Ozana Benjamin - IC PIBIC/CNPq/FEF - Universidade Estadual de Campinas
 Mara Patrícia Traina Chacon-Mikahil - Laboratório de Fisiologia do Exercício - FISEX, FEF - Universidade Estadual de Campinas

Quase sempre a inviabilidade na utilização de protocolos de medição direta para classificação do nível de condicionamento físico pode levar a profissionais da área a recorrerem a aplicação de ferramentas indiretas, como testes de campo e questionários para tais finalidades. No entanto, a correlação entre alguns desses testes ainda precisa ser melhor investigada. O objetivo deste estudo foi analisar a correlação entre o teste de corrida de 12 minutos e o Questionário Baecke. Foram estudados 27 indivíduos do sexo masculino, não-ativos (idade 46,92±4,85 anos), que realizaram o teste de 12 minutos e o questionário Baecke. A correlação utilizada foi de Spearman. Os dados mostram que o VO₂ calculado do grupo pelo teste de campo foi de 29,23±5,75 mL/kg/min, classificando-os como Regular pela American Heart Association. Já nos resultados do Questionário Baecke, a pontuação média alcançada foi de 4,57±1,23 pontos. Considerando que quanto mais alto este escore mais ativo é o indivíduo. A correlação encontrada entre ambos os protocolos de avaliação foi significativa ($p < 0,05$), sendo o valor de $R = 0,45$. Podemos concluir que a partir dos dados obtidos no grupo estudado o Questionário de Baecke e o teste de 12 minutos mostraram-se como bons indicadores do nível de atividade física e apresentam correlação regular entre eles. Suporte financeiro: CNPq

4888

67

CORRELAÇÃO ENTRE O TESTE DE CORRIDA DE 12 MINUTOS E O QUESTIONÁRIO IPAQ

SABRINA TOFFOLI LEITE - Universidade Estadual de Campinas
 Arthur Fernandes Gaspári - IC PIBIC/CNPq/FEF - Universidade Estadual de Campinas
 Cleiton Augusto Libardi - Laboratório de Fisiologia do Exercício - FISEX, FEF - Universidade Estadual de Campinas
 Giovana Vergínia de Souza - Laboratório de Fisiologia do Exercício - FISEX, FEF - Universidade Estadual de Campinas
 Mara Patrícia Traina Chacon-Mikahil - Laboratório de Fisiologia do Exercício - FISEX, FEF - Universidade Estadual de Campinas

Devido à falta de acesso a ferramentas para mensuração direta da condição física foram desenvolvidos alguns indicadores indiretos e de mais fácil aplicação. No entanto a correlação entre eles ainda é pouco conhecida, principalmente em uma população envelhecendo. Desta forma foi objetivo deste estudo analisar a correlação entre o teste de corrida de 12 minutos e o questionário IPAQ para nível de atividade física. Foram estudados 27 indivíduos do sexo masculino (idade de 46,92±4,85 anos), responderam ao questionário IPAQ e realizaram o teste de corrida de 12 minutos. A correlação utilizada foi de Spearman. Os voluntários estudados mostraram um VO₂ calculado do grupo classificado como Regular pela American Heart Association (29,23±5,75 mL/kg/min) e foram classificados como "Irregularmente ativos A" de acordo com o IPAQ, ou seja, aqueles que correspondem a pelo menos um dos critérios da recomendação quanto à frequência ou quanto à duração da atividade (5 dias/semana ou 150 min/semana). A correlação encontrada entre ambos os protocolos de avaliação foi negativa de $R = -0,347$ e não significante ($p = 0,075$). Vale ressaltar que neste questionário, quanto mais baixo o escore atingido, maior é o nível de atividade física, explicando portanto a correlação negativa. Concluímos então que, para os dados obtidos, o questionário IPAQ não teve correlação significativa com o teste de corrida de 12 minutos, sendo assim não devem ser usados como indicadores equivalentes do nível de atividade física na população avaliada. Suporte financeiro: CNPq

17 DE NOVEMBRO – MANHÃ – TEMAS LIVRES

SALA GOIABEIRA– ÁREA TEMÁTICA 3: ESTILO DE VIDA E QUALIDADE DE VIDA

4414

001

PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER ENTRE ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

AIRTON JOSÉ ROMBALDI - Escola Superior de Educação Física - Universidade Federal de Pelotas
Renata Bielemann - ESEF-UFPel
Gicele Karini - ESEF-UFPel
Felipe Fossati Reichert - ESEF-UFPel
Mario Renato Azevedo - ESEF-UFPel

A prática da atividade física vem sendo amplamente recomendada em função dos comprovados benefícios à saúde e o profissional de Educação Física pode contribuir para que essa informação atinja grande parte da população. O objetivo desse estudo foi investigar o nível de atividade física no lazer e fatores associados entre acadêmicos de Educação Física. Foi realizado um estudo transversal, onde 221 sujeitos, com idade média de 22,2 anos (DP 3,1) fizeram parte da pesquisa. A prevalência de prática de atividade física suficiente no lazer (≥ 150 min/semana) foi de 74,2% entre os acadêmicos. Os homens mostraram-se significativamente mais ativos que as mulheres. Entre os homens foi verificada uma relação direta entre o nível de atividade física e o nível socioeconômico. Para as mulheres, se observou uma relação direta entre o ano do curso e o nível de atividade física. A prática de atividades físicas no lazer entre acadêmicos de Educação Física, como esperado, é superior se comparado a dados da população em geral. Considerando a importante relação entre atividade física e saúde e o papel do professor de Educação Física neste contexto, nada mais apropriado que aqueles que divulgarão este conhecimento sejam exemplos de seu próprio discurso.

4423

003

PRÁTICAS DE ATIVIDADE FÍSICA EM ACADEMIAS: UM ESTUDO EPIDEMIOLÓGICO NO SUL DO BRASIL

PAULA DE ANDRADE HERZBERG - Universidade Federal de Pelotas
Mario Renato Azevedo - Universidade Federal de Pelotas
Pedro Curi Hallal - Universidade Federal de Pelotas

Embora exista um aumento do conhecimento científico sobre os benefícios da atividade física para a saúde, o nível de atividade física populacional ainda é extremamente baixo. Pouco se sabe sobre a participação populacional em atividades físicas em academias de ginástica. O objetivo do presente estudo foi avaliar o percentual de pessoas que já realizaram atividade física em academia e os fatores associados a essa prática. Foram entrevistados 977 indivíduos com idade entre 20 e 69 anos, selecionados por amostragem aleatória no município de Pelotas. Dos entrevistados, 60,1% nunca praticaram atividade física em academias, 32,1% já praticaram, mas hoje não estão praticando e 7,8% são praticantes atuais. Entre os homens, 9,2% são praticantes atuais, enquanto entre as mulheres esse percentual é de 6,7% ($p=0,19$). Nos grupos etários, a participação atual em academias apresentou uma relação em formato de V. Os mais jovens (20-29 anos) e os mais velhos (60-69 anos) foram os grupos com maior percentual de participação, enquanto os de meia idade (40-49 anos) apresentaram o menor percentual. Conclui-se que a participação atual em academias de ginástica ainda é baixa.

4354

002

CICLOS VITAIS E DE DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA E A PERCEPÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

JORGE BOTH - UFSC - Universidade Federal de Santa Catarina
Juarez Vieira do Nascimento - UFSC - Universidade Federal de Santa Catarina
Adriano Ferreti Borgatto - UFSC - Universidade Federal de Santa Catarina

O objetivo deste estudo foi verificar o nível de associação entre os ciclos vitais (CV) e de desenvolvimento profissional (CDP) com a percepção de qualidade de vida no trabalho (QVT). Participaram da pesquisa 580 professores de Educação Física do magistério público estadual de Santa Catarina, por meio de amostragem estratificada proporcional das regiões do estado e conglomerados das gerências de educação. Na coleta de dados foi utilizado o QVT-PEF. Enquanto que o CV foi classificado em faixas etárias (20-29 anos, 30-39 anos, 40-49 anos e 50 anos ou mais), o CDP contemplou ciclos de acordo com os anos de docência (0-4 anos, 5-9 anos, 10-19 anos e 20 anos ou mais). A análise de Regressão Multinomial Linear, contida no programa estatístico SPSS ($p<0,05$), foi empregada no tratamento dos dados. Os resultados revelaram que os docentes dos primeiros ciclos do CV e do CDP estão menos insatisfeitos com a remuneração que os docentes dos ciclos mais avançados. Referente às oportunidades de uso dos conhecimentos no trabalho, os professores dos primeiros ciclos estão mais satisfeitos, tanto do CDP quanto no CV. A avaliação das condições de trabalho e a percepção geral do QVT apresentaram associação apenas com o CDP, onde os docentes no início da carreira docente estão mais satisfeitos, enquanto que os professores em ciclos mais avançados apresentam uma tendência de insatisfação. Conclui-se que, com o passar dos anos de docência no magistério público, há a tendência de mudança na percepção da QVT. Além disso, enquanto que o CV parece afetar aspectos relacionados com a vida pessoal do professor, o CDP parece interferir em outras dimensões vinculadas ao ambiente de trabalho em Educação Física.

4587

004

RELAÇÃO ENTRE O TEMPO DE TELEVISÃO ASSISTIDA DURANTE A SEMANA E AS VARIÁVEIS: ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA

MIRIAN WERBA SALDANHA - Serviço Social da Indústria
Erijose Rodrigues de Lucena - Serviço Social da Indústria
Simone Gomes - Serviço Social da Indústria
Igor Soares Loss - Serviço Social da Indústria
Bruno Freire - Serviço Social da Indústria

A mudança do estilo de vida no último século foi sobretudo marcada pela redução da atividade física no trabalho, devido à mecanização, e no lazer onde as opções ativas foram, muitas vezes, substituídas pela televisão. Em consequência disso, o ganho de peso e o acúmulo de gordura localizada na região abdominal tornaram-se preocupação aos órgãos de saúde pública. Este estudo teve como objetivo principal relacionar o tempo de televisão assistida durante a semana com as variáveis: índice de massa corporal e circunferência da cintura em trabalhadores da indústria. O estudo foi realizado em 06 empresas nas cidades João Pessoa e Campina Grande, Paraíba. A amostra foi constituída por 435 sujeitos, sendo 289 homens e 146 mulheres. Os instrumentos utilizados foram: o questionário, o índice de massa corporal (IMC) e a medida da circunferência da cintura. Utilizou-se o pacote estatístico SPSS 15.0, empregando-se o procedimento da estatística descritiva, t test e a correlação de Pearson, adotando-se o nível de significância de 5%. Os resultados mostraram que o tempo diário do uso da televisão nos homens foi superior ao tempo que a mulher dispense (123,84 e 98,17 minutos) com valores significativos**. Os resultados mostraram uma relação significativa** entre o tempo de televisão assistida e a circunferência da cintura, entretanto nas mulheres não foi encontrada nenhuma relação significativa entre o tempo de televisão e as demais variáveis. As variáveis IMC e circunferência da cintura mostraram correlação significativa, em ambos os sexos. A partir da relação encontrada nos homens sugere-se que haja uma orientação para que o lazer ativo seja uma opção incorporada no estilo de vida desta população.

SALA LARANJEIRA – ÁREA TEMÁTICA 8: ATIVIDADE FÍSICA E ENVELHECIMENTO**4438**

005

A RELEVÂNCIA DO TRABALHO INTERDISCIPLINAR NA SENESCÊNCIA ATIVA

BIANCA GAMA PENA - Serviço Social da Indústria
 Astral Teixeira Brandão - Serviço Social da Indústria
 Pedro Paulo Noyma - Serviço Social da Indústria
 Lorrene Tomazelli - Serviço Social da Indústria

Conforme os indivíduos envelhecem, as doenças não-transmissíveis transformam-se nas principais causas de mortalidade. Desta forma, se faz necessário uma intervenção preventiva a fim de potencializar o bem-estar físico, mental e social atenuando os agravos à saúde. Com a finalidade de verificar se o trabalho interdisciplinar é eficaz para o atendimento a população idosa, participaram deste estudo 1489 voluntários sendo 149 do sexo masculino e 1340 do sexo feminino com idades entre 50 e 89 anos, submetidos a acompanhamento médico, orientações nutricionais, avaliação funcional e atividade física, durante seis meses. Foi aplicado um questionário de levantamento do estilo de vida e sintomatologia. Para a avaliação funcional foi utilizado o Protocolo do Grupo Latino Americano para Maturidade, constituído de cinco testes. O índice geral (IG), classifica os testes em fraco, regular, bom e muito bom. Evidenciou-se melhora do IG, os quais eram fracos antes das intervenções, regular após três meses e bom após seis meses. Os dados mostraram redução após 6 meses de 43 % nas dores osteomusculares, 39,9% nas queixas circulatórias, 50,7% no consumo de bebidas, 61,5% no tabagismo, melhora na qualidade do sono em 54%, na disposição em 47%, no controle sobre o estresse em 54,3%, no humor em 53,7%, estar mais saudável em relação à alimentação em 62,4% e 71% do grupo afirmou ter feito mais amigos. Verificou-se melhora na percepção da saúde entre boa e excelente de 27,3%. A estatística foi realizada pelo software sphinx, versão 4.5. O trabalho interdisciplinar mostrou-se efetivo nas alterações sintomatológicas, na percepção de bem estar, na mudança do estilo de vida, e na autonomia funcional dos participantes do programa.

4619

006

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E A PERCEPÇÃO DE FELICIDADE DOS IDOSOS DE FLORIANÓPOLIS

TÂNIA R. BERTOLDO BENEDETTI - UFSC
 Edio Luiz Petroski - CDS-UFSC
 Lúcia Takase Gonçalves - CCS-UFSC

O envelhecimento populacional traz uma série de desafios para a sociedade, entre elas o bem-estar que está aliado ao estado de felicidade das pessoas. Portanto, este estudo teve como objetivo verificar a associação entre o nível de atividade física e a percepção de felicidade dos idosos do município de Florianópolis. O estudo se caracterizou como epidemiológico do tipo descritivo transversal e avaliou 875 idosos, acima de 60 anos de todos os setores censitários do Município (293 setores). Os instrumentos de coleta de dados utilizados foram: questionário Internacional de Atividades Físicas (IPAQ) e uma questão do questionário Brazil Old Age Schedule - BOAS (Você é feliz?). Foram considerados mais ativos os idosos que no somatório das atividades físicas moderadas e/ou vigorosas (trabalho, transporte, atividades domésticas e lazer), realizavam no mínimo 150 minutos por semana. Para análise estatística foi adotado o teste qui-quadrado. Os resultados demonstraram que 59,3% dos idosos foram considerados mais ativos, sendo que 25,7% eram mais ativos nas atividades de lazer. Com relação a percepção de felicidade, 93,2% responderam que se sentem felizes, destes 56,5% foram considerados como mais ativos. A associação entre a percepção de felicidade e o nível de atividade física foi de $9,185=5$ ($p < ,002$), demonstrando uma associação positiva entre as variáveis. Pode-se concluir que as pessoas mais ativas parecem sentir-se mais felizes.

4822

007

PRESCRIÇÃO E ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL DE ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS

ADRIANA SCHULER CAVALLI - Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, FEFID/Grupo de Pesquisa e Estudos Sociológicos de Educação Física e Esporte (GPES)
 Marcelo Olivera Cavalli - PUCRS/FEFID-GPES
 Giovana Ciecovicz Peuckrt - PUCRS/FEFID-GPES
 Robert Wagner Bonapace Menezes - PUCRS/FEFID-GPES
 Luiz Maurício Leão de Aguiar - PUCRS/FEFID-GPES

Os indivíduos têm utilizado uma diversidade cada vez maior de recursos na busca da melhoria da qualidade de vida (QV) e da saúde. A preocupação com a situação do idoso praticante de AF regular de Porto Alegre levou à elaboração deste estudo que tem por objetivo determinar a prescrição e orientação de AF da população da terceira idade. Com relação à metodologia, foi aplicado o Questionário de Atividade Física do Idoso (QAFI) estruturado pelo Grupo de Pesquisa e Estudos Sociológicos de Educação Física e Esportes (GPES), FEFID/PUCRS. A população do estudo compreende a comunidade idosa de Porto Alegre/RS. A amostra foi determinada através do procedimento metodológico de corte transversal de Base Populacional, contando com 499 idosos (141 homens e 358 mulheres), na faixa etária de 60 aos 96 anos de idade. Os dados foram tabulados e analisados utilizando o programa Microsoft Office Excel. Na análise dos dados foi constatado que 283 idosos (56,7%) são sedentários, 190 (38,1%) realizam alguma AF regular e 26 (5,2%) não informaram sua atividade. Entre os idosos ativos, 101 (53,2%) possuem orientação de algum profissional da área da saúde e 89 (46,8%) não possuem nenhuma orientação. A prática de AF regular é orientada 52,5% por médicos; 41,5% por educadores físicos; 2% por nutricionistas; 2% por fisioterapeutas e 2% por instrutores de yoga. Apesar de toda a informação disseminada sobre os benefícios da AF regular, a análise dos dados indica que mais da metade dos idosos de Porto Alegre são sedentários. Apesar de ter-se elucidado a questão referente à prescrição e orientação da prática de AF na terceira idade, permanece ainda questões relacionadas à competência, relevância e qualidade dessa orientação.

4688

008

A INFLUÊNCIA DE UM TREINAMENTO RESISTIDO DE SÉRIE ÚNICA DE 12 SEMANAS NO INCREMENTO DA RESISTÊNCIA MUSCULAR LOCALIZADA EM ADULTOS ACIMA DE 55 ANOS

KLEBER BRUM DE SÁ - Universidade do Vale do Rio dos Sinos e Universität Bayreuth
 Wagner Ruy - Universidade do Vale do Rio dos Sinos - UNISINOS

Cada vez mais a prática da musculação tem sido recomendada com o objetivo de combater as perdas de força inevitáveis com o avançar da idade. O presente estudo objetivou analisar os efeitos de um programa de treino de força de série única de 12 semanas na resistência muscular localizada (RML) em adultos a partir de 55 anos. A amostra era composta por 2 grupos, um de treino (GT) com 11 mulheres e 4 homens (66,0±7,6 anos, 71,2±15,7 kg), outro de controle (GC) com 3 homens e 3 mulheres (62,3±5,6 anos, 74,2±10,5 kg), ambos grupos com experiência em musculação. O programa, executado somente pelo GT, possuía 8 exercícios para os principais grupos musculares e objetivava a melhora da força resistente e da hipertrofia muscular. A RML, número máximo de repetições (NMR), dos 2 grupos foi testada no início (To), após 6 semanas (T1) e no final do treino (T2) nos exercícios supino vertical (SV), puxada pela frente (PF) e pressão de pernas (PP). A carga a ser utilizada nos 3 testes foi determinada em To e correspondia a 10 ± 2 repetições máximas. Os dados foram analisados pelo teste Shapiro-Wilk, teste de Levene, pela análise de variância com medidas repetidas e pelo Teste-T para amostras dependentes e independentes. O nível de significância foi de $p \leq 0,05$. De To a T2, o NMR do GT aumentou significativamente em todos os exercícios ($p \leq 0,05$); SV (12,9 2,7 - 17,5 4,9 rep.: 35,4%), PF (10,3 2,2 - 16,2 4 rep.: 62,8%) e PP (11,0 2,4 - 16,0±6,1 rep.: 49,8%), permanecendo quase inalterado no GC ($p \geq 0,05$). O NMR do GT no SV, PF e PP foi significativamente maior do que GC em T1 e T2 ($p \leq 0,05$), sem diferir em To. Conclui-se que um treino de musculação de série única de 12 semanas foi eficaz na melhoria da RML em adultos treinados acima de 55 anos.

SALA PITANGUEIRA – ÁREA TEMÁTICA 4: INTERVENÇÕES E PROGRAMAS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE**4668**

009

EFEITOS DE UMA INTERVENÇÃO EDUCACIONAL DE CURTA DURAÇÃO SOBRE OS ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO RELATIVO A ATIVIDADE FÍSICAHECTOR LUIZ RODRIGUES MUNARO - UESB
Markus Vinicius Nahas - UFSC

Objetivo: observar a efetividade de uma intervenção educacional de curto prazo, para a promoção de hábitos alimentares saudáveis e atividade física em usuários atendidos em seis unidades de saúde de Florianópolis-SC. Métodos: o estudo foi caracterizado como sendo de intervenção educacional com grupo controle. Amostra: a composição da amostra foi caracterizada como de conveniência ou não aleatória, constituída inicialmente por 146 usuários que aceitaram voluntariamente participar de todas as etapas do estudo. Tratamento Estatístico: na confecção do banco de dados foi utilizado o programa Excel for Windows e pacote estatístico SPSS 11.5. Foi adotado para análise e interpretação dos dados, intervalo de confiança de 95% e nível de significância de 5% ($p < 0,05$). Para análise estatística utilizou-se a estatística descritiva e teste U de Mann-whitney. Resultados: após a intervenção, notou-se uma progressão dos usuários do grupo intervenção do estágio de pré-contemplação para contemplação. O mesmo foi observado no estágio de manutenção, no entanto não foi discriminada diferença entre os grupos após intervenção ($U=1960,500$; $p=0,772$). Conclusões: os resultados demonstram uma progressão positiva dos usuários do grupo intervenção, no entanto, um maior tempo de intervenção poderá interferir de modo mais efetivo.

4258

011

EFEITO DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS E TÉCNICAS COGNITIVO COMPORTAMENTAIS NOS NÍVEIS DE DOR, INSÔNIA E ESTRESSE DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOSEDUARDO MERINO - ULBRA - UCO
Benno Becker Júnior - ULBRA - UCO
José Luis Lancho Alonso - UCO
Douglas Cássio Strucher - ULBRA

A prática de exercícios físicos tem sido relatada como benéfica, pela literatura científica, em diversas situações de prevenção, promoção e reabilitação da saúde. O objetivo deste estudo foi verificar o efeito de um programa de exercícios físicos e técnicas cognitivo-comportamentais em estudantes universitários. Foram selecionados aleatoriamente dois grupos de alunos que participaram do estudo, sendo aplicado um questionário a ambos os grupos antes e depois da aplicação do programa a fim de identificar os níveis de dor, insônia e estresse de estudantes universitários. Um grupo atuou como experimental e outro como controle. Foram realizadas dezesseis sessões, duas vezes por semana, com duração de quinze minutos, durante dois meses. As sessões constituíram-se por dez minutos de exercícios de mobilidade articular de todo o corpo e cinco minutos de técnicas cognitivo comportamentais. Para o grupo experimental, através dos resultados do teste não-paramétrico de Wilcoxon, verificou-se que existe diferença significativa entre os resultados obtidos nos momentos pré e pós apenas para a variável intensidade da dor. Observou-se que, no grupo experimental, a intensidade da dor no período pós foi inferior, ou seja, houve uma redução significativa no grau da dor após a realização do programa. ($Z=-2,695$; $p=0,007$). Não houve resultados significativos para os níveis de insônia e estresse. Os fatores intensidade e duração do exercício, bem como as técnicas cognitivo comportamentais selecionadas podem ser fatores decisivos nos resultados alcançados implicando no efeito do programa de treinamento aplicado sobre o grupo.

4829

010

INFLUÊNCIA DO TEMPO DE PRÁTICA DE HIDROGINÁSTICA AO LONGO DA GESTAÇÃO NO COMPORTAMENTO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA E DA PRESSÃO ARTERIAL DE REPOUSO, DENTRO E FORA DA ÁGUAANA CAROLINA KANTZ - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Roberta Bgeginski - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Ilana Finkelstein - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Luiz Fernando Martins Krueel - Universidade Federal do Rio Grande do Sul

O objetivo deste estudo foi avaliar a influência do tempo de prática de hidroginástica ao longo da gestação no comportamento da FC e da PA, em repouso, dentro e fora da água. Foram selecionadas 14 gestantes que ingressaram em aulas de hidroginástica até a 22ª semana gestacional e permaneceram no programa até o termo. Elas foram divididas em 2 grupos: o que iniciou as aulas entre 14-18 semanas (G1) e entre 19-22 semanas (G2). A FC, a pressão arterial sistólica (PAS) e a pressão arterial diastólica (PAD) foram verificadas em repouso no solo e na água uma vez por mês até o final da gestação. A partir destas variáveis foi calculada a pressão arterial média (PAM) e a bradicardia (FCsolo-FCagua). Realizou-se análise de regressão das variáveis ao longo da gestação para cada gestante, onde não foram encontradas diferenças significativas e assim utilizou-se a média destes valores para comparar os dois grupos com teste-t ($p < 0,05$). Os resultados demonstraram que o G1 apresentou valores significativamente mais baixos de FCagua (G1: $80,6 \pm 8,5$; G2: $84,9 \pm 8,5$ bpm), PASsolo (G1: $99,8 \pm 9,3$; G2: $107,7 \pm 10,6$ mmHg), PADsolo (G1: $62,1 \pm 6,5$; G2: $70,5 \pm 8,4$ mmHg), PADagua (G1: $58,1 \pm 7,6$; G2: $69,7 \pm 12,0$ mmHg), PAMsolo (G1: $74,9 \pm 7,4$; G2: $83,2 \pm 8,3$ mmHg), e PAMagua (G1: $70,2 \pm 7,9$; G2: $76,5 \pm 9,5$ mmHg). A bradicardia apresentou valores mais altos para o G1 (G1: $17,8 \pm 9,8$ bpm; G2: $12,8 \pm 9,5$ bpm). A FCsolo e a PASagua não apresentaram diferenças significativas. Concluímos que a combinação do exercício físico e imersão podem resultar num comportamento mais baixo da FC e PA ao longo da gestação e este efeito pode estar relacionado com o tempo de prática de hidroginástica.

4360

012

EFEITO DE ORIENTAÇÕES SISTEMÁTICAS DA IMPORTÂNCIA DE UM ESTILO DE VIDA ATIVO NOS NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESCOLARES – UM ESTUDO LONGITUDINALDIEGO AUGUSTO SANTOS SILVA - Núcleo de Pesquisa em Aptidão Física de Sergipe
Antônio César Cabral de Oliveira - Universidade Federal de Sergipe
José Jean de Oliveira Toscano - Núcleo de Educação Física e Desporto/UFAL
Ana Angélica Santana Souza - Universidade Federal de Sergipe
Ludemylla Luanna Barreto Silva - Universidade Federal de Sergipe

Está bem reportado que a inatividade física vem crescendo entre os adolescentes. Contudo, poucos estudos verificaram longitudinalmente o efeito de orientações sistemáticas acerca de um estilo de vida saudável nos níveis de atividade física. Assim sendo, o presente estudo teve como objetivo verificar o efeito destas orientações sistemáticas no nível de atividade física de adolescentes. O estudo retrospectivo não randomizado foi formado por uma amostra de 54 alunos de ambos os sexos do Colégio de Aplicação da Universidade Federal de Sergipe. O estudo foi de 2005 a 2007. Em 2005 a média de idade do grupo era de 11,35 (0,62) anos. A verificação do nível de atividade física era realizada todo mês de abril, por meio de um recordatório de 24h, estabelecendo a demanda energética (kcal/kg/dia), cujo foi usado um ponto de corte de 37 kcal/kg/dia para determinar se os escolares apresentavam níveis suficientes (NSAF) ou insuficientes de atividade física (NIAF). As orientações acerca dos benefícios de um estilo de vida saudável eram realizadas em dois momentos ao ano: 1) após a coleta do nível de atividade física e 2) cinco meses após a coleta. Na análise dos dados usou-se a estatística descritiva. No início do estudo a prevalência de NIAF foi de 71%, sendo que 56% eram meninas. Em 2006 houve uma queda de 6 pontos percentuais nos NIAF, sendo que 4 pontos foi devido as garotas. Já em 2007, a prevalência de NIAF foi de 60%, sendo que 54% desta era do sexo feminino. Assim, pode-se concluir que iniciada as orientações da importância de um estilo de vida saudável não houve nenhum novo caso de NIAF, sendo necessários projetos nacionais que visem orientar crianças e adolescentes acerca dos benefícios da atividade física.

SALA AROEIRA – ÁREA TEMÁTICA 6: DOENÇAS E AGRAVOS NÃO TRANSMISSÍVEIS E ATIVIDADE FÍSICA**4307**

013

PRESENÇA DE FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR EM MULHERES COM SÍNDROME FIBROMIÁLGICA

ÁUREA SAKAMOTO PAIS - Universidade do Estado do Rio de Janeiro
 Fernanda da Silva Ferreira - Universidade do Estado do Rio de Janeiro
 Viviane do Valle Porto Reis - Universidade do Estado do Rio de Janeiro
 Maria Lúcia Alves Cavaliere - Universidade do Estado do Rio de Janeiro
 José Sílvio de Oliveira Barbosa - Universidade do Estado do Rio de Janeiro

A Síndrome Fibromiálgica (SFM) é uma doença musculoesquelética crônica. As manifestações clínicas associadas à SFM comprometem o bem-estar físico e a qualidade de vida. Indivíduos com SFM possuem baixa aptidão física, o que indica sedentarismo. Conhecer os fatores de risco possibilita o direcionamento de ações para intervir e adotar medidas de segurança para o treinamento físico. Importa considerar que alguns desses fatores podem interferir nos sintomas da síndrome. O objetivo desse estudo foi avaliar a prevalência de fatores de risco cardiovascular (FRCV) em 49 mulheres ao ingressar em um projeto multidisciplinar de tratamento da SFM. Foram coletados dados referentes a 7 FRCV em entrevista individual. Na avaliação antropométrica mensurou-se a massa corporal, a estatura e calculou-se o Índice de Massa Corporal. Quanto aos FRCV não-modificáveis, observou-se que 49% das mulheres possuíam mais de 55 anos e 84% histórico familiar de hipertensão arterial sistêmica (HAS), diabetes mellitus (DM) e/ou cardiopatia. Em relação às doenças crônicas não-transmissíveis, a HAS atingia 37% das participantes, prevalência superior ao DM, encontrado em 6%. Quanto aos FRCV modificáveis, o tabagismo foi referido por apenas 8% das fibromiálgicas, enquanto o nível de estresse foi classificado como moderado a muito alto em 67%. Observou-se prevalência de sobrepeso ou obesidade em 62% das mulheres avaliadas das quais 33%, apresentavam obesidade graus I ou II. Em relação à prática de exercícios físicos, 65% negaram a prática, enquanto 35% afirmaram praticar. Observou-se elevada prevalência dos FRCV idade, histórico familiar, HAS, estresse, sobrepeso ou obesidade e sedentarismo, o que indica a necessidade de intervenções multidisciplinares.

4334

015

RISCO CARDIOVASCULAR EM PRATICANTES DE ATIVIDADES FÍSICAS SEM SUPERVISÃO

HÉLCIO KANEGUSUKU - Laboratório de Hemodinâmica da Atividade Motora da Escola de Educação Física e Esporte da USP
 Teresa Bartholomeu - USP
 Luiz A.R. Costa - USP
 Taís Tinucci - USP
 Cláudia L. M. Forjaz - USP

Introdução: As doenças cardiovasculares são a principal causa de morte em nosso país. A prática de atividade física auxilia na prevenção dessas morbidades. Porém, a realização inadequada, que pode ocorrer com a prática sem supervisão, pode trazer riscos. Objetivo: Avaliar o risco cardiovascular de pessoas que se exercitavam sem supervisão em locais públicos. Metodologia: Foram avaliados 503 adultos (341 mulheres), participantes do projeto Estação USP – 2006 em Atibaia. A coleta foi feita por questionário. O risco cardiovascular foi avaliado pelos critérios do American College of Sports Medicine 2006. Resultados: Dos indivíduos avaliados, 302 (60%) praticavam regularmente atividade física, sendo que 221 (44%) o faziam sem supervisão. Desses, 22% tinham sintomas cardiovasculares (risco muito alto), 8% eram cardiopatas (risco alto), 52% tinham 2 ou mais fatores de risco (risco moderado) e apenas 18% tinham risco baixo. Na análise por gêneros, constatou-se que entre os ativos, a ausência de supervisão foi mais prevalente nos homens (87 vs. 66 %, $P < 0,05$). Além disso, a distribuição de risco entre os praticantes sem supervisão foi diferente entre os sexos. Os homens possuíam mais risco muito alto (32 vs. 15, $P < 0,05$) e as mulheres mais risco moderado (66 vs. 32, $P < 0,05$). Conclusão: Um número considerável de pessoas (82%) que praticam atividades físicas sem supervisão tem risco cardiovascular moderado a muito alto. Este fato é especialmente importante nos homens, que praticam proporcionalmente mais atividades sem supervisão e têm maior prevalência de risco muito alto. Assim, os resultados enfatizam a importância da triagem prévia do risco cardiovascular para uma prática segura.

4322

014

ANÁLISE DE FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR EM FREQUENTADORES DE PARQUES PÚBLICOS DO MUNICÍPIO DE LONDRINA

MÁRIO CARLOS WELIN BALVEDI - Universidade Estadual de Londrina
 Túlio Rangel de Camargo Pacheco - Universidade Estadual de Londrina
 Roberta Lidiane de Oliveira Esteves - Universidade Estadual de Londrina
 Liane Sardi - Universidade Estadual de Londrina
 Márcia Greguol Gorgatti - Universidade Estadual de Londrina/Apoio: Fundação de Esportes de Londrina

As doenças cardiovasculares são responsáveis por cerca de 30% dos óbitos no Brasil, o que corresponde a mais de 200.000 mortes/ano. O objetivo deste estudo foi verificar as relações entre o índice de massa corporal, a circunferência abdominal e a pressão arterial em indivíduos praticantes de caminhadas em parques de Londrina (PR). Para tanto, foram avaliados 148 indivíduos, divididos em dois grupos: G1, composto por 69 mulheres, com idade média de 60,03 (+9,8) anos; e G2, composto por 79 homens com idade média de 60,01 (+ 10,8) anos. O índice de massa corporal (IMC) foi calculado dividindo-se o valor do peso corporal em quilogramas, pelo valor ao quadrado da estatura em metros. A pressão arterial foi aferida com os indivíduos em repouso por cinco minutos, por meio de esfigmomanômetro de mercúrio. O índice de massa corporal médio foi de 26,72 (+3,5) kg/m² para os homens e 25,13 (+3,6) kg/m² para as mulheres. A circunferência abdominal média foi 96,06 (+10,1) cm para os homens e 86,64 (+10,04) cm para as mulheres. Já a pressão arterial média foi de 106,15 (+12,4) mmHg para os homens e 98,60 (+9,3) mmHg para as mulheres. Nos resultados de IMC e circunferência abdominal, tanto os homens quanto as mulheres pesquisados apresentaram valores acima dos recomendados pela Organização Mundial de Saúde (1997). Ao se correlacionar as variáveis pesquisadas, verificou-se uma correlação significativamente positiva ($p < 0,05$) entre o IMC e a PAM e entre a circunferência abdominal e a PAM para ambos os grupos. Conclui-se que os indivíduos pesquisados apresentaram valores médios de IMC e circunferência abdominal fora dos padrões ideais para a saúde positiva e que, quanto maiores esses valores, maior o resultado observado da pressão arterial.

3679

016

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA COMO INDICADOR DO RISCO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES

MARIA FÁTIMA GLANER - Universidade Católica de Brasília - UCB/DF
 William Alves Lima - Centro Universitário UniEvangélica

Vários fatores de risco são associados ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares. O objetivo deste estudo foi verificar se os fatores de risco se diferenciam entre 80 homens com diferentes níveis de atividade física (NAF). Este foi estimado pelo questionário de atividades físicas habituais (Nahas, 2003), sendo os indivíduos classificados em 4 grupos: G1= inativo; G2= irregularmente ativo; G3= moderadamente ativo; G4= muito ativo. Foram medidos os seguintes fatores de risco: pressão arterial sistólica (PAS) e diastólica (PAD) – método auscultatório; colesterol total (CT), lipoproteína de alta densidade (LAD) e baixa (LBD), triglicérides (TG) - em jejum de 12h (método enzimático – Bioplus, BIO 2000); gordura corporal relativa (%G) e do tronco (%Gtronco) - absorptometria de raio-x de dupla energia (Lunar, DPX-IQ); perímetro do abdome (PA). Os grupos foram comparados através da ANOVA ($*p < 0,05$), cujos resultados são mostrados respectivamente, para os G1, G2, G3 e G4: PASmmHg= 133±13; 133±19; 131±18 e 129±20; PADmmHg= 90±11; 87±14; 83±14 e 84±17; CTmg/dL=180±28; 160±39; 161±37 e 149±32; *LADmg/dL= 36±8; 42±12; 38±10 e 46±14; *LBDmg/dL= 115±28; 93±35; 100±30 e 82±30; TGmg/dL= 143±63; 134±60; 117±70 e 108±64; %G= 26±4; 22±7; 20±8 e 18±9; %Gtronco= 30±5; 23±9; 23±9 e 20±11; *PAcm= 94±4a; 89±9ab; 88±9ab e 83±11b. Diferenças estatísticas ($*p < 0,05$) ocorreram nas variáveis LAD, LBD e PA. O teste de Scheffé somente localizou as diferenças no PA. Apesar da limitação do questionário para estimar o NAF, aparentemente os resultados indicam que NAF moderadamente ativos e muito ativos podem reduzir e/ou controlar os fatores de risco de doenças cardiovasculares.

SALA PETÚNIA – ÁREA TEMÁTICA 10: CINEANTROPOMETRIA, DESEMPENHO HUMANO E FISILOGIA DO EXERCÍCIO

4450

017

EFEITO DA SOBRECARGA DE FRUTOSE NO DESEMPENHO FÍSICO DE RATOS WISTAR SUBMETIDOS A TESTE DE EXERCÍCIO FÍSICO PROGRESSIVO

PAULA MARIA DALVIO GONÇALVES - Universidade São Judas Tadeu
Rogério Brandão Wichi - Universidade São Judas Tadeu
Carolina Soares Marins Pinto - Universidade São Judas Tadeu

A sobrecarga de frutose tem sido associada com o desenvolvimento de fatores de risco para a doença cardiovascular. Dentre os efeitos adversos, pode-se citar alterações no metabolismo energético de repouso. Dessa forma, o objetivo do presente estudo foi avaliar a influência da sobrecarga de frutose na capacidade de realizar esforço em animais submetido a uma sessão de exercício físico progressivo. Ratos Wistar machos foram divididos aleatoriamente em grupo controle (C, n=8) e grupo frutose (F, n=8). A sobrecarga de frutose foi realizada por 8 semanas em água de beber (100g/litro). Ao final do protocolo, os animais foram submetidos a um teste de esforço físico progressivo em esteira ergométrica para avaliação do desempenho físico. Foi avaliada a velocidade máxima alcançada, tempo de duração do teste e consumo de oxigênio (VO₂) antes, durante e após o término do teste de esforço. Teste t de Student foi aplicado para análise das médias e erro padrão. O nível de significância adotado foi de p<0,05. Os resultados demonstraram que a sobrecarga de frutose não alterou o VO₂ basal (F: 34 ± 1,2 vs. C: 31 ± 0,9 ml/kg/min). Porém, os animais submetidos a sobrecarga de frutose apresentaram maior VO₂ pico quando comparado ao grupo controle (F: 70 ± 1,7 vs. C: 59 ± 2). Apesar disso, a frutose não interferiu na velocidade máxima alcançada (F: 1,4 ± 0,15 vs. C: 1,2 ± 0,1 km/h) e no tempo de realização de exercício (F: 11 ± 1,2 min vs. C: 10 ± 0,9 min). Pode-se concluir com estes dados que a sobrecarga de frutose realizada durante 8 semanas não interfere na capacidade de realizar esforço físico.

4476

018

EFEITOS DA NANDROLONA SOBRE A RESPOSTA VASCULAR DE RATOS SEDENTÁRIOS E TREINADOS

THIAGO BRUDER NASCIMENTO - Unesp
Sandra Cordellini - Unesp

Estudos mostram que os esteróides anabólicos androgênicos (EAA) podem deflagrar processos patológicos em muitos sistemas, entre eles o cardiovascular. O exercício físico gera adaptações neste sistema, dentre elas um aumento da função endotelial. O objetivo foi investigar a interação entre as adaptações vasculares induzidas pelo exercício físico e EAA. O treinamento teve início na 6ª semana de vida (5 sessões semanais/60 min de natação/sobrecarga de 5% do peso corpóreo do animal/8 semanas). O tratamento com decanoato de nandrolona (Deca Durabolin) ou veículo iniciou-se na 6ª semana (2 doses semanais/5 mg/kg/im./8 semanas). O protocolo experimental foi iniciado com a decapitação dos animais. Curvas concentração-efeito (CCEs) cumulativas à noradrenalina (NA) foram obtidas em anéis de aorta, com (+E) e sem endotélio (-E), isolada de ratos sedentários ou treinados, normais ou tratados com nandrolona. Ao final das CCEs, doses únicas de acetilcolina (ACh, 10-6 M) e nitroprussiato de sódio (NP, 10-4 M) foram utilizadas para testar a integridade endotelial e da musculatura lisa. Nenhum dos procedimentos determinou alteração de reatividade à NA em aortas -E (dados não apresentados). Em aortas +E, o exercício determinou uma hiporreatividade da aorta à NA. Embora a nandrolona não tenha alterado a reatividade da aorta de animais sedentários a resposta vascular adaptativa ao exercício físico foi abolida por este agente. Resposta máxima (g de tensão): sedentário 3,8±0,2, treinado 3,0±0,2*, sedentário/nandrolona 3,6±0,1, treinado/nandrolona 3,8±0,1. *P < 0,05 em relação ao sedentário. [N= 7-10]. Os dados sugerem que a resposta vascular adaptativa ao treinamento físico é vulnerável aos efeitos da nandrolona. Bolsa: FAPESP

4510

019

RESPOSTA DO TREINAMENTO FÍSICO CONTINUO E INTERVALADO SOBRE MARCADORES DE ESTRESSE OXIDATIVO EM DIFERENTES ESTUTURAS DE CAMUNDONGOS

CLEBER AURINO DE PINHO - Universidade do Extremo Sul Catarinense- UNESC
Luciano A. Silva - UNESC
Luis G. C. Rocha - UNESC
Paulo L. Silveira - UNESC
Ricardo A. Pinho - UNESC

Introdução: O estresse oxidativo está envolvido em diversas patologias, causando danos hepático e muscular. Diferentes resultados evidenciam a relação do treinamento físico regular com marcadores de estresse oxidativo no fígado e quadríceps de animais. Objetivo: Verificar o efeito do treinamento contínuo e intervalado de mesmo volume e intensidade, sobre parâmetros de estresse oxidativo em camundongos. Metodologia: Camundongos jovens (60 dias), foram divididos em 3 grupos (n=7): não treinados (NT), treinamento contínuo (TC, 45min.dia-1), treinamento intervalado (TI, 3 sessões por dia, 15 min por sessão). O treinamento foi realizado 5xsemana por 8 semanas em esteira ergométrica com velocidade progressiva (até 16.5m. min-1). Os animais foram mortos por decapitação 48h após a última sessão e o fígado e quadríceps foram removidos e armazenados em -80°C para posterior análise. Como marcadores de estresse oxidativo foi avaliado a peroxidação lipídica (TBARS), carbonilação de proteína e atividade da SOD, CAT. Resultados: Nossos achados mostram que no TBARS e no carbonil houve uma redução significativa no quadríceps do grupo TC (0,25± 0,03, 1,19± 0,10 nmol/mg proteína) e TI (0,23± 0,05, 0,99± 0,20 nmol/mg proteína), porém no fígado somente em TBARS aumentou no grupo TC (0,17±0,07 nmol/mg proteína). Em relação a atividade da SOD, observou-se um aumento significativo no quadríceps do grupo TC (1,65±0,25 U/mg proteína) além de uma diminuição na atividade da catalase hepática no grupo TI (0,14±0,01U/mg proteína). Conclusão: Com base nos resultados sugerimos que os diferentes programas de treinamento regulam de maneira diferente os marcadores de estresse oxidativo em músculo e fígado de camundongos.

4518

020

EFEITOS PREVENTIVOS DO EXERCÍCIO FÍSICO SOBRE A RESPOSTA OXIDATIVA PULMONAR EM CAMUNDONGOS EXPOSTOS A FUMAÇA DO CIGARRO

RENATA TISCOSKI NESI - UNESC - Universidade do Extremo Sul Catarinense
Bruno Menegali - UNESC
Priscila Soares - UNESC
Paulo Cesar Lock Silveira - UNESC
Ricardo Aurino Pinho - UNESC

Introdução: Exercício físico regular tem apresentado resultados positivos no tratamento da DPOC, contudo, pouco se sabe sobre os efeitos do exercício na resposta oxidativa pulmonar. Objetivos: Verificar os efeitos preventivos do exercício sobre os danos oxidativos pulmonares de lipoperoxidação e carbonilação de proteínas induzidos pela fumaça do cigarro. Métodos e Resultados: 24 camundongos black C57 BL-6, foram divididos em 4 grupos (n = 6): G1: controle, G2: cigarro G3: exercício e G4: exercício + cigarro. Os grupos denominados, exercício, foram submetidos a um programa de treinamento físico na água, 5 vezes por semana, durante 8 semanas, e os grupos denominados, cigarro, foram submetidos a exposição passiva da fumaça de cigarro (3 vezes ao dia dispostos em 4 cigarros por exposição, totalizando 12 cigarros por dia), 7 dias por semana durante 8 semanas. Os animais foram sacrificados por tração cervical após 24 horas da última exposição à fumaça de cigarro, amostra do pulmão foi isolada e armazenada em -80°C. Danos oxidativos em proteínas (carbonil) e lipídios (TBARS) foram determinados no tecido pulmonar. A diferença entre os grupos foi avaliada por ANOVA, os resultados foram expressos como MÉDIA±EPM e as diferenças foram consideradas estatisticamente diferentes para p<0,05. Nossos achados mostram um aumento nos níveis de lipoperoxidação e carbonilação de proteínas após a exposição à fumaça de cigarro (G2= 0,040,01, 0,180,03) e reduzidos quando tratados com exercício (G4=0,020,003, 0,090,004). Conclusão: O exercício físico prévio exerce efeito protetor sobre a resposta oxidativa pulmonar causada pela exposição à fumaça de cigarro.

17 DE NOVEMBRO – MANHÃ – PÔSTERES 4

ÁREA TEMÁTICA 4: INTERVENÇÕES E PROGRAMAS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE

3589

1

A INFLUÊNCIA DO PROGRAMA SESI GINÁSTICA NA EMPRESA NA MUDANÇA DE COMPORTAMENTO DOS COLABORADORES DO SETOR DE ACABAMENTO MECÂNICO DA EMPRESA TUPY FUNDIÇÕES – UNIDADE MAUÁ

JOSIMERI NICOLodi NESPECA - SESI

No contexto das sociedades contemporâneas, o local de trabalho se configura como um importante espaço para o desenvolvimento de intervenções visando à promoção da saúde. O SESI através do programa Ginástica na Empresa (SESIGE), tem como objetivo educar para um estilo de vida ativo e saudável por meio de atividades físicas sistematizadas, realizadas no próprio local de trabalho. Mediante esta proposta, são realizadas ações para mudanças positivas nos hábitos de vida do colaborador. Sistemáticamente são realizadas avaliações com objetivo de identificar alguns aspectos, como a Prática de Atividade Física no Lazer. Os resultados apresentados foram obtidos em Junho de 2006 com 183 colaboradores e em março de 2007 com 240 colaboradores, do setor de acabamento mecânico da TUPY – unidade Mauá. A prática de atividades físicas no lazer foi avaliada, considerando-se quatro níveis: Inativos fisicamente (nenhuma atividade física de lazer); pouco ativos fisicamente (1 vez por semana); ativos fisicamente (2 ou 3 vezes ou por semana); e muito ativos fisicamente (acima de 3 vezes por semana). Em 2006 os ativos e muito ativos eram 10,4% dos colaboradores atendidos pelo programa e em 2007 obteve-se um resultado positivo de 35,4%. As implicações positivas da implantação de intervenções voltadas para a promoção da saúde dos trabalhadores, como é o caso do Ginástica na Empresa, já são conhecidas e difundidas no meio empresarial, e com essa melhoria aqui evidenciada apenas reforça a importância de se investir na qualidade de vida dos trabalhadores.

3592

2

CONTRIBUIÇÕES DAS ATIVIDADES AQUÁTICAS PARA A DIMINUIÇÃO DAS ANSIEDADES GESTACIONAIS

TATIANA MONTENEGRO - UniFMU

A gestação, embora vista como um momento sublime é um período repleto de incertezas, medos e ansiedades, que se não conduzidos de maneira adequada, podem transformar-se em situações patológicas. A atividade física, tendo reconhecida sua importância referente a prevenção de patologias, encontra espaço no trabalho com este público, que necessita de atenção especial, devido às inúmeras alterações físicas, fisiológicas e psicológicas. Dentro desta temática, este trabalho teve como objetivos norteadores identificar e comparar as ansiedades gestacionais, verificando se há diferença entre os níveis de ansiedades de gestantes que praticam hidroginástica em grupos homogêneos e em grupos heterogêneos. A amostra, selecionada de forma intencional, foi composta por 31 mulheres, sendo 17 de grupos homogêneos e 14 de grupos heterogêneos. Para o desenvolvimento do estudo aplicou-se um questionário onde foram apresentadas duas tabelas, uma referente aos fatores ansiogênicos e a outra referente aos fatores motivacionais para a prática da hidroginástica. Os itens das tabelas descreviam categorias relacionadas a preocupações com o bebê, parto e com o bem-estar próprio. A partir das tabelas levantou-se o percentual de frequência das respostas, sendo possível identificar quais as ansiedades e os fatores motivacionais que levam à prática da hidroginástica, podendo assim compará-los. O estudo concluiu que estatisticamente os grupos são iguais quando comparados os fatores ansiogênicos, entretanto apresentam perfis motivacionais diferentes.

3719

3

PESQUISA DE VO2 MAX DAS MULHERES DE CONCÓRDIA, SC, BRASIL E SUA ANÁLISE COMPARATIVA COM VO2 MAX DAS MULHERES DE USA

IOURI KALININE - Universidade do Contestado

Eduardo Kalinine - Universidade do Contestado - UnC

Galina Kalinina - Universidade do Contestado - UnC

Consumo máximo de oxigênio (VO2 max) é considerado como um dos índices mais confiáveis de saúde do ser humano. Quando mais alto o VO2 max de um sujeito mais saudável ele é. O objetivo deste estudo foi pesquisar o VO2 max das mulheres de Concórdia, SC, Brasil de idade de 30 a 65 anos e realizar da análise comparativa de sua dinâmica de decline, devido à idade, com a dinâmica de decline de VO2 max das mulheres dos USA da mesma faixa etária. A amostra da pesquisa foi formada por 84 sujeitos do sexo feminino de Concórdia, escolhidos aleatoriamente. O instrumento metodológico para determinação de VO2 max dos sujeitos da amostra foi o Teste de Rockport, Caminhada de uma milha. O decline de VO2 max das mulheres dos USA, no período de 30 a 65 anos de vida, foi determinado na base da utilização dos dados, que foram colhidos de 8260 mulheres, pacientes em avaliação na Cooper Clinic, USA. Para tratamento estatístico foi utilizado o Teste "t" de Student para amostras independentes. Na base dos dados adquiridos foram determinadas as equações seguintes: a) VO2 max (Brasil) = - 0,605 Id + 61,5; b) VO2 max (USA) = - 0,217 Id + 41,6. A análise dos dados adquiridos mostra que, na idade de 35 anos, o VO2 max das mulheres de Concórdia, SC, Brasil é significativamente maior (p<0,01) do que o VO2 max das mulheres de USA, mas, na idade de 60 anos, o VO2 max das mulheres de USA é significativamente maior (p < 0,01) do que o VO2 max das mulheres de Concórdia, SC, Brasil. Palavras-chave: saúde, mulher, consumo máximo de oxigênio.

3914

4

AS VIVÊNCIAS LÚDICAS COMO COADJUVANTE NA REVERSÃO DA DISLIPIDEMIA

MICHELE MEDEIROS SILVEIRA - Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC

Albertina Bonetti - Universidade Federal de Santa Catarina -UFSC

Maria da Graça W. Balen - Universidade Federal de Santa Catarina -UFSC

Rodrigo Schütz - Universidade Federal de Santa Catarina -UFSC

Geny Aparecida Cantos - Universidade Federal de Santa Catarina -UFSC

O NIPEAD-HU-UFSC (Núcleo Interdisciplinar de Pesquisa Extensão e Atendimento a Dislipidemia do Hospital Universitário da Universidade Federal de Santa Catarina) trabalha com prevenção para doenças cardiovasculares. Este Núcleo além do atendimento cardiológico e nutricional conta com um programa intitulado: vivências lúdicas do coração. Neste programa, buscou-se o lúdico para motivar as pessoas, com dislipidemia, a praticarem atividade física, objetivando melhorar a qualidade de vida e consequentemente a sua perspectiva de vida. No ano 2006, participaram deste programa 10 pacientes, sendo que 75% tiveram uma queda do colesterol total, 100% mantiveram triglicérides (abaixo de 200mg/dL), 50% apresentaram melhoras nos níveis de HDL-colesterol e 25% apresentaram melhoras nos níveis de LDL-colesterol. Conclui-se que as vivências lúdicas mostraram-se um excelente artifício, não só para ajudar a reverter o processo de dislipidemia como também trouxe mais motivação as pessoas para se exercitar, despertando comportamentos que o ajudaram a ampliar a execução das tarefas da vida diária e também na sua socialização.

3951

5

DISTRIBUIÇÃO DE “FOLDER” COMO AÇÃO EDUCATIVA PARA UM ESTILO DE VIDA MAIS ATIVO

DALTON GRANDE - Sec. Mun. do Esporte e Lazer de Curitiba - Programa Curitibativa
 Jose Carlos Cassou - Sec. Mun. do Esporte e Lazer de Curitiba - Programa Curitibativa
 Rosemary Rauchbach - Sec. Mun. do Esporte e Lazer de Curitiba - Programa Curitibativa

Silvano Kruchelski - Sec. Mun. do Esporte e Lazer de Curitiba - Programa Curitibativa
 João Egdoberto Siqueira - Sec. Mun. do Esporte e Lazer de Curitiba - Programa Curitibativa

Com a preocupação em aumentar o nível de atividade física habitual, como aliado na prevenção e tratamento de doenças crônico-degenerativas, diferentes instituições investem em campanhas de sensibilização da população. O objetivo deste estudo foi avaliar o impacto de uma dessas campanhas: foi distribuído “folders” em um local de grande concentração de pessoas, onde foi instalada uma estrutura com “banners” informativos, chamando a atenção das pessoas, as quais foram abordadas por profissionais de educação física, que esclareceram sobre a ação educativa e a importância da leitura dos conteúdos, anotando dados pessoais e informações sobre atividades físicas habituais. 50 dias após uma pesquisa foi realizada por telefone com 56 pessoas (n total = 136); 32 mulheres (21 a 73 anos) e 24 homens (17 a 77 anos). Os questionamentos e respostas foram: Você conhece o Programa Curitibativa? Não, 41 e Sim, 15 (26,7%); Em 30 de maio, o sr.(a) recebeu “folders” sobre atividades físicas? Lembraram que receberam o material e do programa 55 (98,2%); Qual a qualidade da informação? Excelente 23 (41,1%), Boa 27 (48,2%), Regular 5 (8,9%), Não opinou 1; Que mudança essas informações promoveram na sua vida? Nenhuma 21(37,5%); Repassaram a informação 3 (5,3%); Não entendeu a proposta 1; Ficaram preocupados 2 (3,6%); Mudaram as rotinas diárias 25 (44,6%). Conclui-se que este tipo de ação é de grande importância, pois após a informação, 44,6% disseram mudar a rotina diária relacionada à atividade física, agregando mais intensidade e a variedade de exercícios físicos mudando o enfoque das suas práticas, o que sugere que a ação possa ser realizada regularmente em outros locais com diferentes populações.

4150

7

TREINAMENTO CONCORRENTE COM SÉRIES SIMPLES EM PACIENTES HIV POSITIVO: AVALIAÇÃO HEMATOLÓGICA

CARLA ZANELATTO - Centro Universitário Feevale
 Sandrine Comparsi Wagner - Centro Universitário Feevale
 Marta Rosecler Bez - Centro Universitário Feevale
 Juliano Varela de Carvalho - Centro Universitário Feevale
 Alexandre Ramos Lazzarotto - Escola de Educação Física da Universidade do Rio Grande do Sul (Esef/UFRGS), Centro Universitário Feevale

Introdução: A utilização da Terapia Anti-Retroviral tem aumentado a expectativa de vida de indivíduos HIV positivo, porém, dentre os vários efeitos colaterais, estão os de origem hematológica. Objetivo: Avaliar o treinamento concorrente com séries simples no parâmetro hematológico de pacientes HIV positivo que faziam uso da TARV. Materiais e Métodos: O estudo, aprovado pelo comitê de ética e pesquisa do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (05-591), foi realizado com 7 pacientes (6 homens e 1 mulher) que participaram de um treinamento associando trabalho aeróbio em cicloergômetro com exercício muscular através de séries simples. O treinamento foi de 3 meses, realizado 3 vezes por semana, com a duração média de 35 minutos por sessão. A intensidade foi controlada pela Escala de Borg e monitorada por cardiotaquímetro. O perfil hematológico foi analisado através de hemogramas em contador automatizado. O tratamento estatístico foi através do teste t de Student para amostras pareadas. Resultados: A idade média foi de 39,6 anos (+ 7,2) e com tempo médio de TARV de 6,9 anos (+ 4,4). Comparando os hemogramas antes e após o treinamento, verificou-se diferenças estatisticamente significativas nas hemácias ($p=0,001$), no hematócrito ($p=0,002$), na hemoglobina ($p=0,000$), no HCM ($p=0,014$), nas plaquetas ($p=0,004$) e nos monócitos ($p=0,003$), sendo que a carga viral permaneceu indetectável. Conclusão: O treinamento concorrente foi eficaz nos principais índices hematimétricos, combatendo a anemia e contribuindo para melhoria da resposta plaquetária.

4043

6

PREFERÊNCIAS QUANTO A PARTICIPAÇÃO NAS ATIVIDADES DO PENTÁCULO DO BEM-ESTAR NO EVENTO ESPORTE CIDADANIA DOS ESTADOS DO RS, SC E PR

OLGA DENISE OLIVEIRA WAGNER - SESI - RS
 Olga Denise Oliveira Wagner - SESI - RS
 Rafael Barcelos - SESI - SC
 Debora Lara - SESI - PR

O objetivo desse trabalho foi verificar as preferências do público quanto à participação nas atividades do “Esporte Cidadania” nos estados do RS, SC e PR. Este evento aconteceu no dia 26 de maio de 2007. A proposta foi promover ações esportivas que divulgassem o Pan 2007, assim como incentivar, motivar e dar acesso a opções de um lazer mais ativo e saudável, através do programa Lazer Ativo do SESI. O público alvo era pessoas da comunidade em geral, sendo as atividades oferecidas semelhantes nos três estados. Além da prestação de serviços, o foco era oportunizar algumas vivências de acordo o pentáculo do bem-estar, em relação à alimentação saudável, atividade física, gerenciamento de estresse, relacionamentos saudáveis e comportamento preventivo. Dentre as atividades propostas, orientações de higiene bucal, verificação de pressão e glicemia, avaliação física, oficinas esportivas e culturais foram as que mais se destacaram. Contando com os 3 estados somados (RS, SC, PR), o público foi superior a 40 mil pessoas. Trata-se de um estudo exploratório, e a amostra totalizou 1.460 participantes, sendo 546 do sexo masculino e 914 do sexo feminino. Os resultados demonstraram que nos 3 estados o número de participantes do sexo feminino nas atividades (63%) foi superior ao sexo masculino (37%). Observamos que houve grande variação em relação às preferências, fato que pode estar associado a aspectos como o clima, as diferentes características regionais do público e seus interesses no evento, assim como as diferentes atividades propostas. O SESI através de eventos como esse cumpre com sua missão, pois contribui para a transformação da realidade social, promovendo ações que incentivam a vida saudável e com qualidade.

4263

8

O TREINAMENTO CONCORRENTE COM SÉRIES SIMPLES NA CAPACIDADE AERÓBIA, FORÇA MUSCULAR, MASSA CORPORAL E PARÂMETROS IMUNOLÓGICO E VIROLÓGICO DE PORTADORES DO HIV

ALEXANDRE RAMOS LAZZAROTTO - UFRGS -Feevale- La Salle
 Luís Fernando Deresz - UFRGS-HCPA
 Gustavo Waclawovsky - Feevale
 Heloisa Sporleder - IPB- LACEN FEPPS
 Adroaldo Gaya - UFRGS

Introdução: A infecção pelo HIV causa imunossupressão progressiva, diminuição da capacidade aeróbia (VO2), da força muscular e da massa corporal em portadores do HIV. Objetivos: Avaliar o treinamento concorrente com séries simples no VO2 de pico, na força muscular, na massa corporal e nos parâmetros imunológico (CD4) e virológico (carga viral - CV). Método: ensaio experimental não-controlado com 7 indivíduos (1 mulher e 6 homens) que participaram de um treinamento composto por 36 sessões com exercício aeróbio (20' no cicloergômetro) e resistido (6 exercícios em série simples). A prescrição do exercício aeróbio foi através de avaliações ergoespiométricas em 4 momentos (basal, 4ª, 8ª e 12ª semana), a partir do percentual do VO2 de pico, nas intensidades 60, 75, 85 e 85% respectivamente. A intensidade do exercício resistido foi determinada pelo testes de 15 repetições máximas e número máximo de abdominais em 1 minuto. Para a contagem de CD4 foi utilizada a técnica de Citometria de Fluxo e, para a CV, a técnica de HIV-1 RNA-3.0. Resultados: O treinamento proporcionou aumentos na força muscular em todos os exercícios e em todas as reavaliações ($p<0,01$). Também foram observados aumentos significativos na massa corporal ($p<0,05$), sem interferências nos parâmetros imunológico e virológico. No VO2 de pico não foram encontradas alterações significativas, no entanto, a carga máxima (Watts) alcançada no teste ergoespiométrico ao final do treinamento foi significativamente maior ($p<0,05$). Conclusão: O treinamento concorrente com séries simples demonstrou ser uma consistente estratégia não medicamentosa na melhoraria da qualidade de vida do grupo estudado.

4280

9

A INFLUÊNCIA DA EDUCAÇÃO DA POSTURA DINÂMICA NAS ATIVIDADES DE VIDA DIÁRIA DE DONAS DE CASA

RÚBIA BERNARDES - Universidade Luterana do Brasil
 Anneliese Schonhorst Rocha - Universidade Luterana do Brasil
 Elisângela Torrilla Zanette - Universidade Luterana do Brasil

A presente investigação buscou analisar os efeitos da educação da postura dinâmica nas atividades de vida diária das donas de casa do condomínio residencial em Canoas/RS. Foram realizados pré e pós-testes, do teste de postura dinâmica (ROCHA e SOUZA, 1999) e do protocolo de Corlett (1999). Houve, também, uma análise qualitativa sobre a percepção do programa postural durante a realização do programa, através de um memorial descritivo. O estudo teve o delineamento quantitativo pré-experimental, composto com um mesmo grupo de pessoas. A amostra analisada constituiu-se por dez donas de casa com faixa etária de vinte e cinco a setenta e dois anos de idade, todas trabalhavam exclusivamente em casa. A coleta de dados foi feita numa sala residencial no próprio condomínio. Para a análise dos dados foi utilizado como tratamento estatístico, o teste Wilcoxon. Os resultados demonstraram que as donas de casa melhoraram a postura ao realizarem suas atividades de vida diária. Com relação à postura de pegar um objeto do solo melhorou ($p=0,007^*$), na postura de carregar um objeto melhorou ($p=0,004^*$) e na postura ao trocar um objeto de lugar melhorou ($p=0,007^*$). Também houve uma melhora no teste de dor e desconforto do protocolo de Corlett. Em relação a dores na região cervical melhorou ($p=0,028^*$), na região lombar ($p=0,028^*$). As demais regiões não apresentaram estatisticamente resultados significativos. Concluiu-se assim que a educação da postura dinâmica nas atividades de vida diárias das donas de casa do condomínio residencial em Canoas/RS foi eficaz para a melhora da postura dinâmica e para a diminuição das dores nas regiões da coluna cervical e lombar. Palavras-chave: Postura. Avds. Algias. Escola Postural

4281

10

UTILIZAÇÃO DE RECURSOS INFORMATIVOS POR PROGRAMAS DE GINÁSTICA LABORAL

ADRIANA SEÁRA TIRLONI - Universidade Federal de Santa Catarina
 Janaína Dâros Miralles -

O endomarketing é um recurso utilizado pelas empresas de ginástica laboral (GL) para promover o conhecimento sobre saúde e a adoção de hábitos saudáveis. Este estudo teve como objetivo analisar a comunicação organizacional interna (avisos e reportagens) em uma empresa privada de Florianópolis-SC, realizadas pelo setor de Recursos Humanos e pelo Programa de GL. Participaram do estudo 66 trabalhadores, 57 mulheres e 9 homens, com idade média de $28,8 \pm 9,4$ anos. Como instrumento de pesquisa utilizou-se o questionário de Sousa (2004). A coleta de dados ocorreu após 6 meses do início do endomarketing (reportagem semanais sobre temas relacionados à saúde, psicologia, datas comemorativas, entre outros). As reportagens eram fixadas nos murais da empresa e trocadas semanalmente. Para análise dos dados aplicou-se estatística descritiva. Verificou-se que 87,9% dos trabalhadores citaram que manter-se bem informado sobre as ações desenvolvidas pela empresa era fundamental para o seu trabalho. Constatou-se que 59,1% sempre liam os avisos e 37,9% às vezes; 60,6% consideram os avisos ótimos e apenas 3% consideram-nos ruins. Quanto às reportagens: 45,5% dos pesquisados liam sempre, 40,9% às vezes; 33,4% consideram-nas ótimas e 60,6% boas e apenas 1,5% consideram-nas ruins. Observou-se que 45,5% dos trabalhadores mencionaram que as reportagens abordavam assuntos novos, 36,4% que relembavam determinados assuntos, 12,1% citaram ambos. A maioria dos trabalhadores (86,5%) citou que a linguagem utilizada foi ideal, nem muito simples nem muito complexa. Concluiu-se que a fixação de avisos e reportagens nos murais pode ser um meio para melhorar a comunicação interna na empresa, e promover a melhora da qualidade de vida dos trabalhadores.

4285

11

A ATIVIDADE FÍSICA EM RELAÇÃO AO COMPORTAMENTO E SATISFAÇÃO SEXUAL EM ADULTOS JOVENS ATIVOS

CIBELE LIMA DOS SANTOS - Universidade Federal de Santa Catarina
 Marize de Amorim Lopes - UFSC
 Március de Almeida Gomes - UNEB

A atividade física é um fator importante para se alcançar a satisfação na vida sexual. O objetivo desta pesquisa foi verificar a relação entre atividade física e comportamento e satisfação sexual em adultos jovens ativos. Foi utilizado para a caracterização da atividade física (AF) e do comportamento e satisfação sexual (CSS) um questionário descritivo fechado. A população do estudo foi composta de 43 adultos, sendo 53,5% ($n=23$) do sexo masculino e 46,5% ($n=20$) do sexo feminino, com idade média de 27 anos e a maioria adultos solteiros. Para a relação de AF e CSS, observou-se que os adultos ativos apresentaram comportamentos positivos para todos os componentes. Porém, para os componentes dificuldades na vida sexual, ato de masturbar e satisfação com a vida sexual foi observado maiores prevalências de comportamento negativo com 89,7%, 59% e 20,5%, respectivamente. Com base nestes resultados, pode-se afirmar que a atividade física regular pode contribuir para comportamentos positivos e satisfação sexual em adultos jovens. Porém faz-se necessário a realização de outros estudos com faixa etárias superiores e com aspectos diferenciados para atividade física, a fim de afirmar esta contribuição.

4291

12

A INFLUÊNCIA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA ADESÃO DE ADOLESCENTES OBESOS AO TREINAMENTO FÍSICO: ESTUDO DE CASO

CLAUDIA FACHIN GUARDA - Faculdade da Serra Gaúcha
 Débora Rios Garcia - UFRGS
 Elisângela Zanete - ULBRA

O presente estudo teve por objetivo investigar a influência do profissional de Educação Física na adesão de adolescentes obesos no treinamento físico. Foram estudados três adolescentes, dois do sexo feminino e um do masculino, com média de idade de 12 anos, obesos, sedentários e sem nenhum histórico patológico, residente na cidade de Caxias do Sul - RS. As intervenções foram realizadas duas vezes por semana com duração de 75 minutos durante 12 semanas. O método desenvolvido procurou identificar estímulos inibidores e estimulantes dos adolescentes frente ao treinamento físico. Durante o período de intervenção, os treinamentos foram realizados em parques, ruas, praças, através de exercícios aeróbicos, os quais constituíam em caminhadas, corrida, ciclismo e skate. As informações realizadas pelo profissional provocaram mudanças em seus comportamentos e hábitos, os quais foram avaliados subjetivamente, tal como motivação, controle com a alimentação, auto-estima, autovalorização e vaidade. Após 24 semanas do término da intervenção os sujeitos foram investigados novamente. Observou-se que os adolescentes continuavam a praticar exercício físico, com motivação e uma excelente relação interpessoal. Através dos dados analisados demonstrou-se que a sensibilidade do profissional de Educação Física, em identificar estímulos inibidores do exercício físico, bem como a capacidade em ofertar e ou localizar locais e formas de processos que produzem estímulos excitadores ao exercício físico são de extrema importância na adesão de adolescentes obesos ao treinamento físico. Desta forma concluiu-se que o profissional de Educação Física tem influência direta na adesão de adolescentes obesos ao exercício físico.

4300

13

PROGRAMA VIDA SAUDÁVEL: IMPLANTAÇÃO DE UM PROGRAMA VOLTADO A PROMOÇÃO DA SAÚDE

WALLACY MILTON DO NASCIMENTO FEITOSA - Associação Caruaruense de Ensino Superior

Agostinho Gonçalves da Silva Júnior - Associação Caruaruense de Ensino Superior

Sibele Ribeiro de Oliveira - Associação Caruaruense de Ensino Superior

Angélica Tenório da Silva - Associação Caruaruense de Ensino Superior

Historicamente sabemos que a qualidade de vida do ser humano vem sofrendo influências do estilo de vida moderno, levando-o nas últimas décadas, a criar hábitos cotidianos marcados pelo sedentarismo. Em contrapartida, a evolução científica e a tecnológica vêm desenvolvendo um novo conceito de promoção de atividades físicas, de forma orientada e permanente. Neste momento nos propomos a apresentar o Projeto Vida Saudável que objetiva ampliar as possibilidades de acesso aos bens esportivos, culturais e de monitoramento da saúde num contexto interdisciplinar, promovendo atividades voltadas à promoção de saúde e melhoria da qualidade de vida da comunidade acadêmica (professores, funcionários e alunos) e da população em geral. A ação do projeto destina-se a crianças, aos adolescentes, aos adultos, aos idosos e a grupos específicos como: gestantes, portadores de deficiência, trabalhadores, cardiopatas, obesos, dentre outros. A prática das atividades corporais, esportivas e de lazer será utilizada como veículo de promoção da saúde, bem-estar e aquisição de hábitos esportivos. O trabalho será realizado na estrutura de aulas semanais, organizadas a partir do critério de: faixas etárias, grupos de interesse, necessidades especiais e níveis de aprendizagem. Com relação aos exames laboratoriais, os participantes serão avaliados periodicamente com a realização de dosagens bioquímicas tais como: glicemia de jejum, colesterol total e frações, triglicerídios, e lactato. Serão realizados reuniões sistemáticas e relatórios enquanto processo de acompanhamento das atividades desenvolvidas, com o objetivo de investigar e diagnosticar as dificuldades e problemas que apareçam na operacionalização do projeto.

4318

15

A INFLUENCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NO TESTE DE FORÇA PARA PORTADORES DE DIABETES MELLITUS

ANDREA KARLA BREUNIG DE FREITAS - Universidade Federal de Santa Maria

Jorge Luiz dos Santos de Souza - Universidade Federal de Santa Maria

Rodrigo Ghedini Gheller - Universidade Federal de Santa Maria

Simone Aparecida Pereira Marques - Universidade Federal de Santa Maria

Luiz Osório Cruz Portela - Universidade Federal de Santa Maria

O diabetes é um distúrbio metabólico caracterizado pela hiperglicemia e seu tratamento inclui uma alimentação balanceada, seguida da prática de atividades físicas e em alguns casos medicações. O objetivo deste estudo foi verificar a influência da atividade física no teste de força abdominal, flexão de joelho e teste da cadeira em pessoas diabéticas do tipo II. Este estudo justificou-se pelo fato da Diabetes estar se tornando uma doença endêmica e sendo a atividade física parte de seu tratamento. O trabalho desenvolveu-se num período de 18 sessões, composto de 13 alunos(as) onde participavam de aulas de dança, musculação e recreação, três vezes por semana com duração de 50 minutos cada, nos meses de setembro, outubro e novembro. Foram realizadas avaliações de RCQ, massa corporal, e testes de força dos membros superiores e inferiores, os dados foram analisados no programa Estatística da UFMS com o teste T pareado com nível de significância de $p < 0,05$. Os dados tiveram como média de idade 59 anos, peso de pré e pós teste $71.9 (\pm 18.33)$ e $70.61 (\pm 18.15)$ respectivamente, RCQ de $0.89 (\pm 0.12)$ para $0.92 (\pm 0.12)$, força abdominal de $32.23 (\pm 11.26)$ para $45.23 (\pm 12.86)$, flexão do cotovelo $17.84 (\pm 3.44)$ e $20.769 (\pm 2.09)$, teste da cadeira $16.38 (\pm 3.36)$ e $20.92 (\pm 4.13)$, todos testes tiveram $p < 0,05$. Através dos resultados notamos melhora em todos objetivos propostos ficando caracterizado que um programa de exercício físico bem orientado e regular manifesta-se de forma positiva neste público, portanto, conclui-se que um programa com atividades aeróbias e de resistência muscular localizada, contribui para o aumento de força e consequentemente melhora na qualidade de vida.

4308

14

FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS CRÔNICAS E IMPACTO DO EXERCÍCIO FÍSICO E DA ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL SOBRE A COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ADOLESCENTES OBESOS DE GOIÂNIA – GO

SÍLVIA SALETE OZELAME - Universidade Federal de Goiás

Maria Sebastiana Silva - Universidade Federal de Goiás

A prática regular de exercícios físicos e as mudanças no hábito alimentar têm sido empregados no tratamento da obesidade e na redução do risco para doenças crônicas. Assim, o presente trabalho objetivou avaliar os fatores de riscos para doenças crônicas e o efeito do exercício físico e orientação nutricional sobre a composição corporal de adolescentes. Participaram do estudo 14 adolescentes, 12 a 17 anos, de ambos os sexos. Para o risco de doenças coronarianas considerou-se a pressão arterial e os índices bioquímicos (glicemia e perfil lipídico) dos adolescentes e a história familiar para doenças crônicas. A análise bioquímica foi realizada em laboratórios da rede pública de saúde. Os adolescentes foram submetidos a programas de intervenção: Exercício (GE) e Dieta e Exercício (GDE). A composição corporal foi avaliada por meio do índice de massa corporal (IMC), circunferência do braço (CB) e circunferência muscular do braço (CMB). Para análise estatística dos dados utilizou-se o teste de Tukey ($p < 0,05$). Os resultados indicaram que 36% dos adolescentes apresentaram pressão arterial elevada, mas os níveis glicêmicos e as frações lipídicas estavam adequadas. Quanto à história familiar, 86% dos adolescentes relataram que pelo menos um dos pais era obeso, 46% indicaram hipertensão (pais e avós) e 86% informaram casos de diabetes (pais, avós e tios). Os resultados do IMC, CB e CMB alteraram, mas não significativamente, durante o período de intervenção. Contudo, os valores absolutos demonstraram aumento da massa muscular. Portanto, os adolescentes do presente estudo apresentam fatores de risco para doenças crônicas e precisam ser estimulados à prática regular de atividades físicas e hábitos alimentares saudáveis.

4358

16

A LUDICIDADE COMO FATOR DE MOTIVAÇÃO À PRÁTICA DA GINÁSTICA LABORAL NA EMPRESA FIASUL IND. DE FIOS LTDA - TOLEDO/PR

LEONARDO DALLA VECCHIA - SESI - Serviço Social da Indústria

Nádia A. Fuchs - SESI/PR

Fernando Thoming - SESI/PR

Anselmo de Athayde Costa e Silva - SESI/PR

Fábio Bertapelli - SESI/PR

O SESI Toledo/PR, através do Programa Ginástica na Empresa, orienta a prática dessa modalidade na Fiasul Ind. de Fios. Constatou-se que a rotina se tornou monótona para os funcionários, fato que culminou em avaliação do programa, estabelecendo-se a necessidade de incrementá-lo. No antigo programa parte dos trabalhadores, ou não compareciam as atividades ou não as executavam com satisfação, talvez em função do ambiente onde eram realizados os exercícios, próximo a máquinas e colaboradores trabalhando, tornando-se impossível qualquer comunicação verbal entre o facilitador da atividade e os praticantes. Para incrementar o programa de ginástica laboral e motivar os participantes foram elaboradas mudanças significativas e o mesmo recebeu o nome fantasia de Estação do Agito. A proposta visou retirar de cena a figura do funcionário facilitador, deixando apenas os estagiários do Sesi como monitores da atividade. O local de prática passou a ser uma sala ampla, onde havia a possibilidade de utilizar aparelhos sonoros e reunir todos no mesmo ambiente. Cinco acadêmicos de Educação Física, foram contratados pelo SESI para trabalhar como monitores. As atividades passaram por modificações, sendo que a utilização da música e de atividades como Dança, Estafetas, Apresentações Artísticas, Capoeira e Datas Temáticas foram alternativas aos exercícios de alongamento estático. A metodologia utilizada contribui para aumentar a interação entre os funcionários, pois a divisão em setores não permitia um maior entrosamento entre as pessoas o que foi de pronto sanado com a Estação do Agito. O acréscimo de novas práticas como a Dança e Atividades Rítmicas foi fator positivo e pode-se inferir que seja responsável pela satisfação dos participantes.

4376

17

PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL E A DIMINUIÇÃO DA INTENSIDADE DE DORES MUSCULARDÉBORA RIOS GARCIA - UFRGS
Jorge Luiz de Souza - UFRGS

Durante o cotidiano expomos o nosso corpo a muitas agressões, como por exemplo, stress, sedentarismo e alimentação inadequada, que com o passar do tempo vão interferindo em nossas tarefas diárias tornando-nos cada vez mais propensos à invalidez. Um dos maiores problemas, hoje enfrentado dentro do ambiente de trabalho está relacionada a queixas de dores. Dentro dessa problemática podemos destacar a Ginástica Laboral como princípio para qualidade de vida, estando relacionada à diminuição de queixas de dores. Portanto esse presente estudo teve como objetivo investigar a eficácia do programa de Ginástica Laboral e analisar a diminuição da intensidade das dores musculares dos funcionários de uma indústria de embalagens Plásticas de Bento Gonçalves. A amostra foi composta por 113 funcionários. Os participantes da pesquisa estiveram de acordo com a resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde. Para a avaliação da diminuição da intensidade de dores musculares, aplicou-se um questionário, sendo analisado sua porcentagem pelo programa excel for windows 1998, sendo aplicados duas avaliações uma antes e a outra após 90 dias do programa de Ginástica Laboral. As sessões de Ginástica Laboral foram realizadas diariamente, com duração de 10 minutos, compostos por exercícios respiratórios, alongamento, relaxamento muscular e mobilidade articular. Os resultados obtidos sugerem que 100% dos trabalhadores observaram melhora no seu estado físico, 20% sentiram que a melhora ocorreu no início da jornada, 49% no meio da jornada, e 31% observaram que a melhora ocorreu no final da jornada de trabalho. A aceitabilidade da Ginástica Laboral foi de 100%. Em relação à diminuição de dores, 70% e permanecendo iguais 30%.

4378

18

PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA BRIGADA DE INCÊNDIOWAGNER MORAES DA SILVA - SESI
Ricardo Busquim Massucato - SESI
Jackson Barbosa Jorge - SESI
Fausto Ganem Rodrigues - SESI
Ricardo Gonçalves - SESI

Este programa, vem sendo desenvolvido desde maio de 2002 através de convênio estabelecido entre a empresa Cia. Iguazu de Café Solúvel de Cornélio Procópio e o SESI Londrina no Estado do Paraná. O objetivo é melhorar o nível de aptidão física relacionado a saúde e consequentemente a melhoria da qualidade de vida dos brigadistas. Em virtude dos vários benefícios que a prática da atividade física e o desenvolvimento da aptidão física relacionada a saúde proporcionam, o programa de atividade física implantado na empresa tem como principais atividades: avaliações físicas semestrais; atividades interdisciplinares; esportivas; aeróbias e musculares. Para estudo das melhorias relacionadas à aptidão física dos participantes do programa, foram adotadas planilhas comparativas, onde são verificados Índice de Massa Corporal (IMC), Flexibilidade (Sentar e Alcançar), Força e Resistência Muscular (Flexão Abdominal 1min.) e VO₂max (Teste de Cooper – 12min.). Respeitando o princípio das diferenças individuais, estamos propiciando oportunidades de mudança para estilo de vida saudável dos colaboradores e estimulando práticas de atividade física direcionadas a uma melhor qualidade de vida.

4381

19

PROGRAMA DE GESTÃO DA ATIVIDADE FÍSICA EMPRESARIAL EM UMA EMPRESA DA CIDADE DE MARINGÁ-PRJOSIMARA DAYANA PEREIRA DOS SANTOS - SESI-PR
Marcio Buzo - SESI PR
Rosana Rodrigues de Mello Muriana - SESI PR
Emanuela Rodrigues - SESI PR

Em abril de 2006 foi firmada a parceria entre uma empresa de embalagens da cidade de Maringá com o Sesi iniciando com trabalho de Ergonomia em todos os postos de trabalhos, onde através deste foi possível visualizar a necessidade de cada grupo, além de, subsidiar informações para montagem de aulas de ginástica que acontecem dentro do horário de trabalho para todos os setores. Além de Laudo Ergonômico realizado por profissionais do Sesi, foram realizadas avaliações físicas individuais que englobaram: teste de força manual, avaliação postural e avaliação da flexibilidade. As avaliações foram realizadas nas dependências da empresa em novembro de 2006 e março de 2007. Durante este período foi desenvolvido alongamento três vezes por semana com séries específicas para cada grupo de trabalho. A média da flexibilidade passou de 27,3 cm para 29,7 cm e a média da força manual de 98,07 kgf para 103,13 Kgf. Os desvios posturais leves passaram de 8,7% para 0,24%. Além da ginástica na empresa, avaliação física e ergonomia a empresa fornece sessões de 15 minutos de massoterapia para os funcionários. Durante as sessões, são trabalhados os pontos em que a pessoa relata sentir maior tensão, seja do trabalho ou das tarefas do cotidiano. O Programa de Gestão da Atividade Física Empresarial tem como objetivo não apenas aprimorar a condição física do funcionário, mas sim, conscientizá-lo de que a sua saúde é de extrema importância para a vida dentro e fora do trabalho e que cabe a cada um deles procurar melhorar e cuidar de seu corpo da melhor forma possível, por isso, o estímulo constante através dos professores para a prática de exercícios.

4391

20

INFLUÊNCIA DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO RESISTIDO NA QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS NA UNIVILLECARLA WERLANG COELHO - Universidade da Região de Joinville – UNIVILLE e
Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC/Joinville
Joseli Ribeiro da Silva - Universidade da Região de Joinville
Paulo Roberto Jannig - Universidade da Região de Joinville
Ana Claudia Cardoso - Universidade da Região de Joinville
Eriberto Fleischmann - Universidade da Região de Joinville

Um dos objetivos do Programa de Atividade Física e Saúde de Idosos (PAFSI) da Univille é melhorar a qualidade de vida. Segundo várias instituições a qualidade de vida está relacionada à sensação de bem estar nos aspectos físicos, psicológicos, sociais e ambientais. O objetivo deste estudo foi avaliar subjetivamente a sensação de eventual melhora da qualidade de vida dos aspectos físicos e sociais dos idosos. Foram avaliados 27 idosos (20 mulheres e 7 homens; 63,9±4,8 anos, 71,8±7,8 kg; 159,6±7,8 cm). A sensação subjetiva foi avaliada através de um questionário com 10 perguntas. Este instrumento permitiu avaliar através de uma escala visual analógica localizada embaixo de cada pergunta, como o indivíduo se encontrava no início do programa e no momento de aplicação do questionário, 10 semanas após. A escala visual analógica foi composta por uma linha reta de 10 cm (sem escala numérica), onde no extremo esquerdo estava escrito muita dificuldade, e no extremo direito muita facilidade. O idoso assinalou nesta linha reta, com um "i", onde ele se encontrava antes de começar o PAFSI, e com um "x", onde ele se encontrava no momento da resposta do questionário. O resultado da avaliação foi expresso através da diferença em centímetros entre esses dois pontos assinalados na reta, proporcionando um delta entre o início do PAFSI e o momento da resposta do questionário. Os resultados dos domínios foram: 3,6±2,3 cm no físico e 3,1±2,7 cm no social. Espera-se que a grande melhora física está relacionada à fragilidade inicial do sistema neuromuscular e a social ao fato desta atividade ser realizada em grupo. Conclui-se que a prática do treinamento resistido melhorou o domínio físico e social dos idosos participantes do grupo PAFSI.

4421

21

BENEFÍCIOS DA GINÁSTICA LABORAL NA QUALIDADE DE VIDA DE TRABALHADORES

JACKSON BARBOSA JORGE - SESI - Serviço Social da Indústria
Wagner Moraes da Silva - SESI
Jonas Alves Almeida Neto - SESI
Sílvia Cristina Vieira - SESI
Fabiane Tavares Cirillo - SESI

A Ginástica Laboral nas Empresas é um trabalho planejado, organizado e executado por profissionais da área de Educação Física, Ergonomistas, Fisioterapeutas, Assistentes Sociais, Médico do Trabalho e Técnicos de Segurança do Trabalho e realizada pelos funcionários das empresas no próprio local de trabalho, no início, meio ou fim da jornada diária, visando principalmente a prevenção da LER – Lesões por Esforços Repetitivos e DORT – Distúrbios Ósteo-musculares Relacionados ao Trabalho buscando consequentemente a melhoria da Qualidade de Vida desse trabalhador, inclusive através da conscientização desses indivíduos. O presente estudo teve como objetivo traçar quais os benefícios principais da Ginástica laboral junto aos trabalhadores de uma empresa química da cidade de Cambé-Pr. A metodologia utilizada foi de caráter descritiva exploratória, através de um questionário (com perguntas abertas e fechadas) formulado pelos pesquisadores, para avaliar os benefícios alcançados através da realização das aulas de Ginástica Laboral. A população utilizada foi composta por 48 funcionários, sendo 29 indivíduos do sexo masculino e 19 indivíduos do sexo feminino dos setores de administração e produção com idades entre 18 e 57 anos. De acordo com os resultados obtidos nessa pesquisa constatou-se principalmente como benefícios principais um menor índice de estresse, um melhor relacionamento interpessoal, maior disposição para o trabalho e o alívio das dores corporais, concluindo-se que os objetivos do programa estão sendo atingidos pois notam-se uma melhora significativa em alguns aspectos e consequentemente um melhor índice na qualidade de vida desse trabalhador. Palavras-chave: Ginástica Laboral; Qualidade de Vida.

4443

23

AÇÕES EXTENSIONISTAS, EDUCATIVAS E MELHORIAS NA QUALIDADE DE VIDA DO SERVIDOR: A VIVÊNCIA NA UFSCAR

SELVA MARIA GUIMARÃES BARRETO - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar
Aline Priscila Boni - UFSCar
Thays Yara Teófilo Borges Campos - UFSCar

As expansões do conhecimento associadas à velocidade das transformações mundiais vêm impondo às Instituições de Ensino Superior o desafio de preparar as novas gerações para atuar numa sociedade globalizada e em constante mudança, gerando a necessidade de atualização das concepções educacionais. Desta forma, a Educação Superior deve explicitar suas ações na formação pessoal e profissional de indivíduos com elevada qualidade científica, cultural, social e técnica, nos diferentes campos do saber, de forma a revelar competência e habilidade em sua área de atuação. Uma destas ações empreendidas pela Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) consiste na execução de projetos de extensão, como processo educativo, cultural e científico que almeja a articulação do ensino e da pesquisa e extensão, a fim de viabilizar a relação transformadora entre universidade e sociedade. Com o intuito de fornecer aos seus alunos a oportunidade de participação na produção científica acadêmica, o curso de Licenciatura em Educação Física da UFSCar, por meio do incremento da atividade física, implementou um projeto de condicionamento físico para os servidores, que tem por objetivo, a melhoria da qualidade de vida destes, via treinamento das capacidades e habilidades motoras. Para tanto são empreendidas três sessões semanais com duração de sessenta minutos em cada uma delas. Segundo resultados preliminares pudemos verificar melhorias significativas nos seguintes componentes da aptidão física, o que nos leva a afirmar ser possível implementar ações que venham a gerar, no ambiente de trabalho, melhorias na performance, na saúde e na qualidade de vida.

4431

22

COORDENAÇÃO MOTORA E FORÇA EM ASMÁTICOS PRATICANTES DE UM PROGRAMA REGULAR DE EXERCÍCIOS FÍSICOS

ANDRESSA RIBEIRO CONTREIRA - Universidade Federal de Santa Maria
Sárita Nascimento de Salles - UFSM
Mirela Pereira da Silva - UFSM
Juliana Izabel Katzer - UFSM
Sara Teresinha Corazza - UFSM

Estudos indicam que a prática de exercícios físicos podem melhorar a qualidade de vida de asmáticos, permitindo-lhes suportar com mais tranquilidade as crises e as limitações que a doença exerce. O objetivo do estudo foi verificar a coordenação motora ampla e a força de membros inferiores em crianças asmáticas submetidas a uma prática semanal de natação e ginástica respiratória. Fizeram parte do estudo 13 crianças com média de idade 11,08 e desvio padrão 2,24. O programa foi realizado 2 vezes por semana, com um total de 20 sessões. A avaliação da coordenação motora ampla e força de pernas foi realizada com pré e pós-teste, por meio dos sub-itens coordenação e salto em extensão do Protocolo de Proficiência Motora Bruininks-Ozeretsky. Quando utilizado o pacote estatístico SPSS, através do teste t para amostras pareadas encontrou-se diferença estatisticamente significativa entre o grupo somente na capacidade motora coordenação ampla. Conclui-se, portanto que, para esse grupo, um efetivo programa de exercícios regulares pôde contribuir no aprimoramento da coordenação motora ampla, e essa pode ser usada em diferentes contextos como elemento importante para a movimentação eficiente e integrada.

4475

24

UTILIZAÇÃO DO LEG PRESS E DA CADEIRA EXTENSORA NO EXERCÍCIO DE EXTENSÃO DE JOELHOS EM PORTADORES DE CONDOMALÁCIA PATELAR

DANILO MARTINEZ SCREMIN - Universidade do Estado do Rio de Janeiro
Vinícius Rodrigues Araújo do Nascimento - Universidade do Estado do Rio de Janeiro
Daniele Nascimento Silva - Universidade do Estado do Rio de Janeiro
Gustavo Casimiro Lopes - Universidade do Estado do Rio de Janeiro

A condromalácia é uma condição degenerativa crônica da cartilagem da superfície superior da patela. Para portadores dessa síndrome pode ser utilizado o treinamento contra-resistência (TCR) com exercício de extensão dos joelhos na cadeira extensora (CExt) ou no leg press (LP). Estudos mostram que exercícios de cadeia cinemática fechada (CCF) como o LP recrutam uma grande quantidade de grupamentos musculares, devido ao apoio dos pés, enquanto exercícios de cadeia cinemática aberta (CCA) como a CExt, trabalham com maior intensidade o músculo quadríceps. O objetivo deste trabalho é comparar a conduta de profissionais do TCR na utilização dos exercícios cadeira extensora (CExt) e leg press (LP) em indivíduos portadores de condromalácia patelar. Avaliou-se através de questionário distribuídos em academias no estado do Rio de Janeiro com 2 questões, sendo: 1) Múltipla escolha sobre qual exercícios utilizar num indivíduo portador desta síndrome, dividido em A) Leg Press; B) Cadeira Extensora; C) Ambos; D) Nenhum; e 2) Fundamental teoricamente a escolha dos exercícios para que a conduta profissional fosse avaliada como positiva (FT+) ou negativa (FT-). Os resultados foram expressos em percentuais. Foram respondidos 18 questionários e a distribuição das respostas se deu da seguinte maneira: opção A= 5,56%; opção B= 38,89%; opção C= 33,33% e opção D= 22,22%. As fundamentações foram em sua totalidade satisfatórias, tendo a opção A (100% FT+); B (85,71% FT+); C (66,67% FT+) e D (75% FT+). Nossos resultados sugerem que em relação a utilização dos exercícios citados pelos profissionais de Educação Física apresentam um grau de fundamentação teórica satisfatório em sua conduta para indivíduos portadores de condromalácia patelar.

4484

25

ACONSELHAMENTO PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA: UM ESTUDO DE BASE POPUCIONAL

SHANA GINAR DA SILVA - Escola Superior de Educação Física/UFPEl
 Pedro Curi Hallal - Universidade Federal de Pelotas/ Programa de Pós graduação em Educação Física
 Mário Renato Azevedo - Universidade Federal de Pelotas/Programa de Pós-graduação em Epidemiologia
 Pitágoras Machado - Universidade Federal de Pelotas

As evidências científicas sobre os benefícios da atividade física para a saúde têm se acumulado com o passar dos tempos. Tal conhecimento tem atingido a população, visto que estudos anteriores mostraram que o conhecimento populacional referente à prática de atividade física é elevado. No entanto, essa difusão do conhecimento científico não tem se mostrado suficiente para a mudança dos estilos de vida populacionais. O objetivo do presente estudo foi avaliar o aconselhamento para a prática de atividade física realizado por profissionais de saúde. Foram entrevistados 977 indivíduos com idade entre 20 e 69 anos, selecionados por amostragem aleatória no município de Pelotas. Entre todos os entrevistados, 56,2% responderam positivamente a pergunta: "Alguma vez em uma consulta alguém aconselhou o(a) Sr(a) a praticar atividade física?". O percentual de aconselhamento foi significativamente maior ($p < 0,001$) entre as mulheres (61,2%) em comparação aos homens (49,6%). O percentual de aconselhamento tendeu a crescer com o aumento da idade, sendo de 43,3% entre as pessoas de 20 a 29 anos e de 67% entre aquelas de 60 a 69 anos. Entre todas as pessoas que receberam aconselhamento, a atividade mais recomendada foi a caminhada (78,7%). Conclui-se que o aconselhamento para a prática de atividade física está presente na rede de saúde. Informações sobre a qualidade deste aconselhamento devem ser coletadas em estudos futuros.

4531

27

EFEITOS DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA DE INTENSIDADE MODERADA NA APTIDÃO FUNCIONAL DE MULHERES IDOSAS

SANDRA AIRES FERREIRA - Núcleo de Atividade Física, Esporte e Saúde - NAFES/UNESP-Rio Claro-SP
 Priscila Missaki Nakamura - NAFES/UNESP-Rio Claro-SP
 Ricardo Augusto Barbieri - NAFES/UNESP-Rio Claro-SP
 Marcos Roberto Queiroga - NAFES/UNESP-Rio Claro-SP
 Eduardo Kokubun - NAFES/UNESP-Rio Claro-SP

A redução da aptidão física durante o envelhecimento, apesar de ser um fenômeno natural, pode ser acentuada com a inatividade física. Desta maneira, o estudo teve como objetivo verificar os efeitos de um programa de Atividade Física na aptidão funcional de 16 mulheres ($59,9 \pm 8,5$ anos) que fazem parte de uma das cinco Unidades Básicas de Saúde atendidas mediante parceria UNESP e Prefeitura Municipal de Rio Claro-SP. O programa de intervenção foi constituído de exercícios físicos realizados duas vezes por semana (1h de duração) que compreenderam exercícios cardiorrespiratórios e neuromusculares. Num período de 120 dias as participantes foram submetidas a duas rotinas de avaliação, uma antes e outra após a intervenção, que incluíram medidas antropométricas e testes da AAPHERD. A intensidade dos esforços foi ajustada para não superar 70% da FCreserva e/ou valores alvo de esforço percebido de 12 a 13 na escala de Borg (6 a 20 pontos). Diferença significativa foi observada na massa corporal ($71,2 \pm 11,7$ vs $70 \pm 11,6$ kg - $p > 0,047$), IMC ($29,1 \pm 4,1$ vs $28,5 \pm 3,8$ kg/m² - $p > 0,044$), nos testes de resistência de membros superiores ($21,1 \pm 6,3$ vs $28,8 \pm 3,2$ rep - $p > 0,001$) e de resistência aeróbia/800 mts ($9,4 \pm 0,9$ vs $8,7 \pm 1,1$ min - $p > 0,012$). Embora os resultados da circunferência da cintura ($95,1 \pm 9,9$ vs $93,3 \pm 10,4$ cm), dos testes de agilidade ($19,8 \pm 2,6$ vs $19,2 \pm 2,5$ seg) e de coordenação ($15,4 \pm 3,9$ vs $15,3 \pm 1,9$ seg) terem demonstrado melhoras em seus valores médios, estes não foram significativos. Exercícios físicos de intensidade moderada realizados duas vezes por semana se mostraram efetivos para prevenir o declínio e melhorar o desempenho de alguns componentes da aptidão funcional de mulheres idosas.

4529

26

EFEITO DA TERAPIA MANUAL NO ALÍVIO DA DOR E NA QUALIDADE DE VIDA NO INDIVÍDUO COM CEFALÉIA TENSIONAL

JAQUELINE SELMA DE SOUZA - Centro Universitário Estácio de Sá - Santa Catarina
 Micheline Henrique Araújo da Luz koerich - Centro Universitário Estácio de Sá - Santa Catarina

Este estudo descritivo teve como objetivo avaliar o efeito da terapia manual no tratamento da Cefaléia Tensional, tendo como participante uma mulher, 40 anos, com diagnóstico de Cefaléia Tensional Crônica. Como instrumentos de pesquisa utilizou-se: (a) Escala Numérica da Dor, que foi aplicada antes e após cada atendimento; (b) Ficha para Avaliação dos pontos-gatilho ativados e averiguação de dor e tensão nos grupos musculares relacionados a cefaléia tensional, e (c) questionário WHOQOL-BREF para avaliação da qualidade de vida, sendo os dois últimos instrumentos aplicados na primeira e última avaliação. Foram realizados 10 atendimentos, com duração de 40 minutos, onde realizava-se : pompagens da região cervical, deslizamentos transversos nos músculos da face e dos suboccipitais, desativação dos pontos-gatilho dos músculos pericranianos e cervicais. Como resultados obteve-se: diminuição progressiva do score inicial de dor referido pelo sujeito, alcançando o score zero (sem dor) na sexta sessão; diminuição dos grupos musculares avaliados com aumento de tensão muscular durante a palpação (Avaliação Inicial: Trapézio Superior, elevador da escápula, Semi-espinhais e Escalenos / Avaliação Final: Trapézio Superior e Elevador da Escápula); redução do número de pontos-gatilho identificados na avaliação inicial e aumento do score obtido no WHOQOL-BREF de 73/130 para 109/130, indicando melhora na qualidade de vida. Através dessa pesquisa concluiu-se que para o sujeito desse estudo o tratamento auxiliou na redução da dor e tensão nos grupos musculares relacionados à Cefaléia tensional, melhorando sua qualidade de vida.

4533

28

INFLUÊNCIA DA FISIOTERAPIA AQUÁTICA NA SENSÇÃO SUBJETIVA DA DOR NO OMBRO EM NADADORES

FERNANDA AQUINO COSTA - UFSM
 Daniela Lopes dos Santos - Centro de Educação Física e Desportos - Universidade Federal de Santa Maria

Muitas pessoas utilizam à natação, visando à manutenção da preparação física, melhora no bem estar ou para competição. Na água, os sintomas subjetivos de dor diminuem, devido ao estímulo sensitivo fornecido pela turbulência, pressão e temperatura aquecida da água. O objetivo deste estudo foi verificar a influência da fisioterapia aquática na sensação subjetiva da dor no ombro de nadadores. O grupo estudado foi composto por 10 nadadores de ambos os sexos divididos em grupo experimental, composto por 5 nadadores da equipe de natação da UFSM, que realizaram a fisioterapia aquática e grupo controle, composto por 5 nadadores do condicionamento físico pertencentes à escola de natação da ADUFSM que não fizeram fisioterapia aquática. A média de idade nos grupos teste e controle foram respectivamente, 20,8 e 27,4, o tempo de prática do esporte, 7,32 e 2,8 anos e frequência semanal de treino de 4,8 e 3,6 vezes/semana. A ocorrência de dor no ombro foi verificada segundo um protocolo aplicado a todos os indivíduos, que constou da escala numérica de dor e a demonstração por meio de ilustração do local doloroso na região do ombro, antes e após o trabalho realizado na água. As atividades foram oferecidas duas vezes por semana, por 30 minutos pós-treino, totalizando 14 encontros. Na avaliação inicial, no grupo teste 5 (100,0%) teve dor no ombro e no grupo controle 3 (60,0%). Na reavaliação a dor no ombro esteve presente em 2 (40,0%) nadadores do grupo teste e 3 (60,0%) do controle. Pode-se concluir que não houve diferença significativa ao se utilizar o teste-t para a presença de dor nos grupos estudados. Porém o grupo que realizou a fisioterapia aquática obteve melhora na sensação subjetiva de dor.

O EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO NA DIMINUIÇÃO DA DOR EM PACIENTES PORTADORES DE LOMBALGIA DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE DE MAFRA – SC

DANIEL ROGÉRIO PETREÇA - Universidade do Contestado Campus Mafra
 Fabíola Herbst Rodrigues - Secretária Municipal da Saúde de Mafra SC
 Tania Bertoldo Benedetti - Universidade Federal de Santa Catarina

A inatividade física, a falta de informação e os vícios posturais podem acarretar doenças crônico-degenerativas, entre elas dores nas costas, que podem modificar o seu cotidiano. O presente trabalho teve como objetivo analisar os efeitos do exercício físico com relação à dor lombar em pacientes com lombalgia do Sistema Único de Saúde de Mafra/SC. A amostra foi composta de 49 indivíduos (43 mulheres e 6 homens) com idade média $56,5 \pm 13,04$ anos. Os indivíduos eram portadores de lombalgia (diagnóstico médico). Para mensurar o índice de dor foi utilizada a topografia da dor contabilizada de 0 a 10 (0 nenhuma dor e 10 dor insuportável) baseada na escala BR10 de Borg. Foi aplicado anamnese para levantar outras informações sobre os pacientes. Foram realizadas 32 sessões de musculação, 2 vezes por semana, no período de agosto a dezembro de 2006 na academia do Núcleo de Educação Física da Universidade do Contestado, Campus Mafra. Para o tratamento estatístico foi empregado teste t de student tendo a variável predita adotando-se nível de significância de $p < 0,05$. Os resultados demonstraram que em relação à topografia da dor, valores médios no pré-teste de $7,68 \pm 0,66$ e no pós-teste $6,18 \pm 0,88$. Observou-se na análise estatística um valor de $t = 13,042$, obtendo-se um valor de $p = ,000$, demonstrando uma análise significativa no índice de dor entre o pré e pós-teste. A aplicação de um programa de exercícios sistemático e responsável traz benefícios em pacientes com o diagnóstico de lombalgia. Houve melhora nos níveis de dor e de desconforto nos pacientes que participaram do programa. Além da inserção social por meio de exercícios físicos.

PERCEPÇÃO DOS PARTICIPANTES DE GINÁSTICA LABORAL

SILVIA TREVISAN - SESI

INTRODUÇÃO: O Sesi Ginástica na Empresa (SESIGE), inclui várias modalidades de intervenção, predispondo o trabalhador a uma atuação participativa, consciente e integrada, contribuindo para a promoção da saúde; melhorando o relacionamento interpessoal e estimulando a prática de atividades físicas. OBJETIVO: Verificar os benefícios percebidos e a participação dos trabalhadores de uma agroindústria do meio-oeste catarinense, no programa SESIGE. METODOLOGIA: A pesquisa caracterizou-se como um estudo descritivo e foi realizada no ano de 2003. A população, composta por trabalhadores de uma agroindústria do meio-oeste catarinense com idade de 18 a 56 anos. A amostra, constituída aleatoriamente por 282 trabalhadores. Para levantamento dos dados foi utilizado questionário fechado e de múltipla escolha (SESI, 2003), adaptado para o estudo. RESULTADOS: Após um ano e meio de implantação do SESIGE os trabalhadores perceberam os seguintes benefícios: diminuição do cansaço físico (75%), e das dores musculares e articulares (69%); ambiente mais alegre (67%); aumento da disposição para o trabalho (63%); melhorou o relacionamento com colegas e chefias (43%); aumento de produtividade (37%); diminuição do nervosismo (35%); diminuição na procura por assistência médica e ambulatorial (35%); sono mais tranquilo (32%); e para 2% a ginástica não ajudou em nada. Participam do SESIGE: por acreditar que é bom para o bem estar (91%), por que gostam (21%), por que os colegas fazem (6%), e 4% participam por se sentirem obrigados. 91% participam 5 dias na semana. CONCLUSÃO: Os trabalhadores da agroindústria percebem e identificam benefícios do SESIGE; participam de forma consciente e reconhecem a necessidade do programa para a promoção da saúde.

A INTERFERÊNCIA DA PRÁTICA DE HIDROGINÁSTICA NO ESTADO EMOCIONAL EM MULHERES

VINICIUS POLONI LOPES - UNICENP

Rafael Rodrigues Paukoski Fernandes - Centro Universitário Positivo – UNICENP

O sedentarismo aumenta exponencialmente e a preocupação com doenças psicológicas se eleva. Grande parte da tecnologia planejada para tornar nossa vida mais fácil tem afetado o bem estar psicológico de nossa sociedade, crescendo a necessidade de realizar exercício físico para a melhora do mesmo bem estar. A prática de hidroginástica proporciona uma melhora nos padrões de sono, alívio do estresse, redução da raiva e ansiedade e diminuição da depressão. O Objetivo é identificar se o estado emocional de mulheres é afetado após a prática da hidroginástica. Participaram da pesquisa 06 mulheres com idade entre 36 e 71 anos, na qual realizaram uma aula de hidroginástica em nível intermediário de 50 minutos. O teste escolhido para aplicação foi o POMS (profile of mood states) que avalia o índice de tensão, depressão, raiva, vigor físico, fadiga e confusão mental e foi aplicado antes e após a aula de hidroginástica. A análise e estatística foi feita através de pontos de acordo com o Teste de POMS. Houve queda de 2,9 pontos no índice de tensão, 5,4 pontos no índice de depressão, 3,7 pontos no índice de raiva, 1,6 pontos no índice de fadiga, 2,6 pontos no índice de confusão mental e um aumento de 3 pontos no índice de vigor físico. Com os resultados obtidos, observa-se que a prática de hidroginástica trouxe benefícios importantes para as avaliadas. Para verificar se os benefícios se tornam crônicos, deve ser feito o acompanhamento regular das aulas reaplicando os testes antes e após as mesmas. Não se pode esquecer o fator motivante da aula de hidroginástica como um dos responsáveis pelos benefícios psicológicos.

LESÃO NO MANGUITO ROTADOR E O TRABALHO DE REABILITAÇÃO COM EXERCÍCIOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

ARIANA DE SOUZA CAMPOS - Unioeste

Ana Carolina Paludo - Unioeste

Andréia Weis - Unioeste

Fabírcia Daniela Almeida - Unioeste

Adriane Zanatta - Unioeste

Sendo o ombro a articulação mais móvel do corpo humano, o manguito rotador é fundamental para a estabilidade da articulação. Movimentos rotatórios e repetidos contribuem para a laceração desse conjunto de músculos, o que acontece na maioria das vezes em atletas cujas modalidades incluem esses movimentos. O objetivo do estudo é o levantamento dos diversos exercícios utilizados na reabilitação de ruptura total ou parcial do manguito rotador. A metodologia utilizada na pesquisa foi a análise de artigos que tratam de lesões e tratamentos reabilitacionais desse grupo muscular tanto para atletas de alto desempenho como para esportistas de fim de semana. Os artigos analisados apresentam diversos exercícios que variam desde aqueles que visam amplitude, força muscular, alongamentos, até exercícios para melhorar o desempenho muscular e diminuir a propensão à lesão. Uma outra opção de tratamento reabilitacional é a pliométrie, método conhecido por desenvolver a potência muscular em atletas e também capaz de melhorar a eficiência neural e aumentar o controle neuromuscular. Exercícios de fortalecimento isométricos, bandas elásticas e peso para rotadores externos e internos do ombro também apresentam resultados satisfatórios no processo de recuperação das lesões. Com base nos estudos apresentados, verifica-se a eficiência dos exercícios citados, sendo considerados como primeira opção em casos de pacientes com ruptura do manguito rotador. Além disso o procedimento cirúrgico pode ser indicado em casos de dor intensa.

4577

33

DESENVOLVIMENTO NEUROMUSCULAR EM UM SUJEITO COM PARALISIA CEREBRAL EM UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS RESISTIDOS E A INFLUÊNCIA EM SUAS ATIVIDADES DE VIDA DIÁRIA

RICARDO DE ALMEIDA PIMENTA - UFSC
 Prof. Dr. John Peter Nasser - AMA / CDS / UFSC
 Profa. Ms. Angela Teresinha Zuchetto - AMA / CDS / UFSC

A Paralisia Cerebral contribui para o desenvolvimento de reflexos anormais, o que resulta em dificuldade de coordenação, de integração de movimentos básicos, atrasos motores nas atividades que envolvem equilíbrio, ritmo, orientação espacial além dos hábitos posturais. O mecanismo neuromuscular deficiente apresenta dificuldades na realização das atividades funcionais e de vida diária em proporção ao grau da deficiência. O objetivo dessa pesquisa foi verificar o desenvolvimento neuromuscular em um paralisado cerebral e a influência em suas atividades de vida diária. Este estudo caracteriza-se como descritivo do tipo estudo de caso, realizado com um sujeito paralisado cerebral com quadriparesia atetósica, do sexo masculino, de 30 anos de idade, dependente de cadeira de rodas para todas atividades. Foi utilizado para coleta de dados entrevistas com o participante e seu pai, após o período de 28 semanas em um programa de exercícios resistidos. Os resultados indicam que a prática de atividade física regular, em ambiente inclusivo, favoreceu uma melhora na qualidade de vida, evidenciando os seguintes aspectos: a) maior facilidade de locomoção, transferência da cadeira para os equipamentos e a socialização, no ambiente das atividades; e b) manuseio da cadeira de rodas e transferências (cama para a cadeira de rodas, cadeira de rodas para os demais mobiliários) em ambiente real de atividade de vida diária, assim como melhora no sono e maior disposição nos dias das atividades. Conclui-se que o engajamento em programas de exercícios resistidos propiciam melhoras na qualidade de vida de sujeitos paralisados cerebrais

4578

34

BENEFÍCIOS DO PROCESSO DE ENSINO DA NATAÇÃO PARA CRIANÇAS COM DISFUNÇÃO DE DÉFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE

CAMILA FAGUNDES MACHADO - Universidade Federal de Pelotas
 Katia Fonseca da Silva - Universidade Federal de Pelotas
 Leonardo Negri Mueller - Universidade Federal de Pelotas
 Marcelo Zanusso Costa - Universidade Federal de Pelotas
 Dione Moreira Nunes - Coordenadora das Atividades Físicas do Projeto Brilhante

Os sintomas da disfunção de déficit de atenção (DDA) e da hiperatividade (TDAH) geralmente aparecem na fase escolar impedindo a criança de apresentar condições favoráveis de aprendizado, resultando em baixa auto-estima e dificuldade na relação com colegas. Dependendo do grau da hiperatividade a criança apresenta dificuldade no desenvolvimento da lateralidade, na orientação espacial, alterações na memória visual e auditiva, além de uma má estruturação do esquema corporal. As atividades na água são um meio atrativo de aprendizado para o aluno hiperativo que passa a se sentir capaz e vê os exercícios como um desafio fora do seu contexto escolar. Além de gastar energia pelas atividades na água, proporcionando momentos de tranquilidade e relaxamento. O objetivo deste estudo foi mostrar os benefícios e a possibilidade do aprendizado da natação para crianças com DDA e TDAH. Foram avaliadas 12 crianças, de 9 a 12 anos, participantes do Projeto Brilhante, uma parceria da PETROBRAS/EMBRAPA/Fapeg/Clube Brilhante que atende as escolas especiais do município de Pelotas-RS. As aulas de 50 minutos foram ministradas uma vez por semana no período de seis meses. As crianças foram observadas quanto ao aprendizado no nado crawl e costas e os dados apontados em fichas de controle. Obtiveram-se respostas satisfatórias e verificaram-se mudanças positivas como maior concentração, aprendizado dos nados e melhoria na qualidade de vida dos participantes. Portanto há necessidade de ações educativas no campo da atividade física para esta população, reforçando a responsabilidade de educadores, adaptarem o ensino às necessidades dos alunos com DDA e TDAH, possibilitando os mesmos de estarem inseridos no contexto social da melhor maneira possível.

4582

35

PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO PROGRAMA DE SAÚDE DA FAMÍLIA (PSF): UTOPIA OU REALIDADE?

FÁBIO AUGUSTO BRUGNEROTTO - Faculdade Assis Gurgacz
 Oséias Paulino de Souza Júnior - Faculdade Assis Gurgacz

No Brasil, e a cabo de várias conferências sobre a questão do processo saúde/doença, surgiu uma proposta conhecida como Sistema Único de Saúde (SUS) e nele foi implantado o Programa de Saúde da Família (PSF) com intenção de aumentar a acessibilidade ao sistema de saúde e incrementar as ações de prevenção de doenças e promoção da saúde. Sendo o profissional de Educação física participante da área da saúde, não seria interessante sua inserção neste programa? Então o objetivo deste trabalho é saber como os profissionais envolvidos no PSF, vêem a inserção e participação do profissional de Educação Física na área da saúde, mais especificamente no PSF. O método usado foi à Análise do Discurso. Foram entrevistados cinco profissionais da saúde, vinculados ao PSF. O resultado nos mostra que 100% dos entrevistados acreditam que é de suma importância a inserção do profissional de Educação Física no programa e que esta atitude contribuirá na questão social, isto é, ao predispor o indivíduo a incorporar bons hábitos de vida, melhorando consequentemente a qualidade de vida da população. A forma prática como isto aconteceria segundo os entrevistados, seria através da prescrição e orientação de exercícios, palestras informativas, sendo que estas deveriam estar direcionadas, também a populações em condições especiais. Podemos concluir que é suma importância existir profissionais de Educação Física atuando no Programa de Saúde da Família.

4605

36

MUDANÇA DE COMPORTAMENTO EM CRIANÇAS COM INÍCIO DA PRÁTICA DE NATAÇÃO

AMANDA CRISTINA DE SOUZA GENEROSO - Univille Universidade da Região de Joinville
 Patrícia Esther Fendrich Magri - Univille
 Caroline Maria de Oliveira - Univille

Esse estudo se propôs a descobrir as mudanças de comportamento em crianças de 10 a 12 anos com o início da prática da natação. Nesta faixa etária as crianças passam por várias alterações fisiológicas e comportamentais. Makarenko (2001) cita o desenvolvimento físico, a melhora da resistência e a diminuição das crises de doenças respiratórias como principais mudanças que podem ocorrer. Neste sentido entende-se que a natação pode contribuir de forma decisiva para a melhoria da qualidade de vida. A pesquisa foi do tipo exploratória descritiva. Foram entrevistados oitenta e quatro pais que responderam a questão: Vocês pais, perceberam alguma mudança de comportamento em seus filhos que pode estar associada a prática da natação? Alguns dos respondentes apontaram apenas uma mudança de comportamento, mas a maioria registrou várias. Estas foram agrupadas por categorias para facilitar a análise e discussão dos resultados de acordo com a técnica de análise de conteúdo proposta por Rauen (2001). Os resultados apontaram comportamentos desejáveis 31%, desenvolvimento físico 30%, melhora nos aspectos da saúde 26,2%, interesse pela natação 8,7%, nenhuma mudança 3,8%. A partir desta investigação pode-se dizer que as mudanças de comportamentos associadas ao início da prática da natação correspondem à saúde e educação. Estes resultados reforçam a importância da prática esportiva na fase escolar das crianças que precisam estar inseridas em ambientes saudáveis para manter e ou melhorar a qualidade de vida e seu desenvolvimento integral. Palavras-chave: mudanças, comportamento, natação.

4608

37

ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE MENTAL

GABRIELLA FERREIRA BRAGA - Universidade Federal de Uberlândia
 Ana Paula Silva - Universidade Federal de Uberlândia
 Diego Cristóvão Feliciano - Universidade Federal de Uberlândia
 Luciano Fernandes Crozara - Universidade Federal de Uberlândia
 Patrícia Silvestre de Freitas - Universidade Federal de Uberlândia

As atividades físicas para qualidade de vida destinada às pessoas com transtornos mentais, estão sendo discutidas no meio acadêmico. Estes transtornos referem-se a uma série de distúrbios que podem ser classificados de acordo com a causa, idade de aparecimento. Oliveira e Rolim (2003), afirmam que as pessoas com essas síndromes exercitam-se menos, devido a alguns casos os tratamentos medicamentosos causarem uma lentificação psicomotora que comprometem a mobilidade deste pacientes. Isto leva a uma preocupação, pois os exercícios físicos podem ter uma função preventiva frente à doença mental, além de atenuar efeitos adversos de algumas drogas. O objetivo dessa pesquisa é avaliar as influências da atividade física na melhora da qualidade de vida do grupo com transtornos mentais que participam do projeto CAPS (Centro de atenção psicossocial), NIAFS (Núcleo Interdisciplinar de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde-Universidade Federal de Uberlândia). A pesquisa é realizada na UFU e os instrumentos utilizados são: Ficha de informações sócio-demográficas, instrumentos de qualidade de vida SF 36 e avaliação física. Têm-se observado que a participação dos pacientes é constante, e que há melhorias tanto no aspecto físico como mental, o primeiro é notável na fala destes usuários quando eles dizem que sentem o corpo mais ágil, diminuição de falta de ar, fraqueza e indisposição, no segundo aspecto, observa-se no comportamento, um decréscimo dos sintomas negativos da doença mental. Espera-se, ao final dessa pesquisa, encontrar subsídios teóricos e práticos que auxiliem os profissionais da área que queiram atuar com essa clientela, bem como perceber as possibilidades de uma nova área de atuação.

4621

39

BENEFÍCIOS DE UM PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL PARA SERVIDORAS DE ASSOCIAÇÕES DE LAVANDERIAS DA CIDADE DE MONTES CLAROS – MG

STEFANIA XAVIER DA SILVA - Unimontes
 Jean Claude Lafeté - Unimontes
 Rilson Raimundo Pereira - UNIPAM, FASTEC, FINOM

No mundo moderno as exigências visando eficiência e produtividade, tem forçado os trabalhadores atuarem em longas jornadas de trabalho. Várias medidas preventivas como a ergonomia e a prática da ginástica laboral tem sido apontadas para amenizar o quadro de doenças laborais. A pesquisa teve o objetivo verificar os benefícios de um programa de ginástica laboral em servidoras de associações de lavanderias da cidade de Montes Claros - MG. Esta pesquisa teve um delineamento quase-experimental, utilizou-se os testes t de Student e Wilcoxon para análise dos benefícios após o tratamento experimental e os testes de One-Way ANOVA e Kruskal-Wallis com nível de significância de $p < 0,05$, para verificar a diferença entre os grupos experimentais e controle. A amostra foi composta ($n = 18$) funcionárias. Na coleta dos dados todas as funcionárias foram submetidas à realização do pré e pós-teste dos níveis de fadiga, qualidade de vida, flexibilidade dos ombros e da coluna vertebral, sendo que o grupo "GL + OE" receberam orientações ergonômicas e 40 sessões de ginástica laboral, o grupo "OE" recebeu apenas as orientações ergonômicas. Resultados: observou-se que o programa de ginástica laboral reduziu significativamente os níveis de fadiga e melhorou a flexibilidade dos ombros e da coluna vertebral, não proporcionando um aprimoramento na qualidade de vida. Pode-se inferir que programas de ginástica laboral associados a componentes ergonômicos são fundamentais a melhoria nas condições de trabalho, amenizando os desgastes ocorridos pela atividade laboral. Palavras-chave: ginástica laboral, qualidade de vida no trabalho e lavanderias.

4616

38

AValiação de Fatores de Risco Cardiovascular em Praticantes de Atividade Física Não Orientada

DANIEL CIA KOIKE - Universidade São Judas Tadeu
 Victor Castellan do Nascimento - Universidade São Judas Tadeu
 Tiago Mota Marques - Universidade São Judas Tadeu
 Rafael Crevelenti Zucco Thiago Mamprim Galimberti - Universidade São Judas Tadeu
 Rogério Brandão Wichi - Universidade São Judas Tadeu

A prática de atividade física é recomendada como terapia não farmacológica na prevenção do desenvolvimento de doenças cardiovasculares. No entanto, os benefícios dessa prática dependem de uma orientação adequada. Logo, o presente estudo teve como objetivo avaliar a prevalência de fatores de risco cardiovascular, a existência de recomendação médica para a realização de atividade física e a prática que vem sendo adotada em usuários de um parque público do município de São Paulo (Parque da Móoca). Os praticantes (21 homens e 25 mulheres) foram convidados a responder um questionário sobre a presença de fatores de risco, tipo, duração, intensidade e frequência de realização de atividade física. Os resultados demonstraram que das 46 pessoas avaliadas, 63% apresentavam 2 ou mais fatores de risco associados. Os fatores mais prevalentes foram o tabagismo (15 indivíduos apresentavam), histórico familiar de doença cardiovascular (16 indivíduos), diabetes tipo II (11 indivíduos) e elevado ICQ (24 indivíduos, sendo 20 homens). A maioria dos usuários (76%) não possuía recomendação médica para a prática de exercício físico. Além disso, foi verificado que entre todos os praticantes apenas 17% realizavam de forma adequada o exercício físico (atividade moderada, 30 minutos por sessão, ao menos 3 vezes por semana) e 6,5% praticavam exercício intenso. Com esses dados pode-se concluir que embora a atividade física venha sendo recomendada no tratamento e na prevenção das doenças cardiovasculares falta orientação adequada de como realizar tal prática. Além disso, os dados sugerem que a realização de atividade física não supervisionada pode não proporcionar benefícios reais para a diminuição dos fatores de risco cardiovascular na população.

4638

40

PERFIL DOS PARTICIPANTES DO PROJETO CAMINHAR PARA SAÚDE DE JOINVILLE

LISIANE NEUBERT DE SOUZA - Universidade da Região de Joinville/UNIVILLE
 Daniela de Farias Bruno - Universidade da Região de Joinville-UNIVILLE/Joinville
 Joseli Ribeiro da Silva - Universidade da Região de Joinville-UNIVILLE/Joinville
 Carla Werlang Coelho - Universidade da Região de Joinville-UNIVILLE/Joinville e Universidade do Estado de Santa Catarina/UDESC/Joinville
 Eriberto Fleischmann - Universidade da Região de Joinville-UNIVILLE/Joinville

Nos últimos anos é cada vez mais reconhecida às vantagens que a prática regular de atividades físicas pode proporcionar à aptidão física relacionada à saúde. Portanto, criar o hábito desta prática regular pode ser um dos fatores que auxiliam na manutenção e promoção da saúde. Contudo, existe uma carência muito grande de informações para a população em geral sobre os resultados que estas atividades podem proporcionar. Para atender a esta demanda o curso de Educação Física da Univille através da Pró-Reitoria de Extensão desenvolve o Projeto Caminhar para Saúde (PCS), na Avenida Beira Rio, na cidade de Joinville. O objetivo do PCS é orientar as pessoas sobre a prática segura de atividades físicas, através de avaliações periódicas que orientarão a prescrição individualizada e o acompanhamento das atividades. A primeira etapa deste projeto é a aplicação de um questionário com as seguintes questões: atividade física praticada, tempo da prática, frequência semanal, duração das sessões, intensidade e objetivos. Portanto, o objetivo desta pesquisa é apresentar o perfil dos participantes do PCS. A amostra foi composta por 220 participantes (109 homens e 111 mulheres), com idade de $44,7 \pm 16,0$ anos. Conforme resultados obtidos, destaca-se que 100% da amostra praticam a caminhada, a qual tem como principal objetivo saúde e qualidade de vida, perfazendo um tempo de $104,2 \pm 13,7$ meses de prática regular, com uma frequência semanal de $4,3 \pm 1,7$ dias, com uma duração de $71,9 \pm 49,1$ minutos e com intensidade de esforço fraca a média. Conclui-se que o perfil dos participantes cadastrados pelo PCS, corrobora com a necessidade e importância de uma orientação especializada e individualizada, podendo trazer maiores benefícios para a saúde.

4644

41

RELAÇÃO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E O PERCENTUAL DE GORDURA EM ADULTOS

JOANA VIEIRA DE BONA - Universidade Federal de Santa Catarina
Lisiane Schilling Poeta - UFSC
Joris Pazin

A prática de atividade física pode contribuir para a redução de fatores de risco, tais como as doenças cardiovasculares. O objetivo do estudo foi investigar a relação da prática de atividade física e o percentual de gordura (%G) em adultos atendidos pelo Centro de Orientação em Atividade Física e Saúde – COAFIS/NuPAF-CDS. A amostra foi composta por 92 adultos (44 homens e 48 mulheres) com idades entre 18 e 62 anos (média=40,92 ±14,6 anos). Para a determinação da frequência da prática de atividade física foi utilizada uma entrevista, com perguntas fechadas, e, para a determinação do %G foram medidas as seguintes variáveis: dobras cutâneas da coxa, supra-iliaca e trícpes em mulheres; e dobras cutâneas da coxa, peitoral e abdominal em homens. A equação de Pollock foi empregada para a indicação do %G. Foi utilizada a estatística descritiva (frequência, média e desvio padrão) e o teste de associação do Qui-quadrado (χ^2) para uma significância de $p < 0,05$. Observou-se que, do total da amostra, 78,0% praticavam atividade física e 22,0% não praticavam. O maior percentual (50,8%) era de adultos praticantes de atividade física e estavam na faixa recomendável da classificação de gordura. Os não praticantes apresentaram um percentual de (76,5%) para a classificação acima do recomendável com diferença estatisticamente significativa entre os grupos ($p < 0,05$). Portanto, conclui-se que a prática de atividade física está diretamente associada aos níveis recomendáveis de percentual de gordura, e um importante componente para a diminuição dos fatores de risco para a saúde.

4657

43

BENEFÍCIOS DA GINÁSTICA LABORAL PARA VESTIBULANDOS

TALITA LIMA CHECHIN CAMACHO ARREBOLA - UNOPAR - Universidade Norte do Paraná
Evanil Antonio Guarido - UNOPAR/UEL

O jovem permanece muitas horas de seu dia no ambiente escolar, convivendo com exigências acadêmicas, psíquicas e sociais. É evidente que neste contexto há uma série de fontes de "stress" presentes como: as provas, o egresso do ensino médio, o ingresso na universidade, entre outros. Este trabalho foi usado como estratégia de aliança a Ginástica Laboral como a formação do hábito da prática lúdica da atividade física para o estilo de vida ativo, socialização e melhoria de qualidade de vida do aluno. (BERTEVELLO, 2007). Ela vem apresentando no meio empresarial aumento de produtividade, através de ganho nos aspectos físicos, psíquicos e sociais. Este trabalho teve como objetivo apresentar os benefícios de um programa de Ginástica Laboral para vestibulandos, no qual contribui para a aproximação da Qualidade de Vida. Participaram deste estudo vestibulandos que responderam a um questionário sobre os pontos de dor, "Trigger Points", adaptado por Martins (2000), e entrevistas com os professores e alunos. Nas conversas realizadas durante o ano de 2006, podemos obter as seguintes informações: melhora do desempenho acadêmico e, da atenção nas aulas, segundo os professores; sensação de bem estar, segundo os alunos; necessidade de mais intervenções nas aulas, segundo professores e alunos; e a redução de pontos de dor. Os resultados comprovaram que a Ginástica Laboral para vestibulandos realizada com os alunos proporcionou o estabelecimento da "quebra" da rotina em sala de aula e a diminuição da redução das tensões. Assim podemos concluir que a Ginástica Laboral para os vestibulandos foi um instrumento auxiliar no período pré-vestibular atuando no controle do estresse natural pela aproximação das provas.

4648

42

ÍNDICE GLICÊMICO DOS PARTICIPANTES DO PROJETO CAMINHAR PARA SAÚDE DE JOINVILLE

DANIELA DE FARIAS BRUNO - Universidade da Região de Joinville - UNIVILLE/Joinville
Lisiane Neubert de Souza - Universidade da Região de Joinville-Univille
Ana Claudia Cardoso - Universidade da Região de Joinville-Univille
Eriberto Fleischmann - Universidade da Região de Joinville-Univille
Carla Werlang Coelho - Universidade da Região de Joinville-Univille e Universidade do Estado de Santa Catarina – Udesc/Joinville

A avaliação e orientação de atividade física realizada por um profissional capacitado são de suma importância para a prática segura. Através do Projeto Caminhar para Saúde (PCS), a população de Joinville/SC tem acesso gratuito e qualificado a várias tipos de avaliações físicas, tais como, Índice de Massa Corporal (IMC), Relação Cintura Quadril (RCQ), teste de uma milha (Rockport, 1987), teste de glicemia e outros. Estas avaliações permitem além da prescrição da atividade física, uma triagem dos fatores de risco para doenças coronarianas. Portanto, casos preocupantes são encaminhados a um médico para exames mais detalhados. De acordo com os resultados são realizadas as prescrições de caminhada condizente com a individualidade biológica de cada participante do projeto. O objetivo deste trabalho é apresentar o perfil do índice glicêmico dos praticantes de caminhada do PCS de Joinville. A amostra foi composta por 14 participantes (7 homens e 7 mulheres; 48,5±15,8 anos; 75,9±15,9 kg; 164,4±10,4 cm). A coleta de sangue foi realizada na ponta do dedo e para análise do índice glicêmico foi utilizado o aparelho portátil (Optium-Med Senci) e as medidas foram realizadas em período pós-branchial. Os resultados obtidos indicam um índice glicêmico para as mulheres de 104,1±13,0 mg/dl e para os homens 102,1±46,5 mg/dl demonstrando valores de média próximos para ambos os sexos, destacando apenas o desvio padrão elevado entre os homens, com valor mínimo de 83 e máximo de 205 mg/dl. Os valores de referência indicados pela literatura para glicemia pós-branchial está entre 100 e 120mg/dl. Conclui-se que a atividade física pode ter contribuído para que esta amostra apresentasse os índices glicêmicos normais. Sugere-se ampliar a amostra.

4660

44

FLEXIBILIDADE DE PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR COM DANÇA DE SALÃO E NO TREINAMENTO REALIZADO CONVENCIONALMENTE

LUÍS ROBERTO FERNANDES JÚNIOR - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC
Mirele Porto Quites - Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício (CEFID-UDESC)
Fernanda Guidarini Monte - Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício (CEFID-UDESC)
Christiani Schweitzer - Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício (CEFID-UDESC)
Tales de Carvalho - Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício (CEFID-UDESC)

É preocupante a baixa aderência dos pacientes ao processo de Reabilitação Cardíopulmonar e Metabólica (RCPM), exigindo que os profissionais da área tornem as atividades mais agradáveis, sem que haja uma perda da sua eficácia. A dança de salão pode ser considerada uma possibilidade promissora, a ser testada. O objetivo foi comparar testes pré e pós de flexibilidade entre os grupos controle (caminhada e resistência muscular localizada - RML) e experimental (dança de salão e RML) do programa de RCPM do Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício (NCME). A amostra foi constituída por 5 sujeitos (grupo controle) e 5 (grupo experimental). Nos 2 grupos observaram-se diagnósticos isolados ou associados de Doença Arterial Coronariana, Infarto Agudo do Miocárdio, Hipertensão Arterial Sistêmica e Diabetes Mellitus. O programa teve duração de 3 meses, 3 vezes por semana, com sessões de 70min (aquecimento, caminhada ou dança de salão, RML e relaxamento). O teste utilizado foi o de sentar e alcançar adaptado. Todos os indivíduos do grupo controle apresentaram melhora no índice de flexibilidade. No grupo experimental 3 sujeitos apresentaram melhora e 1 permaneceu com o mesmo índice em relação ao pré-teste. Em ambos os grupos, a maioria dos sujeitos apresentou melhora nos resultados dos pós-testes, sugerindo ser a dança de salão uma modalidade segura para programas de RCPM.

RESPOSTA CRONOTRÓPICA DE PACIENTES DA REABILITAÇÃO CARDIOPULMONAR NO TREINAMENTO REALIZADO CONVENCIONALMENTE E COM DANÇA DE SALÃO

MIRELE PORTO QUITES - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC
Luís Roberto Fernandes Júnior - Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício (CEFID-UDESC)
Fernanda Guidarini Monte - Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício (CEFID-UDESC)
Ana Valéria de Souza - Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício (CEFID-UDESC)
Tales de Carvalho - Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício (CEFID-UDESC)

É preocupante a baixa aderência dos pacientes ao processo de Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica (RCPM), exigindo que os profissionais da área tornem as atividades mais agradáveis, sem que haja uma perda da sua eficácia. Neste contexto, a dança de salão pode ser considerada uma possibilidade promissora a ser testada. O objetivo foi comparar a resposta da frequência cardíaca (FC) média de participantes do programa de RCPM, do Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício, em sessões efetuadas por meio de aulas de dança de salão (grupo experimental - GE) com as realizadas convencionalmente (grupo controle - GC). Foram incluídos no estudo pacientes que possuíam teste ergométrico recente, realizado na vigência de medicamentos de uso corrente. A amostra foi composta por cinco sujeitos no GE e cinco no GC. Nos 2 grupos observaram-se diagnósticos isolados ou associados de Doença Arterial Coronariana, Infarto Agudo do Miocárdio, Hipertensão Arterial Sistêmica e Diabetes Mellitus. O programa teve duração de 3 meses, frequência de 3 vezes por semana, com sessões de 70 minutos (aquecimento, caminhada ou dança de salão, RML e relaxamento). A FC foi medida 30 minutos após o início de cada sessão. Em ambos os grupos, quatro indivíduos atingiram FC média correspondente à zona alvo preconizada na RCPM (60 a 80% da FC máxima). No GE um indivíduo ficou além desta faixa e no GC um ficou aquém. Concluiu-se que a maioria dos pacientes de ambos os grupos se situou na zona alvo, sugerindo ser a dança de salão uma modalidade segura para programas de RCPM.

COMPORTAMENTO DA FORÇA MUSCULAR ATRAVÉS DE UM TREINAMENTO DE FORÇA NO MEIO LÍQUIDO EM MULHERES JOVENS E SAUDÁVEIS

ANDRÉIA SILVEIRA DE SOUZA - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Bianca Hirshmann - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Bruno Mastrascusa Rodrigues - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Carlos Leandro Tiggeemann - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Luiz Fernando Martins Kruehl - Universidade Federal do Rio Grande do Sul

A proposta do presente estudo foi analisar a eficiência de 11 semanas de treinamento de força na água (TFA), na força muscular em mulheres jovens e saudáveis. Vinte sujeitos foram divididos em dois grupos, grupo de treinamento de força (GTF, n=13) e grupo controle (GC, n=7). Os voluntários participaram de um programa de treinamento de força na água de 50 minutos por dia, dois dias por semana; o TFA consistia de 5 a 15 minutos de aquecimento, 20 a 40 minutos de exercícios resistidos e 5 a 15 minutos de volta a calma, conforme o mesociclo. Foi utilizada a percepção de esforço para o controle da intensidade durante o treinamento. A força máxima foi verificada através do teste de uma repetição máxima (1RM) nos exercícios extensão de joelho (EXJ), flexão de joelho (FXJ), adução (ADQ) e abdução de quadril (ABQ), supino (SUP), remada (REM) e elevação lateral de ombro (ELV). Os dados demonstram que os sujeitos tiveram um aumento significativo de força muscular no GTF, o mesmo não ocorrendo no GC. O GTF apresentou uma variação da força expressa em valores absolutos (kg) de 0,63 à 10,55 kg, e obteve os seguintes valores médios de aumento de força relativa: EXJ 19,74±24,41%, FLJ 16,70±12,27%, ADB 15,53±9,44%, ABD 12,57±7,54%, SUP 25,90±17,84%, REM 12,53±9,54% e ELV 12,73±9,28%. Os valores relativos de aumento de força oscilaram de 12,53±9,28% à 25,90±17,84% entre os exercícios do GTF, com uma média de 16,53±7,28%. O GC teve valores relativos de mudança na força não significativos, que variaram entre -1,39±4,32% a 1,33±5,16% entre os exercícios. Os resultados indicam que o TFA é um método alternativo de treinamento para melhoria da força muscular em mulheres jovens saudáveis.

ADERÊNCIA VERSUS DESISTÊNCIA DE PROGRAMA ESTRUTURADO DE EXERCÍCIOS FÍSICOS: A INFLUÊNCIA DO ESTILO DE VIDA E DA CAPACIDADE MOTORA PERCEBIDA DE IDOSOS DE PALMITOS-SC

CINARA MARIA LIZE SAGGIORATTO - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC
Mário César Nascimento - CEFID-UDESC
Karina Schopf - CEO-UDESC
Kellyn Christina B. Vargas - CEO-UDESC
Joice Klunk - CEO-UDESC

A desistência dos programas estruturados é um das barreiras em saúde pública. O objetivo foi analisar as características do estilo de vida e a capacidade motora percebida de idosos, aderentes (A) e desistentes (D) de programas de exercícios físicos dos grupos de Idosos de Palmitos, SC. Caracterizou-se como uma pesquisa descritiva, diagnóstica com abordagem quanti/qualitativa utilizando entrevista semi-estruturada e fazendo a análise do conteúdo. Quanto ao tempo do hábito de fumar, os aderentes começaram antes e fumavam mais cigarros/dia. A rotina do exercício físico foi adotada por 79% dos aderentes após a doença. Os aderentes (93%) apreciam positivamente os exercícios. A existência de relação positiva entre a prática do exercício físico e a saúde foi percebida por 100% dos aderentes. O que o levou a prática regular de exercícios físicos para 93% dos aderentes foi a melhora da capacidade de trabalho e a percepção positiva da saúde, enquanto que entre os desistentes (25%) ocorreu uma desmotivação para a exercício após a doença. A confiança para maioria das pessoas (71% A e 50% D) era mantida pela expectativa dos resultados. A resignação ou a fuga foram às estratégias utilizadas pelos aderentes (100%) para controle do estresse. Para 93% dos aderentes o nível de ansiedade e do estresse eram os mesmos de antes da manifestação da doença, mesma situação em 37% do grupo dos desistentes. Conclui-se que os aderentes possuem história familiar mais evidenciada, porém o surgimento da doença parece ser mais dramático entre os desistentes, que reduzem a suas atividades físicas pelas limitações da doença. Os aderentes percebem melhor os benefícios do exercício físico e avaliam a saúde como boa e conseguem controlar melhor o estresse.

EFEITOS DA PRÁTICA DE HATHA-YOGA SOBRE A QUALIDADE DO SONO E QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES COM SÍNDROME DA FIBROMIALGIA

ALESSANDRA BERTINATTO PINTO FONSECA - Universidade do Estado de Santa Catarina
Sabrina de Oliveira Sanches - Universidade do Estado de Santa Catarina
Kerle Klein - Universidade do Estado de Santa Catarina
Leonardo Mozzaquatro Schneider - Universidade do Estado de Santa Catarina
Alexandro Andrade - Universidade do Estado de Santa Catarina

A síndrome da fibromialgia (SFM) é caracterizada por dor crônica músculo-esquelética generalizada associada a fatores físicos (fadiga, rigidez, distúrbios do sono) e emocionais (ansiedade e depressão). Devido à variedade dos sintomas e frente às limitações dos tratamentos convencionais, terapias complementares têm demonstrado resultados favoráveis para este tipo de paciente uma vez que atuam integrando as funções física e psicológica do organismo. Este estudo objetivou avaliar o efeito da prática hatha-yoga sobre a qualidade de vida e do sono de mulheres com SFM. Para tanto 7 mulheres residentes em Florianópolis, com idade média de 50 anos (s=6,203) e diagnóstico clínico de SFM participaram de 20 sessões de yoga, 2 vezes por semana, com duração de 90 minutos. Para avaliar a qualidade de vida e do sono, no início e final do tratamento, utilizou-se o Questionário de Impacto da Fibromialgia sobre a qualidade de vida (BURCKHARDT, CLARK e BENNETT, 1991) e o Índice da qualidade do sono de Pittsburgh (PSQI-curto) desenvolvido por Buysse et al. (1989), respectivamente traduzidos e validados por Konrad (2005). Os dados foram tratados com teste T para amostras pareadas. Houve melhora significativa na qualidade de vida em geral (p<0,001) e em específico na dor (p=0,003), bem estar (p=0,003), dificuldade no trabalho (p<0,001), fadiga (p=0,004), rigidez (p=0,037), ansiedade (p=0,024) e depressão (p=0,009). Quanto a qualidade do sono houve melhora significativa nos índices: distúrbios (p=0,03), disfunções diurnas (p=0,03) e qualidade subjetiva (p=0,045). Esses resultados indicam que a prática de hatha-yoga promoveu melhora da qualidade do sono e de vida dessas mulheres.

4718

49

CARACTERIZAÇÃO QUANTO AO SEXO, IDADE, NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL E OBJETIVOS PARA A PRÁTICA DE MUSCULAÇÃO EM PROJETO DE EXTENSÃO DO PET EDUCAÇÃO FÍSICA DA UFMS

LEONARDO LIZIERO - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
 Fernanda Karolline de Oliveira Guimarães - PET Educação Física - UFMS
 Claudia Aparecida Stefane - PET Educação Física - UFMS
 Fabricio Cesar De Paula Ravagnani - UFMS

A UFMS atenta ao pressuposto de que um estilo de vida ativo constitui importante fator na qualidade de vida ao possuir o Programa de Atividades Físicas (PAF). Neste programa o PET Educação Física sugeriu a implantação da sala de musculação, que teve por objetivo oferecer um local para prática de exercício físico resistido e difundir um estilo de vida ativo a comunidade em geral. Ao ingressar no projeto os participantes foram avaliados por uma anamnese, composta por questionamentos sobre os objetivos para prática (estético, condicionamento físico, lazer, convívio social, terapêutico e outros); e um questionário sobre atividades físicas habituais, que classifica os indivíduos em inativos, pouco ativos, moderadamente ativos ou muito ativos. Participaram do projeto 89 indivíduos. O público predominante era do sexo masculino (n=51), com média de idade de 25,08 ± 9,79, sendo caracterizados como pouco ativos (n=35) ou inativos (n=27). Os principais objetivos para a busca ao projeto foram estético e condicionamento físico (n=31) ou apenas condicionamento físico (n=24). Os objetivos menos citados foram lazer (n=01), terapêutico (n=1) e convívio social (n=02). Estes demonstraram que, mesmo sendo as relações sociais inseridas nas discussões sobre atividade física, estas não foram tidas como fundamentais para os participantes deste projeto. Foi possível verificar também a importância do fortalecimento de programas de promoção de atividades físicas para comunidade acadêmica, agindo como facilitador para prática de exercício físico.

4756

51

COMPORTAMENTO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA E DISTANCIA PERCORRIDA NA CAMINHADA AQUÁTICA EM SUSPENSÃO EM CRIANÇAS OBESAS

LEILANE LAZAROTTO - Universidade Federal do Paraná
 Armando Ferreira da Fonseca Júnior - UFPR
 Artur Luis Silva - UFPR
 Jean Fuzetti Cavazza - UFPR
 Patrícia Camila - UFPR

O interesse pelas atividades aquáticas para a manutenção da saúde, melhora do condicionamento físico e como prevenção e tratamento de enfermidades, tal como a obesidade, tem aumentado à medida que novas pesquisas analisam a sua eficácia. O objetivo deste estudo foi verificar o comportamento das frequências cardíacas (FC) em exercício e a metragem percorrida ao final da 4ª, 8ª e 12ª semana em um programa de caminhada aquática em suspensão. As atividades foram desenvolvidas durante 12 semanas, sendo três sessões semanais com uma hora de duração, em uma piscina de 25 metros com profundidade de 1,30 metros e temperatura da água em 27,5° C. Participaram do estudo 6 crianças de ambos os sexos com idades entre 9 e 11 anos. A intensidade do exercício foi registrada a cada 15 minutos e a metragem a cada 50 metros. As frequências cardíacas foram mensuradas através de um monitor cardíaco marca POLAR® modelo F1. Para análise estatística foi utilizada ANOVA para medidas repetidas, considerando o nível de significância em $p \leq 0,05$. Não houve diferença estatisticamente significativa nos resultados das frequências cardíacas, no entanto, quando analisadas as distâncias médias percorridas em aula, estas foram maiores na 12ª semana em relação à 8ª semana de atividade ($p = 0,0003$). Esse resultado sugere que o aumento das distâncias percorridas refletem uma melhora no condicionamento físico e na performance motora das crianças, visto que a solicitação cardiovascular manteve-se estável.

4725

50

ANÁLISE DO PERFIL DOS ATLETAS PROFISSIONAIS DE FUTSAL DA EQUIPE MALWEE – JARAGUÁ DO SUL

JAQUELINE DE FÁTIMA BIAZUS - Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL
 Rodrigo da Rosa Iop - Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL
 Luci Fabiane Scheffer Moraes - Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL
 Inês Alessandra Xavier Lima - Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL
 João Luiz Martins - Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL

Introdução: O futsal atual exige esforços de grande intensidade e curta duração, presença de movimentos bruscos e rápidos deslocamentos de direção, facilitando a ocorrência de lesões. A agilidade dos acontecimentos e ações durante uma partida exige que o atleta esteja preparado para reagir aos mais diferentes estímulos, da maneira mais rápida e eficiente possível, necessitando-se de um trabalho de recuperação intenso. Objetivo: Por isso a necessidade de uma avaliação individual contendo uma retrospectiva de lesões para que o fisioterapeuta, com posse dessas informações trace um plano individual para cada atleta, levando em consideração as suas características e habilidades individuais. Metodologia: A população consta de todos os atletas da equipe profissional Malwee - Jaraguá do Sul, durante a pré-temporada, onde foi realizado uma entrevista direta para preenchimento de uma ficha de avaliação. Resultados: Foram entrevistados 20 atletas, sendo que 5 atletas não apresentaram nenhuma lesão, das lesões apresentadas foram: 6 fraturas de tíbia, 2 rupturas de menisco, 6 lesões de LCA, 3 luxações de clavícula, 4 entorses de tornozelo direito, 4 fissuras de hálux, 2 pubalgia, 1 tendinite de joelho, 1 lombalgia, 1 distensão de vasto medial, 1 contratura quadríceps, 4 distensão de adutores, 1 lesão de LCM, 1 paralisia facial. Conclusão: A fisioterapia atua diretamente na prevenção de lesões no futsal na medida em que identifica os fatores de risco que revelam a predisposição e/ou a susceptibilidade do atleta às lesões, respeitando suas características individuais e de sua posição durante o jogo, possibilitando a equipe técnica realizar um planejamento individualizado de treinamento.

4768

52

RELATO DE AÇÕES DIDÁTICO-PEDAGÓGICAS NA ATENÇÃO BÁSICA EM SAÚDE NO CURSO DE FISIOTERAPIA DA FACULDADE ESTÁCIO DE SÁ DE SANTA CATARINA

ELISÂNGELA WEIGEL SCHAPPO - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina
 Rita de Cássia Clark Teodoroski

O profissional da fisioterapia ainda é visto pela sociedade apenas como um reabilitador físico e, portanto, um especialista na área da saúde. Aliás, os próprios estudantes de fisioterapia, durante sua formação, muitas vezes mantêm esta mentalidade perpetuada por docentes que se vêem inseridos em matrizes curriculares ainda restritas e obsoletas. Situação que torna a atenção básica em saúde uma área de trabalho e de ação carente da participação efetiva do fisioterapeuta. Tem-se como objetivo, dessa ação didático-pedagógica, estimular experiências acadêmicas na atenção básica em saúde para se extinguir essas amarras e iniciar uma nova visão no atendimento, também direcionado à prevenção e à promoção da saúde. Por meio de uma metodologia científica participante ou de pesquisa ação, alunos de 4ª fase, que cursaram a disciplina de Fisioterapia na Comunidade, entre o segundo semestre de 2005 ao primeiro semestre de 2007, monitorados pelo seu docente responsável, observaram a realidade sócio-econômica de uma comunidade carente do município de São José - SC, para que pudessem desenvolver intervenções e programas de atenção básica em saúde capazes de atender as necessidades locais. Foram elaboradas 20 palestras e oficinas para educação em saúde, com temáticas diversas (sexo seguro, planejamento familiar e atividade física na melhor idade), que foram desenvolvidas "in loco", atingindo 300 pessoas moradoras da comunidade, entre crianças, adolescentes, adultos e idosos.

4786

53

PERFIL DOS PRATICANTES DO PROJETO RITMO E MOVIMENTO

DEVISON MAICON GARCIA - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Joseani Paulini Neves Simas - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Fabiana Bertemes - Universidade do Estado de Santa Catarina

O projeto ritmo e movimento é um projeto de extensão que tem como objetivo a promoção da saúde através da dança e alongamento. Este estudo objetivou traçar o perfil dos praticantes do Projeto. O estudo caracterizou-se por ser de campo descritivo exploratório, contou com uma amostra não probabilística por acessibilidade de 30 indivíduos de ambos os sexos matriculados nas aulas de alongamento, dança contemporânea e axé. O instrumento utilizado foi um questionário de 21 questões, dividido em informações pessoais, prontidão para atividade física (Q-PAF), auto – avaliação do nível de saúde e prática de atividade física, sendo os resultados analisados de acordo com a estatística descritiva. Com relação ao sexo e estado civil dos indivíduos 93,3% são mulheres e 6,6% homens, 30% solteiros, 43,3% casados, 13,3% divorciados e 13,3% viúvos com média de idade de 46 anos, 66,6% possuem filhos e 33,3% não possuem, 56,6% trabalham e 43,3 não trabalham. Sobre a prontidão para atividade física (Q-PAF), os resultados foram positivos não ocorrendo nenhum diagnóstico que oferecesse risco ou impedisse a prática de atividade física. Com relação à auto – avaliação da saúde, 20% apresentaram um excelente nível de saúde, 73,3% um bom nível de saúde e 6,6% consideraram sua saúde regular. Dentre os principais motivos para a prática das atividades destaca-se, o gosto pela dança, afinidade com o estilo e em relação à prática de outra atividade física, a caminhada é a que apresenta maior adesão. Desta forma o projeto ritmo e movimento mostra-se acessível e promotor do prazer pela atividade física de seus praticantes propiciando um estilo de vida ativo para manutenção e/ou promoção da qualidade de vida da comunidade em geral.

4836

55

CICLOS DE GINÁSTICA NA EMPRESA

LUIS FERNANDO ARZAMENDIA - SESI
 Elaine Faria de Moraes
 Fabio Jose dos Santos
 Moacir DalPiaz

A “ginástica laboral” surgiu na Polônia por volta de 1925 e no Japão, em 1928. Também conhecida como “ginástica de pausa” do trabalho, por volta dos anos 50-60, foi adotada em outros países, tais como Holanda, Rússia, Bulgária e Alemanha. Nos EUA, desde 1974, trabalhadores de milhares de empresas estão envolvidos em programas diários de ginástica durante a jornada de trabalho. Atualmente, o Programa SESI Ginástica na Empresa é realidade nos 27 DRs, atendendo cerca de 600.000 trabalhadores por dia em aproximadamente 1800 empresas e envolvendo centenas de profissionais e estagiários, especialmente de Educação Física. Diante deste contexto cresceu também a responsabilidade na aplicação das aulas. Gerar padronização e sistematização de procedimentos, atendendo as necessidades de planejamento e acompanhamento de resultados dos serviços prestados é o objetivo proposto. Contudo a ramificação deste objetivo é mais ampla e busca também garantir a prática efetiva, eficiente e eficaz no desenvolvimento dos processos, incentivar a evolução, ações de dinamização, articulação e integração com a prestação de serviços oferecidos e agilizar o processo de montagem de séries de exercícios através da definição por segmentos, nome do exercício, tipo de exercício e valência física. Contudo após o início do trabalho com os ciclos percebeu-se que ainda assim o professor apresentava dificuldade para colocar em prática o planejamento desenhado. Com o objetivo de facilitar a aplicação dos ciclos, desenvolveu-se uma planilha de utilização do professor onde os exercícios disponíveis no aplicativo SESI Ginástica na Empresa são apresentados subdivididos nas valências físicas que propusemos a executar no ciclo

4827

54

PERFIL POSTURAL DOS PRATICANTES DO PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA DA FACULDADE ESTÁCIO DE SÁ DE SANTA CATARINA

RITA DE CASSIA CLARK TEODOROSKI - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina
 Elisângela Weigel Schappo - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina

A identificação das alterações posturais em indivíduos adultos tem sido alvo de estudo, na tentativa de buscar subsídios para minimizar as disfunções do sistema músculoesquelético, bem como a sintomatologia que podem surgir das mesmas. Foram realizadas avaliações posturais nos participantes do Programa de Atividade Física do Curso de Fisioterapia da Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina, cujo objetivo era identificar as alterações posturais mais comuns entre os mesmos. Foram avaliados 22 sujeitos, sendo 16 do gênero feminino e 6 do gênero masculino. As alterações posturais mais frequentes observadas foram: abdômen protuso (21 sujeitos), protusão de ombros (14 sujeitos), hipercifose dorsal (12 sujeitos), joelho valgo (9 sujeitos), hiperlordose lombar e pés valgus (8 sujeitos), retificação lombar e anteroversão de quadril (7 sujeitos), pés varos (6 sujeitos), joelho varo e hiperlordose cervical (5 sujeitos), retificação dorsal (4 sujeitos), retroversão de quadril (2 sujeitos) e retificação cervical (1 sujeitos). É necessário ressaltar, que os sujeitos apresentavam alterações posturais associadas, o que acarreta um maior agravamento, uma vez que uma alteração postural sempre acarreta em uma alteração compensatória. Com base nos resultados apresentados, fica evidente que a prática de atividade física do referido programa deve ter um enfoque baseado na reeducação postural, visando à minimização das alterações observadas e, conseqüentemente, proporcionando uma melhor qualidade de vida dos sujeitos avaliados.

4846

56

SUPLEMENTAÇÃO COM L-GLUTAMINA E RESPOSTA IMUNE EM RATOS SUBMETIDOS AO TREINAMENTO AERÓBIO EXAUSTIVO

SILVAN SILVA DE ARAUJO - Universidade Tiradentes
 José Melquiades de R. Neto - Universidade Tiradentes
 Lorena Almeida de Melo - Universidade Tiradentes
 Thássio Ricardo Ribeiro Mesquita - Universidade Tiradentes
 Sheilla da Silva Barroso - Universidade Tiradentes

A L-glutamina (Gln) tem sido considerado um aminoácido condicionalmente essencial. Atua como nutriente para as células do sistema imune, além de fonte de nitrogênio e de esqueletos de carbono para a síntese de proteínas e de glicogênio. Vem sendo utilizado substancialmente por atletas na perspectiva de evitar a aquisição de doenças, principalmente respiratórias. O presente estudo objetivou avaliar os efeitos da suplementação da Gln e sua influência na atividade leucocitária durante exercício agudo de natação, em ratos treinados e sedentários. A amostra foi composta por 24 ratos machos Wistar. Distribuídos quatro grupos: sedentário, SED; sedentário com Gln, GSED; treinado, TRE e treinado com Gln, GTRE. A suplementação era administrada antes do exercício por gavagem, 2 ml de solução a 0,5 g/kg de peso corporal. Os grupos TRE e GTRE foram submetidos a treinamento diário de natação durante 14 dias. Após uma semana de adaptação, os animais foram exercitados com incremento de carga, a qual era fixada às caudas dos mesmos. Na última sessão todos os grupos realizaram exercício extenuante, posteriormente os ratos foram anestesiados e sacrificados, para a coleta do sangue. A contagem dos glóbulos brancos (GB x 10³/mm³) detectou variações significativas (ANOVA one-way - p<0,05), indicando influência positiva da suplementação. O GTRE (6,45 + 0,29) em comparação ao TRE (4,70 + 1,33) apresentou leucocitose. Os grupos GSD e SED não variaram estatisticamente. Conclui-se que, a suplementação da Gln mais esforço crônico demonstraram ser moduladores positivos do sistema imune. Palavras-chave: L-glutamina; glóbulos brancos; exercício.

PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA NA ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE

RAFAELA MENDES - Faculdade Estácio de Sá Santa Catarina
Ane Rosa Martinovyski - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina
Bryanne Silva Figueiredo - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina
Vanessa Schweitzer - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina

Introdução: Recentemente o trabalho da fisioterapia vem sendo reconhecido na saúde coletiva, com sua inserção no programa de centros de saúde e no programa de saúde da família. O fisioterapeuta, até pouco tempo atrás apresentava pouco destaque profissional na atenção primária à saúde, atualmente este conceito vem mudando através de trabalhos e artigos publicados. Objetivo: O objetivo geral do trabalho foi elaborar um plano de ação fisioterapêutico a partir da análise do perfil epidemiológico dos pacientes avaliados na triagem do Centro de Saúde Ipiranga. Métodos: Os dados foram obtidos através de uma triagem de seleção dos pacientes para elaborar os grupos de atividades físicas. Após as avaliações fisioterapêuticas conseguimos traçar os pacientes com possibilidades de atendimento em grupo. A opção de dividir os grupos por faixa etária facilitou o convívio social entre os indivíduos. Os exercícios propostos foram alongamentos e fortalecimentos de acordo com o limite de cada paciente, além de orientações específicas para as atividades de vida diária. Resultados: Foram avaliados 73 pacientes, sendo 53 M e 20 H, com idade entre 10 a 82 anos, onde 23 apresentaram HAS, as outras doenças associadas como IC e DPOC não tiveram um número relevante de pessoas com alguma destas enfermidades. Dentre as queixas principais, 40 eram de dores na coluna. Com esse perfil epidemiológico, 6 grupos de AF foram montados e as sessões realizadas duas vezes por semana durante uma hora no próprio centro de saúde. Conclusão: A implementação de um programa de AF regular na comunidade do bairro Ipiranga assegurou diversos benefícios para o indivíduo a curto, médio e longo prazo, o que determina sua importância na promoção e prevenção de saúde.

PÔSTERES 4 – ÁREA TEMÁTICA 5: NUTRIÇÃO E OBESIDADE

3911

1

CRESCIMENTO FÍSICO E OS HÁBITOS DE VIDA DE ESCOLARES DA REDE MUNICIPAL DE CAXIAS DO SUL/RS

ODIONE REIS MACHADO - Faculdade da Serra Gaúcha
Daniel Zacaron - Faculdade da Serra Gaúcha

O objetivo deste estudo foi analisar o perfil de crescimento físico e os hábitos de vida de crianças de Caxias do Sul/RS. A população deste estudo foi composta por 81 crianças (44 meninas e 37 meninos), com idades entre 02 e 06 anos, matriculadas em escolas municipais de Caxias do Sul/RS. Foram mensuradas as variáveis de peso e estatura e utilizado o Programa de Avaliação do Estado Nutricional em Pediatria (PED) para calcular os percentis de crescimento e estado nutricional; também o Questionário de Hábitos de Vida (Torres, 1998). Os resultados mostraram, em relação à estatura, que os meninos estão mais altos do que as meninas, e ambos encontram-se com o peso e o estado nutricional acima dos esperados. As atividades mais praticadas dentro e fora do contexto familiar são, para ambos os contextos, o conversar/brincar com amigos. Os materiais que ambos os sexos possuem em quantidades maiores é a bicicleta e os locais preferidos para as práticas esportivas das crianças são: o pátio de casa e os parques/praças. O perfil socioeconômico mostrou que as famílias possuem condições favoráveis ao seu desenvolvimento, sendo a televisão o item mais citado entre os sujeitos. Podemos inferir que os perfis de crescimento físico, de atividade física e socioeconômico das crianças de Caxias do Sul/RS, estão relacionados, pois a tendência a obesidade encontrada pode ser justificada pela falta de atividade física. Além disso, o favorável perfil socioeconômico, que poderia contribuir para um bom nível de qualidade de vida, não vem exercendo este papel, o que pode representar uma falta de orientação e consciência das necessidades de movimentação e alimentação saudável dos dias atuais.

3993

2

EFEITOS DA APLICAÇÃO SUBCUTÂNEA DE FOSFATIDILCOLINA SOBRE PARÂMETROS SANGÜÍNEOS DE RATOS EXERCITADOS

JOSÉ DIEGO BOTEZELLI - Universidade Júlio de Mesquita Filho- UNESP
Maria Alice Rostom de Mello - Universidade Júlio de Mesquita Filho-UNESP

Efeitos da aplicação subcutânea de fosfatidilcolina sobre parâmetros sanguíneos de ratos exercitados. Introdução: Um dos processos mais utilizados para o tratamento de depósitos localizados de gordura é a lipoaspiração. Em anos recentes a aplicação tópica de fosfatidilcolina vem sendo usada com o mesmo propósito. Porém a forma injetável do medicamento, mesmo proibida, vem sendo amplamente utilizada. Isso evidencia a urgência da realização de pesquisas para ampliar os conhecimentos sobre os efeitos da aplicação de fosfatidilcolina no organismo. Objetivos: Assim o presente estudo visou avaliar os efeitos da fosfatidilcolina, associado ou não ao exercício sobre parâmetros somáticos e sanguíneos de ratos. Materiais e método: Ratas adultas (90) dias da linhagem wistar foram separadas aleatoriamente em 4 grupos: C= controle, CE= controle exercitado (natação 5 dias por semana com carga de 5% do peso corporal por 8 semanas), T= tratado com fosfatidilcolina (LIPOSTABIL®, injetado no dorso do animal 1 vez por semana na quantidade de 60mg/cm² de durante 6 semanas) e TE= tratado exercitado. Não houve diferença significativa (ANOVA p<0,05) dos grupos quanto ao ganho de peso corporal (g) TE= 21.8, CE=19, T= 17 e C= 18.5. O peso do tecido adiposo (g/100g) mostrou-se ligeiramente reduzido no grupo TE= 0.37±0.09 e T= 0.36±0.08 em relação aos demais CE= 0.54±0.07 e C= 0.55±0.08. Não houve diferença entre os grupos quanto às concentrações séricas (mg/dl) de triglicérides TE= 165.6±40.37 CE=190.9±69.3 T= 204.1± 69.34 C= 195.17±43.58; AGL TE= 0.194±0.079 CE= 0.147±0.062 T= 0.124±0.059 C= 0.166±0.085. Conclusões: A aplicação tópica de fosfatidilcolina não interferiu os parâmetros somáticos e sanguíneos examinados.

4239

3

COMPOSIÇÃO CORPORAL, ATIVIDADE FÍSICA E CONSUMO ALIMENTAR DE ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO DE CAMPINAS

ALAN A RODRIGUES - UNIP
Luiz Ermani S. Braga - UNIP
Marcelo Filocomo - UNIP
Carlos Zamai - UNIP
Cláudio Zago Junior - UNIP

O objetivo deste foi avaliar o nível de atividade física, qualidade alimentar do lanche escolar e composição corporal de estudantes do ensino fundamental e médio. Estudou-se 540 sujeitos (320 masculino e 220 feminino) de 11 a 15 anos. O diagnóstico do nível de atividade física foi feito pela aplicação do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ). Aferiu-se peso e estatura para cálculo do índice de massa corporal (IMC). Foram realizadas dobra cutânea tricipital (DCT) e circunferência do braço (CB), aferidas no ponto médio entre o acrômio e o olecrano, utilizadas no cálculo da área muscular do braço (AMB). A classificação da CC foi feita utilizando pontos de corte: <P75 = normal, ≥P75 = elevada. O consumo do lanche escolar foi avaliado por questionário de frequência e recordatório alimentar. Observou-se excesso de peso (>P 85) em 33% (n=144) dos alunos, com inatividade física presente em 60% (n=265) destes. Cerca de 58% (n=235) apresentaram hiperadiposidade abdominal (>P 75) e a AMB apresentou-se abaixo do P5 em 27% (n=118) dos alunos. O lanche escolar contém 31±17% de lipídios, 62±21% de carboidrato e 8±6% de proteína. É rico em sódio (410±348mg) e pobre em fibras (2±2g), com distribuição lipídica abaixo da recomendação para poliinsaturada (5±5%) e dentro da recomendação para saturada e monoinsaturada (8±7% e 12±9%, respectivamente). Portanto, a elevada prevalência de sedentarismo e obesidade entre os alunos, serve de alerta para as escolas proporcionarem programas de exercício físico e educação alimentar..

4240

4

PERFIL NUTRICIONAL DE CRIANÇAS DE 6 A 11 ANOS DE UMA ESCOLA

CLAUDIO ZAGO JR - Unip
Alan A. Rodrigues - UNIP
Luis Ermani S. Braga - UNIP
Marcelo Filocomo - UNIP
Carlos Zamai - UNIP

Este estudo objetivou avaliar o estado nutricional, assim como as preferências alimentares e a média de tempo gasto assistindo televisão de 40 crianças saudáveis de ambos os sexos, com idades entre 6 e 11 anos de uma escola particular de Campinas-SP, cuja cantina propicia uma alimentação mais saudável aos alunos. O estado nutricional foi analisado mediante o IMC e classificado de acordo com os percentis. Os resultados apontaram para 7,5% de desnutrição, 65% de eutrofia, 10% de sobrepeso e 17,5% apresentaram obesidade. A análise das preferências alimentares mostrou que apesar da escola oferecer alimentos mais saudáveis, muitas crianças têm hábitos alimentares inadequados. Isto demonstra que a simples proibição de alimentos não saudáveis não é o suficiente, sendo preciso orientar as crianças, assim como suas famílias sobre uma alimentação balanceada, enfatizando seus benefícios. Em relação ao tempo gasto assistindo televisão, a média foi de 4,8 horas por dia, sendo que este tempo pode estar relacionado com a incidência de sobrepeso e obesidade devido ao baixo nível de atividade física e a permanência em frente à TV e o aumento das chances de ingestão de alimentos nutricionalmente pobres como bolachas recheadas, chocolates, salgadinhos e pipocas.

4314

5

ESTUDO DO ESTADO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS NA IDADE ESCOLAR DE ESCOLAS PÚBLICAS DE SUMARÉ

PAULA CIOL - UNIP

Luiz Ermani S Braga - Unip-Campinas

Marcelo Filócomo - Unip-Campinas

Carlos Zamai - Unip-Campinas

Alan A rodrigues - Unip-Campinas

Verifica-se que dentre os problemas nutricionais da infância, a obesidade é a que chama a atenção na área da saúde o que inclui a educação física. Objetivo: avaliar o perfil nutricional de crianças de 7 a 8 anos de idade em uma escola pública e uma privada de Sumaré-SP. Metodologia: Foi dividido conforme a clientela que a freqüentava carente, mista e particular. A amostra foi composta de 171 crianças que foram entrevistadas, pesadas e medidas. Resultados: 44 alunos (25,6%) apresentaram um tipo de risco nutricional, sendo 29 (16,9%) com risco para obesidade e destes 8 (27,5%) freqüentavam escola carente e mista. Conclui-se que tanto crianças com risco para obesidade, quanto aquelas consideradas "normais" para o peso não tem uma alimentação saudável e vivem uma vida sedentária. As cantinas das escolas não são supervisionadas. Nesta primeira aproximação do tema, verificou-se que temos crianças com risco para a obesidade. Palavras-chave: Saúde Escolar. Obesidade. Avaliação nutricional.

4352

7

PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ESCOLARES DA CIDADE DE SÃO PAULO

JOÃO MARCELO DE QUEIROZ MIRANDA - Universidade São Judas Tadeu

Leandro da Silva - Universidade São Judas Tadeu

Daniel Cia Koike - Universidade São Judas Tadeu

Marcus Vinicius Palmeira - Universidade São Judas Tadeu

Rogério Brandão Wichi - Universidade São Judas Tadeu

A obesidade na infância tem crescido em crianças de todas as classes sociais, levando a prejuízos à saúde na adolescência ou na vida adulta. Dessa forma, o objetivo deste, estudo foi identificar e comparar a prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares da rede pública (EPU) e particular (EPA) de ensino da cidade de São Paulo. Foram avaliadas variáveis antropométricas (IMC e DOC) de meninos (n=91) e meninas (n=109) entre 8 a 10 anos de idade. As análises foram testadas quanto ao tipo de distribuição pelo teste de Kolmogorov-Smirnov. Correlacionaram-se as variáveis através do teste de Pearson, adotando $p < 0,05$. Foi observado maior prevalência de sobrepeso na EPA em meninos (19,6%) e meninas (25,5%) quando comparados aos meninos (6,7%) e meninas (8,1%) da EPU. O nível de obesidade também foi maior em meninos (34,8%) e meninas (31,9%) da EPA contra meninos (6,7%) e meninas (6,5%) da EPU. Verificamos também, correlação positiva obtida entre as variáveis de IMC e % de gordura corporal de meninos ($r = 0,82$) e em meninas ($r = 0,85$). Os resultados sugerem que apesar de crescente em todas as classes sociais, o sobrepeso e a obesidade mostram-se mais presentes naqueles com poder econômico maior. Além disso, o IMC se mostra um índice eficiente para determinar a prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças.

4342

6

PREVALÊNCIA DE OBESIDADE EM ADULTOS DE PELOTAS, RS

JAQUELINE COPETTI - Universidade Federal de Pelotas

Mario Renato Azevedo - UFPel

Pedro Curi Hallal - UFPel

As sociedades modernas vêm passando por uma série de transições. Em termos de envelhecimento, a sociedade tem passado por uma transição demográfica, que gera um aumento do contingente populacional de idosos. No que se refere à saúde, está ocorrendo uma transição epidemiológica, com diminuição das doenças infecciosas e aumento proporcional das enfermidades crônicas. Em termos de nutrição, estudos têm detectado uma transição nutricional, com diminuição da desnutrição e aumento do sobrepeso e obesidade. O objetivo deste trabalho foi avaliar a prevalência de obesidade em adultos de Pelotas, RS. Foram entrevistados 977 indivíduos com idade entre 20 e 69 anos, selecionados por amostragem aleatória no município de Pelotas. A prevalência de obesidade foi de 15,0% (IC95% 12,7 – 17,4), sendo estatisticamente similar entre os sexos (13,9% nos homens e 15,9% nas mulheres; $p=0,40$). Quando a amostra foi analisada em grupos de faixa etária, observou-se que entre 20 – 29 anos, o percentual de obesidade tanto nos homens (9,5%) quanto nas mulheres (4,1%) é consideravelmente mais baixo, quando comparados as faixas etárias mais elevadas. Ressalta-se que a maior incidência de obesidade nos grupos divididos por faixa etária foi entre 50 – 59 para ambos os sexos (Homens 21,6%; Mulheres 25,0%). Conclui-se que o percentual de obesidade, apesar de elevado, é mais baixo do que o encontrado em outras cidades do Brasil. Não houve associação entre obesidade e sexo, mas a idade jovem tendeu a se relacionar com menor risco de obesidade.

4366

8

EXCESSO DE PESO CORPORAL E COMPORTAMENTOS SEDENTÁRIOS EM ADOLESCENTES DE CAXIAS DO SUL, RS

DANIEL GIORDANI VASQUES - Universidade Federal de Santa Catarina

Adair da Silva Lopes - Universidade Federal de Santa Catarina

Objetivou-se analisar a prevalência de excesso de peso corporal e a associação com comportamentos sedentários em adolescentes de Caxias do Sul, RS. A amostra, representativa da população do município de Caxias do Sul, RS, foi composta de 1629 escolares, com idades de 11 a 17 anos, selecionada aleatoriamente por conglomerados. O Índice de Massa Corporal (IMC) foi analisado a partir do protocolo proposto pela International Obesity Task Force, por sexo e idade. Para analisar a associação entre excesso de peso e comportamentos sedentários, utilizou-se o teste qui-quadrado e a regressão logística binária ($p < 0,05$). A prevalência de excesso de peso corporal foi de 19,5%. Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas no excesso de peso entre os sexos (19,6% masculino e 19,5% feminino; $p=0,94$), no fato de possuir TV no quarto (20,7% nos que possuem e 18,5% nos que não possuem; $p=0,28$) e na forma de deslocamento para a escola (21% nos que utilizam transportes e 18,5% nos que se deslocam a pé; $p=0,21$). Por outro lado, os escolares que relataram altos níveis de comportamentos sedentários (assistir TV, usar computador e jogar videogame), acima de 51 horas/semana (quartil mais elevado-Q4), apresentaram maior prevalência (24,8%) do que os que pertenciam aos demais quartis (Q3=19,6%; Q2=16,5% e Q1=17,4%; $p=0,02$). Os escolares com comportamentos sedentários (Q4) apresentaram 56% mais chance de apresentar excesso de peso corporal (IC95%=1,1-2,2) quando comparados aos do primeiro quartil. Portanto, conclui-se que o fato de apresentar um número elevado de horas/semana em comportamentos sedentários, como assistir TV, usar computador e jogar videogame, está diretamente associado ao excesso de peso corporal em adolescentes.

4390

9

EQUILÍBRIO UNIPODAL DE CRIANÇAS OBESOS

KARLA MENDONÇA MENEZES - Universidade Federal de Santa Maria
 Estefania Bertoldo Venturini - Universidade Federal de Santa Maria
 Fernando Copetti - Universidade Federal de Santa Maria

A obesidade pode ter início em qualquer fase do desenvolvimento, mas ocorre principalmente nas fases de aceleração do crescimento. Estudos sugerem que esta influencia diretamente o desempenho de habilidades motoras fundamentais. Sendo assim, o objetivo deste estudo foi avaliar o equilíbrio postural de indivíduos obesos, entendendo que esse compõe a base motora para a realização de qualquer tarefa. Foram avaliados seis sujeitos do sexo masculino, destros, com média de 10,3 anos \pm 0,8. A obesidade foi definida a partir do índice de massa corporal e do percentual de gordura corporal. Utilizaram-se plataformas de força AMTI® para verificação das oscilações ântero-posteriores e médio-laterais durante apoio unipodal direito. Os dados foram adquiridos com frequência de 100 Hz, num intervalo de 5s após estabilização visual do centro e pressão. Os sujeitos permaneceram calçados e com olhos abertos. A análise estatística foi realizada a partir do programa Statistica®. Foram utilizados o ANOVA para verificar se havia significância entre os indivíduos do grupo e o teste “t” de Student para diferenças intrasujeitos. O nível de significância adotado foi de 0,05. Os valores médios apresentados pelos seis sujeitos investigados, tanto para oscilações ântero-posteriores quanto médio-laterais, foram maiores do que os observados na literatura para indivíduos (não obesos) da mesma faixa etária. Diferenças estatisticamente significativa foram observadas em (entre todos) todos os sujeitos. Os resultados sugerem que indivíduos obesos apresentaram oscilações maiores do que indivíduos eutófricos. Karlam.ef@gmail.com

4417

10

DISTRIBUIÇÃO DE MACRONUTRIENTES NA DIETA DE AVIADORES MILITARES

ÂNGELO MARCELO BELAS COUTINHO - GEEA - Gerência de Estudos de Ergonomia na Aviação Civil
 Paulo Cesar Soter da Silveira Junior - GEEA/ANAC
 Marcos André Pereira de Barros - GEEA/ANAC
 Luiz Jorge Conceição Junior - GEEA/ANAC
 Estélio Henrique Martin Dantas - UCB/LABIHM

Introdução: Os aviadores nem sempre conseguem uma alimentação equilibrada devido a escalas de trabalho, dias inativos e mudanças de fusos horários (o que conduz a alterações no ritmo circadiano), afetando desde o sono, o humor, a concentração, como também a perda ou excesso de apetite. Objetivo: Verificar o padrão dietético de um grupo de aviadores militares. Metodologia: A amostra constituiu-se de 14 aviadores do sexo masculino, na faixa etária média de 39,9 \pm 1,5 anos. Foi utilizado o instrumento recordatório de 24 horas, verificando-se o consumo energético total e respectiva distribuição de macronutrientes: proteínas, carboidratos e lipídios. Utilizou-se a tabela para Avaliação de Consumo Alimentar em Medidas Caseiras e a análise da estatística descritiva, objetivando obter o perfil do conjunto de dados, através de medidas de localização (média) e de dispersão (desvio padrão). Resultados: a ingestão de carboidratos(g/ kg)= 259,40 \pm 67,91 - 3 g/kg/dia - 1037 kcal/dia - 48 a 49%; de proteínas(g/ kg) = 101,35 \pm 38,20 - 1,1 g/kg/dia - 405 kcal/dia - 18 a 19% e de lipídios(g/ kg) = 76,3 \pm 15,26 - 0,8 g/kg/dia - 686,88 kcal/dia - 30 a 32%. A demanda energética foi de 2153,12 \pm 33,83 - 25 kcal/kg/dia. Conclusão: O grupo estudado necessita melhor distribuição de macronutrientes e maior variedade no consumo dos grupos de alimentos.

4455

11

ANÁLISE DA INCIDÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE ENTRE ESCOLARES DE 07 A 10 ANOS DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO DISTRITO DE SOUSAS

JOSY CARLA DE MOARES - UNIP
 Carlos Zamai
 Alan A Rodrigues

O objetivo deste trabalho foi identificar e analisar a incidência de sobrepeso e obesidade infantil segundo critérios antropométricos de 183 escolares com idade entre 07 e 10 anos de uma escola pública localizada no distrito de Sousas-Campinas, sendo 49% sexo masculino, e 51% do sexo feminino. Utilizou-se para aferição das medidas uma balança antropométrica Filizola com toesa, sendo a aferição do peso averiguada em kg com capacidade de até 150 kg e a estatura em metros com casas em centesimos. Em relação às dobras cutâneas utilizou-se um compasso de dobras da marca Lange (Cambridge Scientific Instruments, USA), que permite uma leitura com precisão de 1 mm. Após a determinação das medidas de peso corporal e estatura foi determinado o índice de massa corporal (IMC) através da relação $IMC = \text{Peso}/\text{Estatura}^2$. Para obtenção dos resultados das dobras foi calculada média e desvio padrão das medidas através do programa BioEstat 3.0. Verificou-se que em relação ao índice de massa corpórea (IMC) as faixa etária dos escolares 7, 8 e 9 anos estudados não apresentam índices de sobrepeso e obesidades, em relação as dobras cutâneas nessas mesmas faixas etárias não encontrou classificação de obesidade. Dentro da faixa etária de 10 anos em relação ao índice de massa corpórea e a soma das dobras cutâneas dos escolares de ambos os sexos apresentam obesidade I. Palavras chave: Sobrepeso. Obesidade. Escolares. Antropometria.

4464

12

QUESTIONÁRIO ALIMENTAR DO DIA ANTERIOR (QUADA) PARA CRIANÇAS EM IDADE ESCOLAR: VALIDADE EXTERNA DA SEGUNDA VERSÃO

JUCEMAR BENEDET - UFSC - Universidade Federal do Estado de Santa Catarina
 Raquel Kerpel - Universidade Federal do Estado de Santa Catarina
 Maria Alice A. de Assis - Universidade federal do Estado de Santa Catarina
 Débora Guimarães - Universidade Federal do Estado de Santa Catarina
 Fabiani Baramarchi - Universidade Federal do Estado de Santa Catarina

O Questionário Alimentar do Dia Anterior (QUADA), versão 1.0, é um instrumento validado, desenvolvido para coletar dados de consumo alimentar (16 alimentos em cinco refeições diárias) em estudos populacionais com crianças de sete a dez anos de idade. Este trabalho objetiva apresentar o estudo de validação da segunda versão, ilustrada com 21 alimentos, distribuídos em seis refeições do dia anterior à aplicação do questionário. Participaram do estudo 164 escolares do segundo ao quinto ano do ensino fundamental de uma escola pública de Balneário Camboriú (SC). A validade foi obtida pela comparação entre os itens alimentares selecionados no QUADA e a observação direta de três refeições escolares. Os dados foram analisados via sensibilidade e especificidade, taxas de omissão e intrusão, e coeficiente Kappa. Dos 21 alimentos ilustrados, 13 apresentaram consumo relatado e observado, com valores de especificidade alta, variando entre 88,2% (achocolatados) e 99,4% (refrigerantes). A sensibilidade foi alta para nove alimentos, variando entre 67,1% (pães e bolachas) a 96,5% (arroz) e abaixo de 45% para quatro alimentos (doces, legumes, hortaliças e refrigerantes). Valores de concordância moderada ou superior (kappa) foram encontrados para onze dos treze alimentos consumidos. Os doces apresentaram a maior taxa de omissão (19,1%) e os achocolatados a maior taxa de intrusão (9,1%). Os resultados indicaram que O QUADA permite diagnosticar satisfatoriamente os alimentos consumidos e os não consumidos nas refeições escolares. Estes achados são semelhantes aos verificados no estudo de validação do QUADA versão 1.0. Conclui-se que o QUADA versão 2.0 pode gerar dados válidos de consumo alimentar no contexto escolar.

4477

13

PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ESCOLARES DA REDE PÚBLICA DE SAPIRANGA, RS, SEGUNDO DOIS CRITÉRIOS DE CLASSIFICAÇÃO

MONICA POSSEBON - Centro Universitário FEEVALE

Rodrigo Schneider da Silva - Centro Universitário Feevale

Estudos epidemiológicos atuais sobre indicadores de obesidade na infância estão cada vez mais em evidência, mas para que se tenha a idéia da real importância dessa condição em sociedades em desenvolvimento, e por não dispor de dados sobre o sobrepeso e obesidade no município em questão, torna-se necessária a realização de novos estudos populacionais, avaliando a prevalência desta condição em diferentes grupos e faixas etárias, utilizando diferentes critérios de classificação. Assim, com o objetivo de comparar a prevalência de obesidade infantil segundo dois critérios antropométricos, foi realizado estudo transversal em 20 escolas públicas na cidade de Sapiiranga, RS com crianças entre 7 e 10 anos de idade. Com base nas variáveis peso e altura, calculou-se o IMC. As prevalências de sobrepeso para o sexo masculino pelos critérios de Cole e Must foram de 11,4% e 7%, respectivamente, e para obesidade 8,6% e 13%. Para o sexo feminino, as prevalências de sobrepeso pelos critérios de Cole e Must foram de 17,5% e 10,8% ($p < 0,01$), respectivamente, e para obesidade 5,4% e 13,3%. As variações nas estimativas de sobrepeso e obesidade, se considerarmos os diferentes critérios, advertem para a necessidade de estudos populacionais que orientem critério único, que além de identificar os indivíduos com maior probabilidade de excesso de peso corporal, correlacione isto ao risco de doenças e óbitos, como ocorre com os pontos de corte 25 e 30 do IMC em adultos. Palavras-chave: Escolares; Prevalência; Índice de Massa Corporal; Obesidade.

4483

15

PREVALÊNCIAS DE SOBREPESO E DE OBESIDADE EM ESTUDANTES DE ESCOLA PÚBLICA E PRIVADA DE FLORIANÓPOLIS, SC

GABRIELA DALSSASSO RICARDO - Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício – CEFID/UDESC

Karine Elmisan Zolet - Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício – CEFID/UDESC

Fernanda Guidarini Monte - Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício – CEFID/UDESC

Mirele Porto Quites - Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício – CEFID/UDESC

A obesidade infantil tem alcançado taxas alarmantes em vários países. No Brasil, a prevalência deste fenômeno também tem aumentado nos últimos anos. Neste estudo, verificaram-se as prevalências de sobrepeso e de obesidade em crianças e adolescentes de uma escola pública e de duas escolas privadas em Florianópolis, SC. Participaram da pesquisa 322 escolares, com idades entre 6 a 14 anos. A avaliação antropométrica constituiu-se dos dados de massa corporal, estatura e circunferência abdominal (CA). Para as classificações de sobrepeso e de obesidade utilizaram-se as referências da International Obesity Taskforce (2000) que leva em consideração o índice de massa corporal. A CA foi classificada de acordo com o risco para desenvolver comorbidades, segundo Fernandez et al (2004). Na escola pública as prevalências de sobrepeso e de obesidade foram de 14% e 7% para os meninos e 9% e 6% para as meninas. Nas escolas privadas as prevalências de sobrepeso e de obesidade foram de 30% e 8% para os meninos e 28% e 5% para as meninas. Quanto a CA, estavam em risco para desenvolver comorbidades 18% dos escolares da escola pública e 28% dos escolares das escolas privadas. Os resultados encontrados estão em concordância com outros estudos nacionais, verificando uma alta prevalência de sobrepeso e de obesidade nos escolares. O sobrepeso e o risco para desenvolver comorbidades foram maiores nas escolas privadas do que na pública. As prevalências de sobrepeso e de obesidade foram maiores nos meninos do que nas meninas. Sugere-se que se façam novas pesquisas investigando o estilo de vida desses escolares e a associação deste com a obesidade e sobrepeso.

4479

14

PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC

MARUÍ WEBER CORSEUIL - Universidade Federal de Santa Catarina

João Marcos Ferreira Lima da Silva - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC

Andreia Pelegrini - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC

Edio Luiz Petroski - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC

A obesidade na adolescência está associada a inúmeras conseqüências adversas e, atualmente, provou ser um fator de risco independente para co-morbidades na idade adulta. Assim, o objetivo do estudo foi diagnosticar a prevalência de sobrepeso e obesidade em adolescentes de Florianópolis, SC. Participaram do estudo 248 adolescentes (95 do sexo masculino e 153 do feminino), com idades de 14 a 19 anos, de uma escola pública da cidade de Florianópolis, SC. As informações referentes ao índice de massa corporal (IMC) foram obtidas através de dados antropométricos (massa corporal e estatura) para classificação do sobrepeso e obesidade, segundo sexo e idade (Conde e Monteiro, 2006). Para a análise dos dados utilizou-se a estatística descritiva (distribuição de freqüência). Os resultados demonstraram uma prevalência de sobrepeso e obesidade de 8,5% e 3,2%, respectivamente. Com relação ao sexo, os valores indicaram prevalências de sobrepeso mais elevadas no sexo masculino (12,6%) quando comparado ao feminino (5,9%). Já a obesidade foi mais elevada nas moças (4,6%) em relação aos rapazes (1,1%) ($p > 0,05$). As evidências encontradas sugerem um baixo índice de adolescentes com sobrepeso e obesidade, porém, diagnósticos precoces de excesso de peso corporal, principalmente em idade escolar, servem de alerta aos profissionais de saúde, com o intuito de desenvolver estratégias que visem à implementação de programas de atividade física na escola, no sentido de conscientizar essa população acerca da importância de um estilo de vida saudável e ativo.

4488

16

PREVALÊNCIA DE DESNUTRIÇÃO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES DA REGIÃO DE COTINGUIBA, SE, BRASIL

ANDREIA PELEGRINI - Universidade Federal de Santa Catarina. CDS/UFSC/NUCIDH

Edio Luiz Petroski - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC

Roberto Jerônimo dos Santos Silva - Universidade Tiradentes, Aracaju, SE – GEPAFIS/UNIT

O objetivo do presente estudo foi verificar a prevalência de desnutrição em crianças e adolescentes da região de Cotiguiaba, SE, Brasil. Participaram do estudo 1.257 crianças e adolescentes, de ambos os sexos, de 7 a 14 anos. Os sujeitos foram divididos em dois grupos etários: crianças (7-9 anos) e adolescentes (10-14 anos). As variáveis mensuradas foram massa corporal e estatura. A classificação da desnutrição foi analisada através dos pontos de corte recomendados pela International Obesity Task Force (Cole et al., 2007), através do índice de massa corporal (IMC), segundo sexo e idade. A desnutrição crônica, progressiva e atual foi considerada como IMC inferior a 16 (Grau 3), entre 16 e 17 (Grau 2) e entre 17 e 18,5 kg/m² (Grau 1), respectivamente. Utilizou-se o teste qui quadrado para comparar a desnutrição, segundo sexo e idade. Na comparação entre duas proporções foi aplicado o teste de significância para diferenças entre as proporções ($p < 0,05$). Os resultados indicaram que 21,7% das crianças e adolescentes apresentaram desnutrição, todavia, a maior prevalência foi encontrada no quadro atual da desnutrição (Grau 1). Verificou-se diferença significativa na desnutrição pregressa (grau 2) entre os sexos, com prevalência mais elevada no sexo feminino quando comparado ao masculino ($p < 0,05$). De acordo com as evidências, conclui-se que, apesar da transição nutricional entre crianças e adolescentes observadas nos últimos anos, é possível identificar ainda em populações com menor desenvolvimento econômico, a presença de desnutrição, a qual ainda pode ser considerada como um problema de saúde pública.

4499

17

ASSOCIAÇÃO ENTRE COLESTEROL TOTAL E CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA EM MULHERES ADULTAS

ROGÉRIO TOSTA DE ALMEIDA - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia / Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva-UEFS

Maura Maria Guimarães de Almeida - Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva-UEFS

Tânia Maria de Araújo - Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva-UEFS
Diva Eleonora da Rocha Lima - Universidade Federal da Bahia

Introdução: O Colesterol Total (CT) elevado tem sido utilizado como marcador de dislipidemias e a Circunferência da Cintura (CC) como variável antropométrica importante em estudos populacionais para o diagnóstico da obesidade central, sendo esta, fator de risco para doenças cardiovasculares, diabetes, dislipidemias e síndrome metabólica. Objetivo: avaliar a associação entre CT e CC em mulheres adultas trabalhadoras. Metodologia: Estudo de corte transversal com 344 funcionárias (20 a 69 anos de idade) de uma Instituição de Ensino Superior. Para testar associação de interesse, inicialmente, realizou-se análise bivariada, utilizando-se o teste t-student e a correlação de Pearson, adotando-se $p \leq 0,05$. Em seguida, realizou-se análise de regressão linear incluindo a variável resposta CT (expresso em mg/dL), a variável preditora CC (expressa em cm) e as co-variáveis idade, número de filhos, renda familiar (em salários mínimos – SM, categorizados em: 1 a 2 SM e >2 SM) e situação conjugal (categorizada em: casadas/união livre e não casadas). Resultados: A média de CT foi de 201,82 mg/dL ($\pm 48,78$) e da CC de 83,3 cm ($\pm 10,5$). Na associação bruta, o CT aumentou, em média, 0,94 mg/dL para o aumento de cada centímetro na CC ($p < 0,001$). Na análise multivariada, o aumento foi de 0,57 mg/dL, para cada centímetro da CC ($p = 0,023$), quando ajustado por idade e número de filhos, variáveis confirmadas como confundidoras da associação principal testada. Conclusão: Após ajuste para fatores de confusão, apesar de reduzida a magnitude, manteve-se a associação entre CT e CC, sendo esta estatisticamente significante. Os resultados sugerem que a CC é um forte preditor de CT elevado.

4526

19

ANÁLISE DA PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM UM GRUPO DE PESSOAS COM DIABETES TIPO 2ALANA MARTINS GONÇALVES - Universidade da Região da Campanha - URCAMP
Jaqueline Copetti - URCAMP

Luciana Brandolt - URCAMP

Cristiano Fernandes Montanha - URCAMP

João Carlos da Silva - URCAMP

O aumento de sobrepeso e obesidade na população em geral tem se tornado um sério problema de saúde pública mundial. A obesidade está frequentemente associada com várias comorbidades endócrinas e metabólicas entre elas o diabetes mellitus. Este estudo teve como objetivo avaliar a prevalência de sobrepeso e obesidade em um grupo de pessoas com diabetes tipo 2. A amostra constituiu-se de 14 pessoas, de ambos os sexos (3 homens e 11 mulheres), com média de idade igual a 61,78 (46 – 76) anos. O grupo participa de um Projeto de Extensão (Movimento e Saúde - Diabéticos), que provém de uma parceria entre a Secretária de Saúde do Município e a Universidade da Região da Campanha – Alegrete. Para a avaliação do estado nutricional dos participantes foi utilizado o cálculo do Índice de Massa Corporal – IMC ($\geq 25 \text{ kg/m}^2$) e a medida da cintura ($\geq 80 \text{ cm}$ para mulheres e $\geq 94 \text{ cm}$ para homens). A partir dos dados coletados observou-se que 7 indivíduos apresentaram sobrepeso e 7 obesidade. No que se refere à adiposidade intraabdominal, estimada pela medida da cintura, foi observado que todos os participantes apresentaram valores de risco para complicações metabólicas e cardiovasculares. A prevalência de sobrepeso e obesidade em indivíduos com diabetes parece refletir a tendência mundial de aumento de peso, associada às complicações resultantes dos inúmeros fatores de risco relacionados à saúde. Portanto, sugerimos a redução do peso corporal, através da prática de atividade física e controle alimentar, possibilitando a diminuição do índice glicêmico, bem como, as dislipidemias e demais doenças associadas.

4513

18

PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE E FATORES ASSOCIADOS EM CRIANÇAS DE 5 A 10 ANOS, ESTUDANTES DO MUNICÍPIO DE MARAVILHA/SC

ELIÉSER FELIPE LIVINALLI - UNOESC - Universidade do oeste de Santa Catarina - Campus São Miguel do Oeste

Andréa Jacqueline Prates Ribeiro - UNOESC - Universidade do Oeste de Santa Catarina – Campus São Miguel do Oeste

Sandra Fachineto - UNOESC - Universidade do Oeste de Santa Catarina – Campus São Miguel do Oeste

A obesidade em crianças está aumentando cada vez mais e vem preocupando pelo risco de doenças a ela relacionadas. Neste trabalho analisamos se o nível sócio-econômico e os hábitos alimentares são fatores que influenciam no desenvolvimento de sobrepeso e obesidade em crianças de 5 a 10 anos, estudantes de Maravilha/SC. Foram analisados 437 alunos, sendo 48,28% do gênero masculino e 51,72% do gênero feminino. Foram coletadas as medidas de massa corporal, estatura e dobras cutâneas triptical e subescapular. Para tanto, o sobrepeso e a obesidade foram definidos através do percentual de gordura de acordo com a tabela de Lohman. Para análise do nível sócio-econômico foi usado o Critério de Classificação Econômica Brasil. Para avaliação dos hábitos alimentares foi usada a Anamnese Nutricional. Para a análise dos dados utilizou-se o programa estatístico Excel, compreendendo a estatística descritiva e a análise de frequência. As crianças do gênero masculino apresentaram maior prevalência tanto de sobrepeso quanto de obesidade quando comparadas ao gênero feminino (10,9% e 9,49%; 7,97% e 8,85%, respectivamente). Tanto no gênero masculino quanto no feminino a classe econômica que predominou foi a Classe C, seguida posteriormente por classes mais altas. Em relação aos hábitos alimentares, o consumo de proteínas ficou dentro das referências, enquanto o de carboidratos apresentou-se acima e o de lipídios abaixo. Assim, podemos dizer que os hábitos alimentares e o nível sócio-econômico podem não ser os principais fatores no desenvolvimento da obesidade. Portanto, a partir desses resultados é possível implementar políticas de ação com esse grupo de risco.

4558

20

PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ESCOLARES DOS ANOS INICIAIS DE UMA ESCOLA PÚBLICA DE CAMPO GRANDE – MS

ALBERTO ZEOLA VIEIRA - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal – Fundação Manoel de Barros

Dandara Boiareno Amorim - Uniderp - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal – Fundação Manoel de Barros

Rafael de Werk - Uniderp - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal – Fundação Manoel de Barros

Paulo Ricardo Martins Nuñez - Uniderp - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal – Fundação Manoel de Barros

Júnior Vagner Pereira da Silva - Uniderp - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal – Fundação Manoel de Barros

A obesidade nos últimos anos tem se tornado um problema de saúde pública, sendo considerada como uma epidemia mundial, uma vez que tem atingido crianças, adultos e idosos. Em relação a criança, a obesidade precoce desencadeia uma série de problemas fisiológicos (comorbidades de intolerância a glicose, dislipidemias, resistência a insulina, hipercolesterolemia e hipertensão), trazendo sérios danos à vida adulta, inclusive mortes prematuras. Assim, este estudo teve por objetivo analisar o nível de prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares de uma escola da rede pública estadual de Campo Grande – MS. Foram avaliados 316 escolares, na faixa etária de 6 a 10 anos, sendo 138 meninos e 178 meninas. A técnica de investigação adotada foi a aferição das medidas antropométricas peso e altura, utilizando a fórmula $\text{IMC} = \text{peso}/\text{estatura}^2$ para determinar o Índice de Massa Corporal. Os resultados mostram que 69,4% das crianças estavam eutróficas, 22,5% com sobrepeso e 6,6% obesas. Quando analisado por gênero, observou-se que as meninas apresentavam percentuais de excesso de peso - sobrepeso (25,2%) e obesidade (8,9%) – mais elevados que os meninos - sobrepeso (18,8%) e obesidade (3,6%). A exemplo do observado em outros estudos nacionais constatou-se que a amostra avaliada apresenta altos índices de excesso de massa corporal, devendo que estratégias de intervenção sejam criadas a fim de amenizar este problema. Considerando que a obesidade é um problema multifatorial, torná-se importante que os projetos de intervenção sejam realizados por equipes multidisciplinares, possibilitando assim mudanças mais eficazes. Palavras-chave: Medidas antropométricas, crianças, saúde pública.

4563

21

PERFIL DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL DE UMA ESCOLA PARTICULAR DE CAMPO GRANDE – MS

JUNIOR VAGNER PEREIRA DA SILVA - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal
Sandro Torales Schulz

Paulo Ricardo Martins Nuñez - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal

A adolescência é o período de transição entre a infância e a vida adulta, onde ocorrem intensas mudanças físicas, psicológicas e sociais influenciadas pelo genótipo e fenótipo do indivíduo. Este estudo teve por objetivo avaliar o perfil corporal de alunos do 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental de uma escola particular de Campo Grande/MS. A pesquisa teve como amostra 96 adolescentes, entre 11 a 14 anos, sendo 48 do sexo masculino e 48 do sexo feminino. Na análise estatística recorreu-se a análise de tendência central (média) e teste t. Os resultados mostram que 80% dos sujeitos encontravam-se eutróficos. Todavia, 15% apresentaram déficit no peso e apenas 5% sobrepeso. Analisando os dados por sexo, verificou que as diferenças entre meninos (4%) e meninas (6%) não eram significantes ($p < 0,05$). Porém, o déficit de peso foi mais acentuado entre o sexo masculino (27%) quando comparado ao sexo feminino (2%), sendo as diferenças estatisticamente significantes ($p < 0,05$). Conclui-se que embora os estudos realizados em âmbito nacional venham apontando altos índices de sobrepeso e obesidade na infância, na população avaliada, os resultados mostram o contrário. Torná-se necessário então que cuidados e providências sejam tomadas em relação aos adolescentes que apresentaram déficit na composição corporal, pois assim como a obesidade, o déficit de composição corporal também pode trazer sérios prejuízos a saúde do indivíduo.

4574

23

PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE NO QUADRO DE OFICIAIS E SARGENTOS DO 3º GRUPO DE ARTILHARIA ANTIÁEREA

VALÉRIA HEYDRICH - Faculdade da Serra Gaúcha
Deivid Neto de Oliveira

Marcelo Alexandre Marcon - Faculdade da Serra Gaúcha
Valdeci Foza - Faculdade da Serra Gaúcha

O presente estudo teve por objetivo investigar a prevalência de sobrepeso e obesidade no quadro de oficiais e sargentos do 3º Grupo de Artilharia Antiaérea de Caxias do Sul/RS. Fizeram parte do estudo 69 militares, com idade média de $31,4 \pm 7,7$ anos. Os avaliados foram submetidos à medida de: massa corporal (MC), estatura (H), circunferências da cintura (CC) e quadril (CQ). Os dados foram coletados durante expediente militar seguindo os protocolos sugeridos por Petroski (1999). Observaram-se as prevalências de sobrepeso e obesidade através dos indicadores ao Índice de Massa Corporal (IMC), Razão Cintura-Quadril (RCQ) e Percentual de Gordura (%G) da OMS e do ACMS. O IMC e o RCQ foram obtidos através de modelos matemáticos ($IMC = MC \cdot H^{-2}$ e $IRCQ = CC \cdot CQ^{-1}$), o %G foi calculado pelo protocolo de Jackson e Pollock (1978) utilizando 7 dobras. Os avaliados apresentaram médias e desvios padrões referentes à $MC = 81,7 \pm 12,4$ kg, $H = 1,76 \pm 0,06$ m, $IMC = 26,5$ kg.m⁻², $RCQ = 0,88 \pm 0,06$ e $\%G = 20,13 \pm 6,18$ %, mostram uma tendência ao sobrepeso e obesidade com o IMC indicado pela OMS a prevalência de sobrepeso e obesidade é igual a 42% e 15%, respectivamente. Quanto ao RCQ os resultados apontam para 52% com risco moderado a doenças coronarianas, enquanto 20% apresentam alto risco. O %G classifica os militares como 35% com sobrepeso e 46% como obesos. Encontrou-se uma prevalência de sobrepeso e obesidade no quadro de sargentos e oficiais no 3º GAAE merecendo atenção por parte dos profissionais da área da saúde e sugere-se a implantação de programas de redução do %G e conscientização dos militares para hábitos de vida saudáveis.

4571

22

CONSUMO DE FRUTAS E VERDURAS DE ADOLESCENTES CATARINENSES

LEANDRO AUGUSTO ROMANSINI - UDESC
Ruy Jornada Krebs - UDESC

Entre os diversos aspectos relacionados ao estilo de vida, a questão da ingestão alimentar tem merecido um destaque especial, uma vez que a adoção de hábitos inadequados tem sido associada ao favorecimento de diferentes doenças, como a obesidade, o diabetes, as doenças cardiovasculares e a hipertensão. As primeiras décadas de vida são um período importante para o estabelecimento de hábitos alimentares saudáveis, assim como a sua manutenção durante a vida adulta, uma vez que aquisições de preferências se concretizam principalmente na adolescência. O objetivo deste estudo foi de verificar os hábitos de consumo de frutas e verduras dos adolescentes participantes da 24ª edição dos Jogos Escolares de Santa Catarina. Participaram do estudo 431 escolares (231 meninos e 200 meninas) com idade média de $13,2 \pm 0,8$ anos, representando 24 municípios. Para coleta dos dados utilizou-se o questionário Global School-Based Student Health Survey (GSHS), que considera que o indivíduo possui um comportamento adequado para a saúde quando o consumo de frutas e verduras é superior a três vezes ao dia na última semana (últimos 7 dias). Para análise dos dados utilizou-se a estatística descritiva. Em relação ao consumo de frutas 55,5% dos meninos e 55,9% das meninas apresentaram um consumo inadequado, quando analisado o consumo de verduras esse percentual foi um pouco maior onde 63,5% dos meninos e 59% das meninas apresentaram um consumo inadequado. Conclui-se que apesar do envolvimento dos adolescentes com o esporte seus hábitos alimentares foram inadequados para a saúde. Sugerindo que os responsáveis tenham uma maior preocupação com a alimentação dos adolescentes para prevenir o surgimento de doenças e que eles possam ter uma boa saúde.

4609

24

O IMPACTO DA SILHUETA RANDÔMICA NA AVALIAÇÃO DA PERCEPÇÃO CORPORAL: UM ESTUDO COM UNIVERSITÁRIOS

SCHELYNE RIBAS DA SILVA - Universidade Estadual de Maringá
Priscila Garcia Marques da Rocha - UEM

Leonardo Pestillo de Oliveira - UEM
Christi Noriko Sonoo - UEM
José Luiz Lopes Vieira - UEM

O objetivo deste estudo foi identificar a percepção da imagem corporal em acadêmicos de educação física da Universidade Estadual de Maringá – Paraná – Brasil. O estudo caracterizou-se como descritivo correlacional. A amostra foi composta por 179 indivíduos sendo 103 mulheres ($21 \pm 2,9$) e 76 homens ($21,7 \pm 3,0$). Para verificação da imagem corporal atual, ideal e escore de discrepância (insatisfação corporal), foi utilizada a escala proposta por Stunkard et. al. (1983) na forma ordenada e randômica (figura ordem = 6, 9, 3, 7, 2, 1, 5, 4, 8), com intervalo de 25 dias entre a aplicação das silhuetas. Para análise dos dados utilizou-se a estatística descritiva, Wilcoxon e correlação de Spearman ($p \leq 0,05$). Os resultados apresentados, para ambos os sexos, mostraram correlação positiva estatisticamente significativa entre todas as variáveis analisadas (IMC; imagem atual percebida, imagem ideal e escore de discrepância nas formas das silhuetas randômica e ordenada), contudo as correlações mais altas aconteceram do IMC com a silhueta randômica para imagem atual percebida ($\rho = 0,754^{**}$, $\rho = 0,694^{**}$) e com a silhueta ordenada para imagem atual percebida ($\rho = 0,749^{**}$, $\rho = 0,661^{**}$). Entre as silhuetas randômicas e ordenadas para imagem atual percebida a correlação estatisticamente significativa foi de $\rho = 0,873^{**}$, $\rho = 0,762^{**}$. Para imagem atual percebida, as silhuetas na forma randômica e ordenada escolhidas com maior frequência foram a 3 (30,1%) para as mulheres e 2 (34,2%) para os homens e a silhueta ideal foi a 2 (45,6%) e 4 (29,1%), respectivamente. Conclui-se que os acadêmicos apresentam uma imagem corporal adequada com relação ao IMC relatado, nas aplicações das silhuetas randômica e ordenada.

4623

25

QUALIDADE DE VIDA DE ADOLESCENTES DE ESCOLAS PARTICULARES

ALEX PINHEIRO GORDIA - Universidade Federal do Paraná
Wagner de Campos - UFPR
Teresa Maria Bianchini de Quadros - UFSC
Rosane Carla Rosendo da Silva - UFSC
Guanis de Barros Vilela Júnior - UEPG/METROCAMP

Nos últimos anos o construto Qualidade de Vida (QV) vem sendo alvo de diversas pesquisas em diferentes populações, sendo que quanto mais cedo forem identificados aspectos prejudiciais à QV, mais eficientes serão as intervenções de ordem primária e secundária. O objetivo deste estudo foi analisar a QV de escolares do município da Lapa, Paraná. A amostra foi composta por 24 adolescentes de ambos os sexos (nove rapazes e 15 moças), com idades entre 14-20 anos, regularmente matriculados na rede particular do ensino médio. O questionário WHOQOL-Bref foi utilizado para avaliar a QV dos participantes. Para a análise do questionário utilizou-se a sintaxe desenvolvida pela equipe australiana do WHOQOL, com os resultados apresentados em uma escala percentual de 0 a 100. A consistência interna das respostas foi analisada através do coeficiente de fidedignidade de Cronbach ($\alpha=0,81$). Os valores percentuais dos domínios do WHOQOL-Bref e da QV geral, expressos em média e desvio padrão, foram: Domínio I – Físico, $73,2 \pm 13,5$; Domínio II – Psicológico, $61,1 \pm 17,8$; Domínio III – Relações sociais, $70,1 \pm 18,5$; Domínio IV – Meio ambiente, $65,2 \pm 8,9$; e QV Geral, $67,4 \pm 11,4$. Os resultados demonstraram que o Domínio Físico apresentou o maior valor percentual entre os domínios, podendo ser considerado o principal contribuinte para melhoria da QV dos adolescentes estudados. Por outro lado, para o Domínio Psicológico foram encontrados os piores resultados, apresentando-se, desta forma, como o ponto mais vulnerável e preocupante da QV dos estudantes investigados. Estes achados indicam que medidas devem ser tomadas para o acompanhamento psicológico destes jovens.

4645

27

EXCESSO DE PESO E NÍVEL SOCIOECONÔMICO DE ESCOLARES DE PONTA GROSSA – PR

LUIZ RODRIGO AUGUSTEMAK DE LIMA - Universidade Estadual de Ponta Grossa
Cassiano Ricardo Rech - Universidade Estadual de Ponta Grossa
Eliane Denise da Silveira Araújo - Universidade Estadual de Ponta Grossa
Rodolfo André Dellagrana - Universidade Estadual de Ponta Grossa
André de Camargo Smolarek - Universidade Estadual de Ponta Grossa

Atualmente o Brasil passa por uma transição nutricional de um quadro de desnutrição para uma elevada prevalência de sobrepeso e obesidade. Um dos fatores que está relacionado com essa realidade é o poder aquisitivo de indivíduos. O objetivo do presente estudo foi analisar a associação entre o nível socioeconômico (NSE) e o estado nutricional de escolares do Centro de Atendimento Integral à Criança e ao Adolescente (CAIC) do município de Ponta Grossa-PR. A amostra foi composta por 297 indivíduos (145 meninos e 152 meninas), com idades entre quatro e 12 anos. Foi utilizado o índice de massa corporal como indicador antropométrico para determinação do estado nutricional, a partir da classificação proposta por Conde e Monteiro (2006), bem como o nível socioeconômico obtido por meio de um questionário padrão respondido pelos pais, classificado através dos critérios da ABEP (2000). Para análise dos dados utilizou-se a estatística descritiva e o teste do qui-quadrado, com o programa SPSS 13.0. A análise dos dados aponta para uma prevalência de excesso de peso (sobrepeso e obesidade) em 21,4% dos meninos e 33,6% das meninas. Entre os meninos 55,2% pertencem à classe socioeconômica A e B, 39,3% à classe C e 5,5% à classe D e E, enquanto que nas meninas estas frequências foram de 61,2%, 38,2% e 0,7%, respectivamente. Observou-se também que houve uma associação positiva entre um elevado NSE e excesso de peso ($p<0,01$). Conclui-se, neste estudo que as meninas apresentaram maiores prevalências de excesso de peso e maior NSE. Ainda observou-se que os indivíduos com maior prevalência de excesso de peso apresentaram um maior nível socioeconômico, tanto em meninos quanto em meninas.

4625

26

AValiação DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DOS PARTICIPANTES DO PROJETO CAMINHADA DA SAÚDE ATRAVÉS DA TÉCNICA DE IMPEDÂNCIA BIOELÉTRICA

FREDERICO LEMOS ARAÚJO - Universidade de Fortaleza
Luciana Zaranza Monteiro - Universidade de Fortaleza
Carlos Antônio Bruno da Silva - Universidade de Fortaleza
Mônica Helena Neves Pereira Pinheiro - Universidade de Fortaleza

A Bioimpedância mede a resistência à corrente elétrica criada pela gordura corporal e massa livre de gordura. O objetivo deste estudo foi avaliar a composição corporal de homens e mulheres participantes do Projeto Caminhada da Saúde da Universidade de Fortaleza através da técnica de impedância bioelétrica. Para tanto foram mensurados 33 voluntários (3 homens e 30 mulheres), com idades entre 39 a 75 anos. O instrumento utilizado foi o aparelho de bioimpedância Modelo 310, onde foram colocados os eletrodos nas extremidades do pé direito e mão direita. Todos estavam em jejum de 4 horas, 24 horas antes não ingeriram café e bebidas alcólicas, não realizaram atividades física extenuantes e não faziam uso de diuréticos. Seguiu-se instruções do manual do equipamento. O Tratamento estatístico utilizado foi a análise descritiva e inferencial (teste t de Student para comparação de homens e mulheres, nível de significância de $p<0,05$). Os resultados médios e as diferenças entre os valores atuais e alvo foram significativos quando representaram níveis de obesidade considerados para ambos os sexos. Mulheres apresentaram para %G valores 54,69, Massa magra (MM) 41,86 Kg, com uma diferença entre valor atual e o alvo desejável 11,96%, atingindo em Kg 9,96. Para os homens valores para %G 26,8, MM 45,5 Kg, e no valor atual e o valor alvo desejável 7,47% e 5,85Kg respectivamente. Conclui-se que, respeitando as limitações de medidas indiretas da composição corporal, de acordo com os parâmetros médios da bioimpedância para faixa etária e gênero (< 19% para os homens e < 23% para as mulheres), os participantes do projeto estão com excesso de gordura corporal e consequentemente com um desequilíbrio entre os componentes da composição corporal.

4647

28

ASSOCIAÇÃO ENTRE ESTADO NUTRICIONAL E ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES DE MARINGÁ-PR

ANNE DAL MAGRO MELLO - Universidade Estadual de Maringá
Augusto César Ferreira de Moraes - Universidade Estadual de Maringá
Carolina Izumi - Centro Universitário de Maringá
Jaqueline Handa - Centro Universitário de Maringá
Valdir Antonio Gonçalves - Centro Universitário de Maringá

A ingestão calórica elevada e a diminuição da atividade física têm sido apontadas como os principais fatores responsáveis pelo aumento da obesidade. O objetivo deste estudo foi identificar a associação do estado nutricional (EN) com os níveis de atividade física habitual (AFH) entre adolescentes de Maringá. Realizou-se um estudo transversal com 170 adolescentes, de 14 a 18 anos, em dois colégios públicos de Maringá-PR. Foram verificadas as variáveis: nível de atividade física, peso, altura e, posteriormente, calculou-se o índice de massa corporal (IMC). O estado nutricional foi classificado segundo Cole et al. (2000) e optou-se por agrupar os adolescentes sobrepesados e obesos, denominando-os como excesso de peso. Os níveis de AFH foram estimados através de um questionário anônimo e auto-aplicado em sala de aula e determinado utilizando-se o IPAQ modificado para adolescentes. Para comparar a prevalência das variáveis entre os sexos utilizou-se o teste de qui-quadrado e a razão de odds (RO), com intervalo de confiança de 95% (IC95%), foi utilizada para analisar a relação entre as variáveis identificadas. A prevalência de rapazes e moças com excesso de peso foi de 8,4% e 10,5%, respectivamente. Os rapazes apresentam melhores níveis de AFH em relação às moças, apresentando significância estatística ($p=0,00002$), entretanto, o sedentarismo não se associou com o EN ($RO=0,7$; $IC95%=0,22-22,2$). De acordo com os resultados, os rapazes têm maior probabilidade de ser fisicamente ativos o que pode evitar o excesso de peso corporal.

4686

29

ESTADO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS DO INSTITUTO JOÃO XXIII DO MUNICÍPIO DE PONTA GROSSA, PR

ANDRÉ DE CAMARGO SMOLAREK - Universidade Estadual de Ponta Grossa
Elton Bonfim Gomes - UEPG
Luiz Rodrigo Augustemak - UEPG
André Geraldo Brauer - UEPG
Cassiano Ricardo Rech - UEPG

Atualmente o estado nutricional vem sendo alvo de vários estudos em crianças e adolescentes, pois sua análise possibilita reportar informações referentes ao seu crescimento e desenvolvimento físico, de acordo com a sua faixa etária, tendo em vista alertar possíveis disfunções que o indivíduo pode desenvolver em relação à sua saúde. Neste sentido, o objetivo deste estudo foi diagnosticar o estado nutricional de crianças do Instituto João XXIII da cidade de Ponta Grossa, PR. A amostra foi constituída de 57 meninos com idade de $12,95 \pm 1,55$ anos. Foram mensuradas as variáveis de massa corporal (MC) e estatura (E) e calculado o escore Z de Peso para a idade (P/I) e estatura para a idade (E/I) de acordo com os critérios do CDC (2000). O escore Z menor que dois foi estabelecido como baixo peso e baixa estatura, já o escore Z maior que dois estabelece obesidade. Para a análise dos dados utilizou-se a análise descritiva (média e desvio-padrão e frequência). Os resultados apresentaram uma média para MC de $38,79 \pm 9,68$ kg com prevalência de 5,3% de indivíduos com baixo peso. A baixa estatura foi observada em 24,6% da amostra analisada com um valor médio de $145,71 \pm 10,66$ cm para a estatura. A maior prevalência de baixa estatura está relacionada com um quadro de desnutrição pregressa, ou seja, um caso de déficit de crescimento estatura. Conclui-se que houve uma baixa prevalência de baixo peso, entretanto um alto índice de indivíduos com baixa estatura. Recomenda-se uma intervenção clínica no grupo, uma vez que os mesmos apresentam uma elevada prevalência de baixa estatura.

4712

31

EFEITOS DO TREINAMENTO COM CAMINHADA/CORRIDA AQUÁTICA EM SUSPENSÃO NA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES OBE-SOS

ARMANDO FERREIRA DA FONSECA JÚNIOR - Universidade Federal do Paraná
Jean Fuzetti Cavazza - Universidade Federal do Paraná
Leilane Lazarotto - Universidade Federal do Paraná
Maria de Fátima Aguiar Lopes - Universidade Federal do Paraná
Patrícia Camilo - Universidade Federal do Paraná

O exercício físico aquático tem sido apontado como uma das formas de prevenção e tratamento da obesidade. O objetivo deste estudo foi verificar as alterações na composição corporal de crianças e adolescentes obesos após treinamento de caminhada/corrída aquática em suspensão (CAS). Participaram 19 crianças e adolescentes de 9 a 17 anos. Mensuraram-se na fase inicial e após 12 semanas: massa corporal (MC), estatura (E) e a composição corporal pelo método de bioimpedância com um aparelho da marca Maltron modelo BF 906. O programa de exercícios foi composto por três sessões semanais com duração de 60 minutos, sendo 5 minutos de aquecimento, 45 minutos de CAS e 10 minutos de recreação. A intensidade foi determinada através de teste de esforço realizado na água, estabelecendo-se a Frequência Cardíaca (FC) de treinamento, controlada e registrada a cada 15 minutos de aula. A intensidade foi de 35% a 75% da F. cardíaca de reserva. Para a análise dos resultados utilizou-se o teste "t" considerando significativo $p \leq 0,05$. Não foram encontradas diferenças significantes para a MC, enquanto que a E foi maior e o índice de massa corporal (IMC) foi menor ao final do programa. Também se constatou redução da gordura corporal relativa e aumento da massa corporal magra. Os resultados indicam que o programa de CAS quando realizado com uma frequência semanal adequada e intensidade de exercício monitorada pode resultar em importantes modificações na composição corporal de crianças e adolescentes obesos. Sugerem-se novos estudos com a prática da CAS em obesos de outras faixas etárias, assim como em outras populações especiais.

4706

30

OBESIDADE EM CRIANÇA E ADOLESCENTE: MATURAÇÃO E PERFORMANCE MOTORA

SILENE BARBOSA MONTORO - Depto. de Pediatria / Faculdade de Ciências Médicas / Unicamp.
Roberto Teixeira Mendes - Depto. de Pediatria / Faculdade de Ciências Médicas / Unicamp
Miguel de Arruda - Faculdade de Educação Física/Unicamp
Antônio Barros Filho - Depto. de Pediatria / Faculdade de Ciências Médicas / Unicamp
Angélica Maria Bicudo Zeferino - Departamento de Pediatria / Faculdade de Ciências Médicas/ Unicamp

A obesidade e doenças associadas vêm aumentando na infância e adolescência. Há necessidade de se desenvolver serviços de atendimento especializado para os casos mais graves. O Ambulatório de Obesidade na Criança e Adolescente do HC/ Unicamp atende pacientes de 3 a 19 anos, com IMC \geq percentil 95 da curva do CDC. O atendimento envolve médicos, nutricionista, psicólogo e educador físico. Este trabalho apresenta a avaliação inicial da performance desses pacientes, base para o acompanhamento da evolução de sua capacidade física. Foi utilizado o teste de "vai-e-vem" (Course – Navette), proposto por Leger e Lambert. Sujeitos: 35 meninos e 30 meninas. Resultados expressos em média de metros percorridos por faixa etária: meninos 7a=220m; meninas 9a=265m; meninos 9a=240m; meninos 10a=280m; meninas 10a=310m; meninos 11a=295m; meninas 11a=300m; meninos 12a=325,7m; meninas 12a=360m; meninos 13a=305m; meninas 13a=280m; meninas 14a=232m (idades com um único sujeito não estão descritas). Conclusão: (1) o teste "vai e vem" é aplicável na avaliação de crianças obesas; (2) em média, para uma mesma faixa etária até aos 12 anos de idade, as meninas apresentaram performance melhor do que os meninos.

4714

32

ANÁLISE DA PROPORÇÃO DE ESCOLARES COM INDICADORES DE SOBREPESO E OBE-SIDADE EM UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO DA CIDADE DE MARINGÁ/PR

PAULO TSUNETTA - Colegio Marista de Maringá
Augusto César Ferreira de Moraes - Faculdade Integrada de Campo Mourão
Fabio Ricardo Acêncio - Colégio Marista de Maringá
Silvio César Gonçalves - Colégio Marista de Maringá
Melaine Mota Macedo - Colégio Marista de Maringá

O processo de transição nutricional, da desnutrição a obesidade, na população pediátrica têm aumentado significativamente durante as últimas décadas, indicando uma "epidemia" global. Assim sendo, avaliar a proporção de escolares com indicadores de sobrepeso e obesidade é considerado o primeiro passo para o desenvolvimento de ações efetivas e sustentáveis na promoção da saúde. O presente estudo tem como objetivo avaliar a proporção de escolares com indicadores de sobrepeso e obesidade com idade entre 7 a 14 anos, de ambos os gêneros de um estabelecimento de ensino da cidade de Maringá – PR. A amostra constituiu-se de 785 escolares de ambos os gêneros (400 feminino e 385 masculino). A coleta de dados foi realizada no período de junho/julho de 2007, pelos autores do estudo. As medidas antropométricas mensuradas foram massa corporal e estatura. Para a determinação do índice de massa corporal (IMC), utilizamos a equação (peso/altura²). Para diagnóstico do sobrepeso e obesidade utilizou-se os critérios sugeridos por Cole et al.(2000). Para análise estatística utilizou-se o pacote computadorizado Statistica®, versão 7.0. Utilizou-se de tabelas de contingência, teste de qui-quadrado (χ^2) com nível de significância de $p < 0,05$. Encontrou-se proporção (%) de indicadores de sobrepeso e obesidade de 21,29% e 5,90% e 26,9% e 7,22% respectivamente gênero feminino e masculino ($p=0,0173$). O gênero masculino apresentou um crescimento sistemático nos índices a partir dos 10 anos, e o gênero feminino apresentou diminuição sistemática dos índices na adolescência. Esses resultados apontam para a necessidade de um modelo de atenção à saúde, que contemple ações eficazes para a sua prevenção e controle.

ASSOCIAÇÃO ENTRE APTIDÃO FÍSICA E ESTADO NUTRICIONAL EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES OBRASAS E NÃO OBRASAS

VITOR HUGO STELLE - Universidade Estadual de Londrina
 Maria do Carmo Silva - Universidade Estadual de Londrina
 Raquel de Melo Martins - Universidade Estadual de Londrina
 Rômulo Araújo Fernandes - Universidade Estadual de Londrina
 Enio Ricardo Vaz Ronque - Universidade Estadual de Londrina

A obesidade em crianças e adolescentes vem crescendo em ritmo alarmante e pode ser considerada como um importante fator de risco no desencadeamento de futuras doenças. Por outro lado, baixos índices nos indicadores da aptidão física relacionada à saúde têm sido apontados como um dos principais fatores que influenciam no aumento da gordura corporal. Sendo assim, o objetivo desse estudo foi analisar a associação entre indicadores da aptidão física relacionada à saúde em crianças e adolescentes obesas e não obesas. A amostra foi composta por 548 crianças e adolescente (sete a 15 anos) com idade média de 11,5+2,29, residentes em Presidente Prudente-SP. A estimativa do estado nutricional foi mediante os pontos de corte do IMC (Cole et al., 2000). Foi aplicada uma bateria de testes motores (flexibilidade, abdominal e corrida) e utilizados os pontos de corte sugeridos pelo Physical Best (1988). O tratamento estatístico foi composto pela análise da regressão logística, expressa por valores de razão de chance (RC), que estimou a associação entre a presença da obesidade e o desempenho nos testes. Valores de $p < 0,05$ foram considerados significativos estatisticamente. Os resultados encontrados indicaram que, para flexibilidade, não houve associação significativa ($p = 0,254$), indicando que não há associação entre o IMC e a baixa flexibilidade. Entretanto, os resultados obtidos nos testes de abdominal ($RC = 3,6$; $p = 0,015$) e corrida ($RC = 15,8$; $p = 0,007$) demonstram a existência de uma associação (quanto maior o IMC, menor o desempenho nestes testes). Desta forma, podemos concluir que a flexibilidade não é influenciada pela gordura corporal, porém, as outras aptidões físicas apresentam um menor escore em indivíduos obesos.

ESTUDO DO ESTADO NUTRICIONAL DE ESCOLARES DE 5 A 12 ANOS DA CIDADE DE PUERTO IGUAZÚ – MISSIONES – ARGENTINA

BRUNO GUILHERME MORAIS PAGAN - Universidade Estadual de Maringá - UEM

Estudos realizados recentemente constataram que tem ocorrido um aumento da prevalência de obesidade entre crianças e adolescentes nas últimas quatro décadas. Desta forma, determinar a composição corporal de crianças é importante por ser um indicador para o monitoramento das alterações do desenvolvimento e do nível de gordura corporal (Heyward e Stolarczyk, 1996). Este estudo teve como objetivo avaliar a composição corporal de escolares de 5 a 12 anos por meio dos índices referentes ao IMC e de % de Gordura. A amostra deste estudo foi composta de 137 crianças, de 5 a 12 anos, sendo 50 meninas e 87 meninos, sendo estas de duas escolas da cidade de Puerto Iguazú. As avaliações foram realizadas de acordo com as orientações de Petroski (2003), sendo o IMC classificado segundo Conde e Monteiro (2006). O cálculo do percentual de gordura foi realizado por meio da equação proposta por Lohman (1987). Obteve-se que a média de idade da foi de $7,69 \pm 1,87$, de peso $29,11 \pm 10,64$, estatura $1,28 \pm 0,16$, IMC $16,89 \pm 3,07$ e percentual de gordura $20,21 \pm 11,07$. De acordo com o IMC, 1% dos meninos apresentaram um estado de baixo peso, 76% peso normal, 20% excesso de peso e 3% obesidade. A amostra feminina apresentou 6% de baixo peso, 58% peso normal, 32% excesso de peso e 4% obesidade. De acordo com o % de gordura 76% dos meninos apresentaram nível ótimo e 26% moderadamente alto, já as meninas, 40% apresentou nível baixo e 60% ótimo. Conclui-se com este estudo que de acordo com os critérios de avaliação propostos a maioria desta população apresenta valores normais, sendo também constatados casos de desnutrição e obesidade o que pode acarretar no surgimento de doenças, que deveria estar entre as mais altas prioridades de saúde pública.

ASSOCIAÇÃO ENTRE INDICADORES DE SOBREPESO E OBESIDADE EM UM PROGRAMA DE ATIVIDADES FÍSICAS

SABRINA RIBEIRO JORGE - UFPR
 Priscilla Bertoldo Santos - UFPR
 Cesar Macuco - UFPR
 Larissa Rosa da Silva - UFPR
 Julimar Luiz Pereira - UFPR

A preocupação com o avanço e prevalência da obesidade tem aumentado em todas as faixas etárias. Com a preocupação mundial em se desacelerar esse processo degenerativo, diversas metodologias tem sido sugeridas para identificar situações de risco de obesidade e sobrepeso. O objetivo deste estudo foi verificar a associação de alguns indicadores de obesidade e sobrepeso em crianças, adolescentes e adultos participantes de um programa de atividades físicas desenvolvido no Balneário de Barra do Sul/SC durante verão de 2007. Foram avaliados 210 indivíduos de ambos os sexos na faixa etária compreendia entre 6 a 69 anos. Foi mensurado peso, estatura, circunferência de cintura-CINT e dobras cutâneas para predição da gordura corporal-GC, conforme protocolos específicos para cada grupo populacional. Na análise estatística aplicou-se correlação de Pearson com $p \leq 0,001$ para verificação das associações. Os resultados encontrados apontaram para uma correlação positiva entre IMC e CINT ($r = ,843$), IMC e GC ($r = ,622$), CINT e GC ($r = ,605$). Todos os indicadores apresentaram associação também com o avanço da idade. Conclui-se verificando que na população estudada, os indicadores mais comumente utilizados para condições de sobrepeso e obesidade apresentaram significativa correlação entre si, assim como também verificou-se um aumento na prevalência da obesidade com o avanço da idade.

INCIDÊNCIA DE OBESIDADE E EXCESSO DE PESO ENTRE ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO NA CIDADE DE CURITIBA

KARINI BORGES DOS SANTOS - UFPR
 Carlos André Paes - UFPR
 Larissa Rosa da Silva - UFPR
 Priscilla Bertoldo Santos - UFPR
 Julimar Luiz Pereira - UFPR

A obesidade tornou-se um dos maiores problemas de saúde das sociedades contemporâneas. O aumento na prevalência de sobrepeso em adultos faz com que cresça a preocupação com o controle de peso entre as crianças e os adolescentes. O objetivo deste estudo foi verificar a incidência de obesidade e excesso de peso entre os estudantes do Ensino Médio, residentes na cidade de Curitiba. Fizeram parte da amostra 102 estudantes (68 meninas e 34 meninos) com idades entre 14 e 17 anos, que visitaram a Feira de Cursos Profissionalizantes, realizada pela Universidade Federal do Paraná, nos anos de 2005 e 2006. Foram mensurados: peso, estatura e IMC. Para classificação dos resultados utilizou-se as curvas propostas pelo Center for Disease Control and Prevention-CDC. Os resultados não evidenciaram índices de obesidade entre as meninas e apontaram uma incidência de 2,8% para o excesso de peso. Para os meninos, observou-se uma prevalência de obesidade de 5,8% e um excesso de peso de 8,5%. As diferenças de resultados entre os sexos não condizem com a literatura pesquisada, sendo característica específica da amostra.

4821

37

INCIDÊNCIA DE OBESIDADE E SOBREPESO EM BANHISTAS DE BARRA DO SUL EM SANTA CATARINA

LARISSA ROSA DA SILVA - UFPR
 Karini Borges dos Santos - UFPR
 Priscilla Bertoldo Santos - UFPR
 Sabrina Ribeiro Jorge - UFPR
 Julimar Luiz Pereira - UFPR

A obesidade aumentou consideravelmente nos últimos anos, atualmente são cerca de 150 milhões de obesos no mundo. No Brasil a ABESO, sugere que 40% da população brasileira apresentam sobrepeso. O objetivo deste estudo foi identificar a prevalência de obesidade e sobrepeso em banhistas de Barra do Sul. Realizaram-se avaliações em 143 indivíduos adultos, sendo 41 do sexo masculino e 102 do sexo feminino, faixa etária compreendida foi de 18 a 70 anos, foram mensurados peso, estatura, circunferência de cintura e dobras cutâneas. Para o cálculo do percentual de gordura foi utilizado o protocolo de Faulkner (1968) para homens e Jackson et al (1980) para mulheres, e para a classificação de obesidade e excesso de peso tomamos como referência os valores propostos por Heyward e Stolarczyk (1996). Os indivíduos avaliados apresentaram 54,5% de sobrepeso e 18,2% de obesidade, analisando por gênero os homens apresentaram 56% de sobrepeso e 4,8% obesidade, já as mulheres 53,9% apresentaram sobrepeso e 23,5% apresentaram obesidade. Em relação ao sexo os homens apresentaram maior prevalência de excesso de peso do que as mulheres, o que difere de outros estudos, já a incidência de obesidade foi mais elevada nas mulheres do que em homens. Verificou-se que a prevalência de obesidade e excesso de peso identificado aproximou-se dos valores encontrados na literatura. Conclui-se que a incidência de obesidade e sobrepeso foi elevada nessa população, apesar de se tratar de banhista que, normalmente, têm uma preocupação maior com a estética. Os resultados sugerem uma situação de excesso de peso corporal preocupante.

4841

39

AUTOPERCEPÇÃO DE ADOLESCENTES OBESOS REFERENTE AOS ASPECTOS DA APARÊNCIA E AUTOESTIMA

DÉBORA DE PINHO FREITAS - Universidade Estadual de Maringá
 Tatiane Aparecida Ribeiro da Silva - Universidade Estadual de Maringá
 Bruno Guilherme Moraes Pagan - Universidade Estadual de Maringá
 Fabiana Alonso Rocha - Universidade Estadual de Maringá
 Nelson Nardo Junior - Universidade Estadual de Maringá

Adolescência pode ser caracterizada como uma fase de grandes conflitos emocionais, psicológicos e sociais devido às transformações fisiológicas, biológicas e comportamentais próprias dessa fase da vida. O que pode ser agravado mediante o excesso de peso e obesidade, já que esta modificação corporal é tida como negativa em relação aos padrões estéticos estabelecidos pela sociedade atual. O objetivo deste trabalho foi analisar a autopercepção de adolescentes obesos em relação à aparência (AP) e a autoestima (AE) e verificar a correlação entre essas escalas. Participaram deste estudo 41 adolescentes ingressantes de um programa de tratamento multiprofissional da obesidade (PMTO). A verificação da autopercepção foi obtida por meio do questionário PSDQ, o qual contempla 11 escalas. No entanto, para este estudo utilizou-se apenas 2 escalas que envolvem os aspectos relacionados a aparência e a autoestima. A associação entre as escalas do instrumento foi obtida pela correlação de Pearson. Os resultados do PSDQ podem ser classificados em quatro conceitos (ótimo, bom, regular e ruim). Em relação à aparência, 14,6% dos adolescentes se auto avaliou como "ótima", 56,1% consideraram sua aparência boa. As avaliações regular e ruim foram apontadas por 19,6% e 9,7% respectivamente. Já em relação à autoestima, 34,2%, 58,5% e 7,3% mostraram se como ótimo, bom e regular respectivamente, sendo que para esta escala não foi encontrado o conceito ruim. Foi observado correlação significativa entre as escalas para $p < 0,01$. Aparentemente, apesar do elevado IMC os adolescentes não apresentam problemas com a aparência e autoestima, o que possivelmente poderá contribuir para os bons resultados do programa.

4839

38

PREVALÊNCIA DE OBESIDADE EXTREMA ENTRE ADOLESCENTES PARTICIPANTES DO PROGRAMA DE TRATAMENTO MULTIPROFISSIONAL DA OBESIDADE

GLAUCO BARNEZ PIGNATA CATTAI - Universidade Estadual de Maringá
 Débora de Pinho Freitas - Universidade Estadual de Maringá
 Fabiana Alonso Rocha - Universidade Estadual de Maringá
 Luzia Jaeger Hintze - Universidade Estadual de Maringá
 Nelson Nardo Junior - Universidade Estadual de Maringá

A pandemia da obesidade já ultrapassa as barreiras da idade, e tem acometido um grande número de crianças e adolescentes. Estudos apontam que o desenvolvimento da obesidade durante essas fases da vida aumenta sua incidência na fase adulta, bem como as doenças a ela relacionadas. Diante disso o presente estudo visa apontar a prevalência de obesidade extrema e os indicadores de risco cardiovasculares (RC) entre adolescentes ingressantes de um programa de tratamento multiprofissional da obesidade (PTMO). Participaram deste estudo 35 adolescentes ingressantes do PTMO, a classificação da obesidade e da obesidade extrema foi obtida pelos pontos de corte do IMC sugeridos por Freedman, et al (2007) e o indicativo do RC pela circunferência da cintura (CC) de acordo com os valores definidos por Katzmarzik (2004). A média de idade do grupo foi de 13,2 ($\pm 1,58$) anos, no que se refere ao peso e estatura os valores médios encontrados foram respectivamente 81,0 ($\pm 11,65$) Kg e 1,61 ($\pm 0,06$) m. O IMC médio apresentado foi de 31,2 ($\pm 3,57$) Kg/m², sendo que ao ser avaliado individualmente encontramos uma prevalência de 20% de obesidade extrema, 74,3% de obesidade e apenas 5,7% de sobrepeso. Os valores médios das circunferências da cintura e quadril foram 91,6 ($\pm 8,02$) cm e 110,7 ($\pm 7,31$) cm respectivamente, já a RCQ foi de 0,83 ($\pm 0,06$) cm. Seguindo os pontos de corte do indicativo de RC todos os avaliados demonstraram alto RC. Mediante esses resultados podemos concluir que a obesidade na adolescência está fortemente relacionada ao aumento do indicativo de RC. Além disso, nota-se que o número de casos de obesidade extrema tem crescido também em adolescentes e um PMTO é decisivo para esses casos.

4843

40

DISPÊNDIO ENERGÉTICO LÍQUIDO NO TREINO CONCORRENTE EM MULHERES COM EXCESSO DE PESO

RONEI SILVEIRA PINTO - Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS)
 Maria José Valamatos - FMH.Universidade Técnica de Lisboa
 Elvis Carnero - FMH.Universidade Técnica de Lisboa
 Pedro Mil-Homens Santos - FMH.Universidade Técnica de Lisboa
 Luís Bettencourt SARDINHA - FMH.Universidade Técnica de Lisboa

A obesidade e o excesso de peso constituem-se atualmente um problema de saúde pública e afetam indivíduos de diferentes idades em ambos os gêneros. A prática da atividade física tem sido utilizada como uma das principais estratégias utilizadas no controle destas epidemias, sendo que o impacto do dispêndio energético promovido por este tipo de intervenção parece promover importantes modificações na composição corporal. O objetivo deste estudo foi avaliar o dispêndio energético líquido (DEL_{liq}), em quilojoules (kJ), em resposta a uma sessão de treino em que foram associados exercícios aeróbio e de força. Para tal, um grupo de 13 mulheres com excesso de peso (35 \pm 8 anos de idade, IMC 29.3 \pm 3.6 kg/m²; MLG 44.8 \pm 4.7kg) foi submetido a uma sessão de treino físico que envolveu exercícios aeróbio e de força associados. O consumo de oxigênio foi avaliado em condições de repouso (TMR), durante a sessão de treino e após o encerramento da mesma (EPOC), através de um sistema de calorimetria indireta (Cosmed k4b2). O DEL_{liq} foi estimado usando um valor constante de 21.1 kJ por litro de oxigênio consumido durante os exercícios de força e período de recuperação, e o equivalente metabólico relativo ao QR durante as fases aeróbias da sessão de treino, valores estes que excederam os valores de repouso. Os valores relativos à MLG, avaliada através da DXA, foram utilizados para relativização dos resultados. Foi utilizada a estatística descritiva e a análise de variância ANOVA para medidas repetidas. Os resultados mostram que o DEL_{liq} decorrente da realização da sessão de treino foi de 1316.56 \pm 233.6 kJ e que, quando relacionado à MLG, foi de 29.4 \pm 233.6 kJ.kgMLG⁻¹, fato que caracterizam esta sessão como de intensidade moderada (\approx 8 METs).

4852

41

RELAÇÃO ENTRE O LAZER DIGITAL E INDICADOR NUTRICIONAL EM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC

NATHALIA CRISTINA MATOS - Universidade Federal de Santa Catarina
 Karoliny Debiasi Ghedin - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
 João Marcos Ferreira Lima da Silva - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
 Andreia Pelegrini - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
 Edio Luiz Petroski - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC

O comodismo gerado pela era do lazer digital tem induzido as pessoas a permanecerem envolvidas um maior tempo em atividades passivas, caracterizado como um dos motivos pelo aumento do número de pessoas consideradas inativas fisicamente. Esta condição pode causar sobrepeso e, conseqüentemente, acarretar agravamento de doenças crônico-degenerativas. O presente estudo buscou analisar a relação entre o lazer digital (LD) (tempo dedicado aos jogos eletrônicos, acesso aos sites de relacionamento e bate-papo) e o estado nutricional (índice de Massa Corpórea - IMC), em adolescentes do ensino médio de Florianópolis, SC. Foram pesquisados 241 escolares (150 do sexo masculino e 91 do feminino), de 14 a 19 anos (16,03±0,95 anos), do ensino médio de uma escola estadual de Florianópolis, SC. Os alunos foram questionados quanto ao tempo, em minutos, dedicado por dia às atividades de LD. O estado nutricional foi determinado pelo IMC, através dos valores de 25 e 30 kg/m², para a classificação de sobrepeso e obesidade, respectivamente. A análise dos dados foi realizada através de estatística descritiva e correlação linear de Spearman ($p < 0,05$). Constatou-se que a média de tempo dedicado a LD foi de 180+147 min, sendo 201+161 minutos no sexo masculino e 167+136 minutos no feminino ($p > 0,05$). A prevalência de excesso de peso foi de 14,3% no grupo masculino e 10,7% no feminino. Os resultados não demonstraram correlações significativas entre o tempo dedicado ao LD e o estado nutricional em ambos os sexos. De acordo com as evidências encontradas, conclui-se que, o LD não foi um fator determinante para influenciar o estado nutricional, todavia, outros fatores comportamentais podem ter influenciado de forma mais expressiva no estado nutricional.

4864

43

AVALIAÇÃO DA INCIDÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ESCOLARES: UTILIZAÇÃO DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL

JOSIAS FERREIRA DA SILVA - UNIDERP
 Antonia Dalla Pria Bankoff - Unicamp
 Maria Beatriz Rocha Ferreira - Unicamp

A obesidade vem aumentando de forma alarmante, sendo considerada a muito tempo uma verdadeira epidemia mundial, atingindo todas as faixas etárias, especialmente as crianças. O objetivo deste trabalho foi avaliar a concordância entre o índice de massa corporal segundo padrão internacional e indicadores de adiposidade no diagnóstico de sobrepeso e obesidade em escolares. Para tanto, realizou-se estudo numa escola da rede pública estadual, na periferia da cidade de Campinas, como fonte de estudos, discussões oriundas da disciplina Estudos Independentes de Antropologia Bio-Cultural e Motricidade Humana - FEF/UNICAMP, no 2º Semestre de 2006. Após estes estudos foi efetuada avaliação de peso e estatura através de balança antropométrica com toesa - Filizola sendo avaliados 428 escolares de 12 a 14 anos de idade, de ambos os sexos, seguida da classificação das crianças eutróficas, com baixo peso, sobrepeso ou obesidade segundo índice de massa corporal por idade. (Cole, 2000). Resultados: A prevalência de sobrepeso e obesidade foi de 21,2% nas meninas e 18,8% nos meninos. A porcentagem de gordura corporal média nas crianças normais (17,7%) foi significativamente diferente da observada nas crianças com sobrepeso (27,0%) e obesidade (29,4%) ($p < 0,02$). Conclui-se que o uso do índice de massa corporal por idade, baseado em padrão internacional, mostrou-se adequado para o diagnóstico de sobrepeso e obesidade na faixa etária estudada, apresentando boa concordância com a adiposidade. Palavras chave: Escolares, Sobrepeso, Obesidade, IMC.

4853

42

ASSOCIAÇÃO ENTRE PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E ESTADO NUTRICIONAL EM ADOLESCENTES DA CIDADE DE FLORIANÓPOLIS, SC

JULIANA TELLES DE CASTRO - Universidade Federal de Santa Catarina
 Fernanda Fauth - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
 Andreia Pelegrini - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC – Bolsista CAPES
 João Marcos Ferreira Lima da Silva - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC
 Edio Luiz Petroski - Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano – NUCIDH/CDS/ UFSC

A percepção da imagem corporal e o estado nutricional são fatores preponderantes na aceitação do adolescente e podem gerar atitudes inadequadas prejudicando o crescimento e desenvolvimento. Assim, o objetivo do presente estudo foi verificar a associação entre percepção da imagem corporal e estado nutricional em adolescentes. Foram avaliados 237 adolescentes (88 do sexo masculino e 149 do feminino) com idades de 14 a 19 anos, de uma escola pública de Florianópolis, SC. As variáveis antropométricas foram massa corporal e estatura. O sobrepeso e a obesidade foram determinados através dos pontos de corte igual ou superior a 25 e 30 kg/m², respectivamente, segundo o índice de massa corporal (IMC). A percepção da imagem corporal (PIC) foi realizada através das silhuetas corporais, classificadas em 4 categorias: baixo peso (1), normal (2-5), sobrepeso (6-7) e obesidade (8-9). A análise estatística foi realizada através do teste qui-quadrado ($p < 0,05$). Os resultados demonstraram que a maioria dos adolescentes do sexo masculino foi classificada com peso normal pelo IMC e pela PIC, entretanto, verificou-se que 6,6% dos adolescentes classificados com IMC normal, apresentaram baixo peso pelas silhuetas corporais. No sexo feminino, observou-se que a maioria das adolescentes foi classificada concomitantemente por ambas as classificações (IMC e PIC) com eutrofia. Quanto ao excesso de peso, 86,7% das adolescentes apresentaram eutrofia pela PIC, todavia, estavam com excesso de peso pelo IMC, e apenas 13,3% foram classificadas com excesso de peso tanto pela PIC quanto pelo IMC. De acordo com as evidências, conclui-se que houve uma subestimativa do estado nutricional de acordo com a percepção da imagem corporal, independentemente do sexo.

17 DE NOVEMBRO – TARDE – TEMAS LIVRES

SALA GOIABEIRA – ÁREA TEMÁTICA 2: AMBIENTE E PROMOÇÃO DA SAÚDE

4321

001

A INFLUÊNCIA DO SUPORTE SOCIAL DOS AMBIENTES FAMILIAR E ESCOLAR NO SOBREPESO E OBESIDADE DE ADOLESCENTESJACQUELINE MARCHAR - PUCPR
Ciro Romélio Rodríguez Añez - PUCPR

A obesidade é considerada um fator de risco para diversas doenças. Estudos afirmam que a prevalência de obesidade na adolescência vem aumentando nas últimas décadas e que o ambiente exerce grande influência nos fatores que são apontados como desencadeadores desta condição. Por isso o objetivo deste estudo foi analisar a influência do suporte social dos ambientes familiar e escolar no sobrepeso e obesidade de adolescentes de uma escola da rede pública da cidade de Curitiba. A pesquisa foi definida como um estudo de caso-controle. A amostra foi composta por 153 adolescentes, dos quais 51 formaram os casos e 102 os controles. A escola foi selecionada de maneira intencional, sendo realizado um sorteio entre as turmas de ensino médio. A seleção dos casos foi de maneira não aleatória, pois foram convidados a participar todos os escolares classificados com sobrepeso ou obesidade. Foi utilizado o IMC de acordo com os pontos de corte sugeridos por Cole et al. para classificação da composição corporal dos adolescentes e para o levantamento das informações foi utilizado um questionário auto-reportado de caráter retrospectivo. Para a verificação do efeito das variáveis independentes na variável dependente utilizou-se a regressão logística para um nível de significância de 5%. Ao analisar o suporte social no ambiente familiar por meio da regressão logística, controlando o sexo e a idade observou-se que a presença deste aumenta em 2,6 vezes a chance de sobrepeso ($p < 0,008$). No ambiente escolar não foi possível observar efeito significativo nesta influência. Este achado é contraditório com o esperado que era de que o suporte familiar para a atividade física diminui as chances de sobrepeso, pois aumentaria a prática de exercícios.

4339

003

ASSOCIAÇÃO ENTRE AMBIENTE E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADULTOSTALES EMILIO COSTA AMORIM - ESEF/UFPEl
Mario Renato Azevedo - UFPEl
Airtón José Rombaldi - ESEF/UFPEl
Pedro Curi Hallal - ESEF/UFPEl

A compreensão dos fatores associados à prática de atividade física tornou-se prioridade em saúde pública, com o aumento proporcional das doenças crônicas e diminuição das morbidades infecciosas. Estudos recentes têm apontado que o ambiente exerce efeito sobre o nível de atividade física populacional, embora existam poucos dados de países em desenvolvimento. O objetivo deste estudo foi avaliar a associação entre ambiente e atividade física, avaliada com a versão longa do Questionário Internacional de Atividade Física. Os dados ambientais foram medidos com uma versão modificada do questionário NEWS. Foram entrevistados 977 indivíduos com idade entre 20 e 69 anos, selecionados por amostragem aleatória no município de Pelotas. O percentual de sedentarismo (< 150 minutos por semana) no lazer foi de 69,8%, enquanto no deslocamento foi de 51,9%. Houve diferença significativa na atividade física conforme existência de áreas verdes próximas ao domicílio, segurança no bairro e suporte social. A existência de áreas verdes próximas à residência associou-se com maior percentual de atividade física. Pessoas que classificam seus bairros como seguros têm uma maior probabilidade de praticarem atividade física de lazer. Pessoas que são incentivadas por familiares ou amigos para a prática de atividade física são mais ativas. Os dados deste estudo confirmam que o ambiente exerce influência sobre o nível de atividade física populacional.

4325

002

COMPORTAMENTOS RELACIONADOS À SAÚDE DE INDIVÍDUOS FREQUENTADORES DE PARQUES PÚBLICOS DO MUNICÍPIO DE LONDRINALIANE SARDI DE OLIVEIRA - Universidade Estadual de Londrina
Mário Carlos Welin Balvedi - Universidade Estadual de Londrina
Túlio Rangel de Camargo Pacheco - Universidade Estadual de Londrina
Roberta Lidiane de Oliveira Esteves - Universidade Estadual de Londrina
Abdallah Achour Júnior - Universidade Estadual de Londrina/Apoio: Fundação de Esportes de Londrina

A saúde positiva, especialmente no que se refere aos aspectos cardiovasculares, é intimamente relacionada aos comportamentos e hábitos de vida (ACSM, 2006). O objetivo deste estudo foi verificar comportamentos relacionados à saúde de indivíduos frequentadores de parques públicos do município de Londrina. Para tanto, 148 indivíduos frequentadores de 3 parques públicos de Londrina, sendo 69 mulheres (60,03 + 9,8 anos) e 79 homens (60,01 + 10,8 anos), responderam a uma escala abordando alguns aspectos, tais como se o indivíduo praticava exercícios regularmente (pelo menos 3x/sem), se fumava, se recebia atenção no seu dia-a-dia, se possuía uma dieta balanceada, se era otimista, se relaxava no seu tempo livre, se dormia bem, se era ansioso e apressado e se apresentava quadro depressivo. Observa-se pela análise das respostas obtidas que a maioria dos indivíduos de ambos os sexos apresenta comportamentos compatíveis com a saúde positiva no que se refere à prática regular de exercícios, ao não tabagismo, à visão otimista da vida e ao hábito de relaxar no seu tempo livre. Porém, especialmente entre os homens pesquisados, a maioria afirmou não praticar uma dieta balanceada (62% dos homens contra 33,4% das mulheres). Já entre as mulheres, um comportamento de risco aparente disse respeito ao sono, sendo que 42,1% afirmou ter problemas para dormir. Com relação à depressão, destaca-se que mais da metade dos entrevistados relatou vivenciar quadros depressivos com regularidade (55,1% das mulheres e 60% dos homens). Por fim, para os entrevistados de ambos os sexos, a maioria relatou estar quase sempre com pressa e ansiedade (65,1% das mulheres e 63,3% dos homens), comportamentos estes indesejáveis para uma saúde positiva.

4634

004

RELAÇÃO ENTRE A UTILIZAÇÃO DO TRANSPORTE ATIVO E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES COM CARACTERÍSTICAS DO AMBIENTE CONSTRUÍDOMARINA WEIRICH DE PAULA - Pontifícia Universidade Católica do Paraná
Rodrigo Siqueira Reis - Pontifícia Universidade Católica do Paraná
Ciro Romélio Rodríguez Añez - Pontifícia Universidade Católica do Paraná

O objetivo deste estudo foi verificar a relação entre frequência semanal que os escolares utilizam o transporte ativo para ir a escola, o tempo utilizado neste trajeto e o nível de atividade física do escolar, com a área ocupada por parques, praças, ciclovias e ruas do bairro em que as escolas estão localizadas. Os dados foram obtidos a partir de um levantamento sobre os determinantes da atividade física e obesidade em escolares do ensino médio de Curitiba-PR ($n=1832$) e do Instituto de Pesquisa e Planejamento Urbano de Curitiba (IPPUC) através de um censo dos bairros realizado no ano de 2000. A frequência e o tempo utilizado para o transporte ativo e o cumprimento ou não do critério de realização de atividades físicas por no mínimo 3 vezes por semana com duração de 20 minutos foram relatados no questionário. Foram analisados os bairros respectivos de cada escola segundo a área de parques, praças, ciclovias e ruas por Km². Para a análise de dados foi utilizada a correlação de Spearman ($p < 0,05$). Foi verificada associação significativa inversa entre a frequência e o tempo utilizado para o transporte ativo com todas as formas de ocupação de área dos bairros, com valores entre $r_s = -0,11$ e $r_s = -0,27$ ($p < 0,001$). Já o nível de atividade física foi correlacionado negativamente com a área do bairro ocupada por parques ($r_s = -0,08$; $p = 0,023$) e positivamente com a área ocupada por ruas ($r_s = 0,04$; $p = 0,040$). Aspectos do ambiente construído existentes nos bairros parecem ter impacto negativo sobre o transporte ativo para a escola enquanto o impacto sobre a atividade física mais estruturada é menor. Estudos prospectivos e com medidas mais objetivas das variáveis ambientais devem ser empregados para testar estas hipóteses.

SALA LARANJEIRA – ÁREA TEMÁTICA 9: ESPORTE E LAZER

3983

005

MOTIVAÇÃO AUTO-DETERMINADA, ORIENTAÇÃO DA ESPORTIVIDADE E AGRESSÃO ATLÉTICA: UM ESTUDO CORRELACIONAL COM EQUIPES DE VOLEI-BOL

JOÃO RICARDO NICKENIG VISSOCI - Universidade Estadual de Maringá
 Lenamar Fiorese Vieira - Universidade Estadual de Maringá
 Leonardo Pestilo de Oliveira - Universidade Estadual de Maringá

O objetivo deste trabalho foi analisar a relação entre as variáveis: motivação auto-determinada, orientação da esportividade e agressão atlética em atletas de voleibol. Foram sujeitos do estudo 54 atletas adultos e juvenis de ambos os sexos praticantes de voleibol da cidade de Maringá/PR. Os instrumentos utilizados foram: a Escala de Motivação para o Esporte, a Escala de Orientação Esportiva Multidimensional e o Inventário de Agressão Atlética de Bredemeier. A coleta de dados foi realizada de forma individual nos horários de treino dos atletas. Para análise dos dados utilizou-se o teste Willcoxon, a correlação se Spearman e o coeficiente Alfa de Cronbach para confiabilidade dos dados. Os resultados evidenciaram: em todas as equipes prevaleceu a Motivação Intrínseca voltada para experiências estimulantes, a orientação para o esporte voltada para o comprometimento com o esporte e a tendência a comportar-se agressivamente de forma instrumental. A análise correlacional indicou altos níveis de motivação auto-determinada, com orientações positivas da esportividade; no entanto para os atletas masculinos a agressividade apresentou correlações com a orientação negativa da esportividade. Assim conclui-se: A motivação auto-determinada evidenciou-se como um fator favorável para uma atitude positiva do atleta frente às convenções sociais do esporte, as regras e juízes influenciando na preocupação e comprometimento com o adversário, podendo interferir na tendência em comportar-se agressivamente.

4785

007

ANSIEDADE ESTADO, AUTO CONCEITO E ORIENTAÇÃO PARA A VIDA EM GINASTAS DE GINÁSTICA GERAL

PAULA CAROLINA TEIXEIRA MARRONI - Universidade Estadual de Maringá
 Msda. Paula Carolina Teixeira Marroni - Universidade Estadual de Maringá
 Profa. Dra. Lenamar Fiorese Vieira - Universidade Estadual de Maringá

A ginástica geral é uma modalidade gímnica que prioriza apresentações que manifestem a cultura corporal de movimento, mesclando números de danças, lutas, folclore, circo, esportes sempre com o elemento ginástico presente (AYOUB, 2003). Porém, mesmo apresentada enquanto modalidade não competitiva, questiona-se a existência do componente ansiedade antes de apresentações. Sendo assim, este estudo teve por objetivo investigar as correlações entre ansiedade estado, auto conceito e orientação para a vida em ginastas do Grupo de Ginástica Geral da Universidade Estadual de Maringá (PR). Foram sujeitos da pesquisa onze ginastas do sexo feminino. O referencial teórico utilizado foi a Teoria de Atribuição Causal (Weiner, 1985). O método de análise dos dados utilizado foi descritivo correlacional, com tratamento estatístico de análise de normalidade de Kolgorov-Smirnov e correlação de Spearman para p menor ou igual a 0,05. Os instrumentos utilizados foram: Escala Fatorial de Autoconceito (Tamayo, 1981); CSAI-2 (Martens, 1993) e Teste de Orientação para a Vida (Scheier e Carver, 1985). Os resultados demonstram que o fator segurança do teste de autoconceito apresentou correlações significativas com o teste de orientação para a vida para pessoas otimistas; os sujeitos com orientação de vida pessimista parecem atribuir o insucesso a fatores extrínsecos; possuir alta ansiedade cognitiva e somática e baixa ansiedade relacionada a autoconfiança e tiveram correlações significativas com sujeitos com níveis de autoconceito mais baixos no fator segurança. Assim conclui-se que o fator segurança do autoconceito mostrou-se como um fator interveniente na ansiedade estado e na percepção positiva da vida das ginastas.

4277

006

A PERSONALIDADE E O TIPO DE ESPORTE NAS MUDANÇAS DA EMOÇÃO E DO ESTRESSE PARA O PRÉ E O PÓS-DESEMPENHO DE ATLETAS DE ATLETISMO

VIVIANE APARECIDA PEREIRA DOS SANTOS - Universidade Estadual de Maringá
 Priscila Garcia Marques da Rocha - Universidade Estadual de Maringá
 José Luiz Lopes Vieira - Universidade Estadual de Maringá
 Lenamar Fiorese Vieira - Universidade Estadual de Maringá

Este estudo objetivou investigar o tipo de personalidade relacionado com a mudança nas emoções e no estresse no pré e pós-treino de atletas de atletismo da Universidade Estadual de Maringá. O estudo caracteriza-se como pesquisa descritiva exploratória. Os dados foram coletados na Universidade Estadual de Maringá em uma sessão de treino, com duração de uma hora e trinta minutos. Foram sujeitos 28 atletas de atletismo, que foram divididos em dois grupos, conforme a modalidade praticada. Sendo assim, a amostra foi dividida em velocistas (n=10) e fundistas (n=18). Foram utilizadas duas escalas, uma para identificar o tipo de personalidade do atleta, Escala de Dominância Telic (TDS), e a outra para identificar as mudanças nas emoções e no estresse dos atletas, Inventário de Tensão e Esforço do Estresse (TESI). Os resultados demonstraram que ocorreram mudanças positivas nas emoções e no estresse após o treino, e que os atletas que combinaram o tipo de esporte com o tipo de personalidade obtiveram resultados mais positivos. Portanto, de acordo com os resultados, conclui-se que o esporte proporciona bem-estar, prazer e diminuição dos níveis de estresse, e que o tipo de personalidade está vinculado ao tipo de esporte possibilitando assim, benefícios ainda maiores.

4418

008

O ESPORTE ESCOLAR COMO ATIVIDADE COMPLEMENTAR NA FORMAÇÃO HUMANA: O CASO DO COLÉGIO SAGRADA FAMÍLIA

MILTON APARECIDO ANFILO - Universidade Estadual de Ponta Grossa
 Viktor Shigunov - Universidade Federal de Santa Catarina
 Marise Botti – UFSC – Mestranda – Bolsista da CAPES

A oferta de modalidades esportivas como atividades extra-curriculares tem-se tornado uma prática constante em muitas instituições de ensino. O objetivo geral da pesquisa foi caracterizar o processo de ensino-aprendizagem-treinamento dos diferentes esportes praticados no Colégio Sagrada Família, da cidade de Ponta Grossa, Pr. A pesquisa caracteriza-se como sendo uma pesquisa descritiva exploratória. Participaram do estudo trezentos cinquenta e nove (n=359) alunos/atletas de ambos os gêneros. Utilizou-se um questionário com diferentes questões pertinentes ao objetivo, respondido no segundo semestre de 2006. Os dados foram analisados através da estatística descritiva. Na análise das respostas pode-se observar que houve grande variedade no número de atividades realizadas por sessão de treinamento, destacando-se os fundamentos de cada modalidade (ataque, bloqueio, manchetes, toque, drible, arremesso, passe, finta, chute) com alta frequência, 80%, além das diferentes combinações. Quanto da utilização do espaço de treinamento pode-se afirmar que a quadra inteira foi o espaço preferido 75%, ficando com uma pequena utilização a meia quadra e mini-quadras, mostrando a preferência e a predominância em desenvolver as atividades no espaço similar ao do jogo da modalidade. Os maiores problemas detectados foram os materiais e o ambiente não muito propício (descoberto, falta de bebedouros, uniformes inadequados), para a prática, além dos poucos dias de treinamento. Outra queixa foi a impaciência do professor/treinador com os iniciantes além de haver muitas faltas de alguns professores/treinadores. Apesar disto, os resultados levam a poder-se afirmar que houve uma boa aceitação dos treinamentos propostos pela Instituição.

SALA PITANGUEIRA – ÁREA TEMÁTICA 7: EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E PROMOÇÃO DA SAÚDE**4424**

009

INFLUENCIA DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL NO DESEMPENHO ESCOLAR DE ADOLESCENTESERASMO PAULO MILIORINI OURIQUES - União de Ensino do Sudoeste do Paraná
Robson Oliveira dos Santos - União de Ensino do Sudoeste do Paraná

O objetivo deste estudo foi verificar a influência da atividade física habitual sobre o desempenho escolar de adolescentes, procurando responder se existe uma relação linear entre a maior prática regular de atividade física e melhor desempenho escolar. Fizeram parte da amostra 81 alunos (43 meninos e 38 meninas) adolescentes, de 5º a 8º série do ensino fundamental da escola municipal Tereza Migliorini de Faxinal dos Guedes – SC, com idade média de 12,1 ($\pm 1,44$) anos, os quais foram classificados de acordo com o questionário de nível de atividade física habitual, sendo 8,64% considerados pouco ativos, 65,42% moderadamente ativos e 21,91% muito ativos. De acordo com esta classificação foi comparado a média de desempenho escolar e o nível de atividade física habitual que cada grupo alcançou, mostrando que os adolescentes com um estilo de vida muito ativo tiveram maior média geral no desempenho escolar. Apesar de se ter encontrado uma diferença positiva entre os adolescentes ativos e os inativos no desempenho escolar, o estudo é de pequenas proporções para se afirmar que a prática de atividades físicas é um fator determinante no desenvolvimento escolar. Assim, sugere-se estudos com maior amostragem.

4462

010

ESTADO NUTRICIONAL DE ESCOLARES DETERMINADO PELO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL, PELA ÁREA DE GORDURA E ÁREA MUSCULAR DO BRAÇOEZEQUIEL MOREIRA GONÇALVES - Laboratório de Crescimento e Composição Corporal – Centro de Investigação em Pediatria (CIPED) – Faculdade de Ciências Médicas (FCM) – Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP)
Wellington Roberto Gomes de Carvalho - UNICAMP
Alexandre Duarte Baldin - UNICAMP
Edson dos Santos Farias - UNICAMP
Gil Guerra Júnior - Departamento de Pediatria da FCM – UNICAMP

Estudos comprovam que tanto a obesidade quanto a desnutrição podem ocasionar graves problemas à saúde. Neste sentido, a utilização de métodos de fácil aplicabilidade para a avaliação do estado nutricional no âmbito escolar, como a antropometria, pode contribuir para o diagnóstico e monitorização desses problemas. Sendo assim, o propósito do estudo foi de avaliar o estado nutricional de um grupo de escolares utilizando o Índice de Massa Corporal (IMC), a Área Muscular do Braço (AMB) e a Área de Gordura do Braço (AGB). Participaram do estudo 375 escolares (181 meninos e 194 meninas) distribuídos em 11 grupos de acordo com a faixa etária compreendida entre 6 e 16 anos ($10,80 \pm 2,75$ anos). Todos os sujeitos eram matriculados em uma escola da rede pública do Estado de São Paulo. Foram mensurados o peso corporal, a estatura, o perímetro braquial e a dobra cutânea triptipal, para o cálculo do IMC, da AMB e da AGB, assim como, a transformação dos valores absolutos dos 375 escolares em escore de desvio padrão (escore z) foi utilizado o programa SISCRE (2002). Os resultados demonstraram que os valores de escore z, do IMC e da AGB, variaram entre -0,27 e 0,73 ($0,03 \pm 1,00$ e $-0,07 \pm 0,92$ para o IMC e AGB respectivamente). Já os valores da AMB variaram entre -1,04 e -2,65 ($-2,01 \pm 1,01$), sendo que, a partir dos 11 anos esses valores foram superiores a -2. Os valores de escore z do IMC e da AGB nesse grupo de escolares, estavam de acordo com os critérios propostos pela literatura, para todas as idades. Quanto a AMB, a partir dos 11 anos, os valores encontrados foram considerados abaixo dos critérios, o que parece sugerir que a partir dessa idade esses escolares demonstram deficiência nas reservas energético-proteicas.

4722

011

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESTUDANTES SECUNDARISTAS EM VITÓRIA DA CONQUISTA-BAKÁTIA MERY VIANA PRADO - Faculdade de Tecnologia e Ciências
Lilyen Benardis Tien - Faculdade de Tecnologia e Ciências-FTC
Mateus Carmo Santos - Faculdade de Tecnologia e Ciências-FTC
Naira Micaelli Vieira Rocha - Faculdade de Tecnologia e Ciências-FTC
Sérgio Souza Magalhães - Faculdade de Tecnologia e Ciências-FTC

A educação física escolar deve oportunizar conhecimentos técnico-práticos, promover experiências favoráveis e desenvolver uma consciência crítica a respeito da atividade física, contribuindo para maximizar o bem-estar dos alunos. Segundo PITANGA (2004), a atividade física tem componentes e determinantes de ordem biopsicossocial, cultural e comportamental. Sendo assim, o presente estudo teve como objetivo verificar o nível da atividade física habitual de estudantes secundaristas. A metodologia utilizada fundamentou-se numa abordagem quantitativa, tendo uma amostra de 223 estudantes do 3º do Ensino médio, do sexo feminino. O campo de estudo respaldou-se em 16 escolas (9 estaduais, 6 particulares e 1 federal) do Ensino médio da cidade de Vitória da Conquista, Bahia, sendo que destas apenas uma tem a disciplina Educação Física no 3º ano. O instrumento utilizado para coleta de dados foi o questionário de atividade física habitual, proposto por NAHAS (2003). Os resultados mostraram que das 223 estudantes, 25,56% ($n= 57$) são inativas, 45,30% ($n= 101$) são pouco ativas, 19,73% ($n=44$) são moderadamente ativas e 9,41% ($n=21$) são muito ativas. Esses valores ressaltam para a prevalência do sedentarismo entre as estudantes. Fica evidente a importância da disciplina de Educação Física estar presente nos currículos escolares com a intenção de promover experiências de forma educativa para que as estudantes adotem voluntariamente um estilo de vida saudável.

4466

012

PREVALÊNCIA DE DESVIOS POSTURAIS EM ESCOLARES PRÉ-PUBERES E O PAPEL DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICALEDIMAR BRIANEZI - Faculdade Adventista de Educação Física
Débora Chaves Cajazeiro - Faculdade Adventista de Educação Física
Riller Reverdito - Faculdade Adventista de Educação Física
Edison Duarte - Unicamp

A postura do corpo humano tem sido objeto de estudo de várias áreas do conhecimento devido à grande importância que esta apresenta no contexto do desenvolvimento e movimento humano. Devido às alterações culturais ocorridas no hábito de vida das pessoas, a anatomia e biomecânica da coluna vertebral também vêm sendo modificadas, e suas consequências passam a ter importante destaque no meio acadêmico, científico e médico. Essas alterações podem estar presentes desde a infância onde, alterações significativas, repentinas e desordenadas ocorrem durante o desenvolvimento e crescimento do indivíduo possibilitando o aparecimento ou a acentuação de problemas posturais. Contudo, enquanto o crescimento não estiver concluído, é possível agir sobre as estruturas esqueléticas realinhando-as mais efetivamente e quanto mais cedo for identificada a alteração, mais tempo se obtém para possíveis tratamentos. O presente estudo teve como objetivo, através da avaliação postural proposta por Kendall (1990), identificar a prevalência de desvios posturais em escolares do Ensino Fundamental I. Para a definição do universo da pesquisa, foi escolhida uma instituição particular de ensino na cidade de Hortolândia, SP. Foram avaliados 201 escolares. A metodologia constituiu em demarcar os processos espinhosos dos escolares e avaliá-los em vista lateral e posterior. Os dados foram assinalados em ficha individual de avaliação e posteriormente os resultados foram tabulados. Os resultados mostraram uma incidência significativamente elevada de desvios e assimetrias posturais comparados às pesquisas já existentes e concluiu-se que o índice de cifose e lordose em meninos foi maior quando comparados às meninas e a presença de escoliose é superior nas meninas.

SALA AROEIRA – ÁREA TEMÁTICA 6: DOENÇAS E AGRAVOS NÃO TRANSMISSÍVEIS E ATIVIDADE FÍSICA

4237

013

INCIDÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE ENTRE PARTICIPANTES DA “1ª AÇÃO CIDADANIA UNICAMP”

MARCOS BERGANTIN - Unicamp

Marco Antonio Alves de Moraes - Unicamp

Carlos A Zamai - UNIP

OBJETIVO: Avaliar a incidência de sobrepeso e obesidade entre adultos e idosos (n=206) que participaram da “1ª Ação Cidadania Unicamp”, sendo: 136 do sexo feminino e 70 do sexo masculino. **MÉTODO:** Foi realizada a avaliação antropométrica durante o evento, através de uma balança antropométrica “Filizola” com toesa de até 150 kg. Também foi questionado durante a coleta de dados quanto ao uso de tabaco entre os participantes. Os dados foram tabulados e calculados o índice de massa corporal através da equação peso/altura², obtendo-se limites para sobrepeso e obesidade de acordo com a Organização Mundial da Saúde. **RESULTADOS:** maior participação do sexo feminino 66,01% da população analisada. A média de idade geral do sexo feminino foi de 41,4 e sexo masculino de 40,9 anos de idade. A incidência média de sobrepeso encontrada no sexo feminino foi: faixas etárias de 18 a 25 (26,4); 26 a 35 (25,3); 46 a 55 (25,0) e no sexo masculino: faixas etárias de 18 a 25 (25,8); 26 a 35 (26,7); 46 a 55 (25,0) e de 55 a 68 (25,6). Também foram encontrados 10,29% no sexo feminino e 8,57% no masculino de usuários de Tabaco. **CONCLUSÕES:** Houve incidência de sobrepeso na população analisada, em ambos os sexos nas mesmas faixas etárias e na faixa etária entre 55 a 68 anos de idade somente no sexo masculino. Diante dos dados encontrados os sujeitos receberam orientações sobre os índices de massa corpórea e informações quanto ao uso nocivo de tabaco para a saúde, após foram encaminhados para inscrição/anamnese e indicação das atividades físicas oferecidas pelo Programa Mexa-se Unicamp. Palavras chaves: Sobrepeso. Obesidade. Tabaco. Ação Cidadania.

4624

015

DUAS DOENÇAS NÃO TRANSMISSÍVEIS E O EFEITO PROTETOR DA ATIVIDADE FÍSICA DE DESLOCAMENTO EM ADULTOS DE UMA CIDADE DO SUL DO BRASIL

RENATA MORAES BIELEMANN - Centro de Pesquisas Epidemiológicas - UFPEL

Giancarlo Bacchieri - Centro de Pesquisas Epidemiológicas - UFPEL

Janaína Santos - Centro de Pesquisas Epidemiológicas - UFPEL

Denise Gigante - Centro de Pesquisas Epidemiológicas - UFPEL

Aluísio Barros - Centro de Pesquisas Epidemiológicas

A associação entre o diabetes mellitus e a hipertensão arterial com a prática de atividades físicas é comprovada em muitos estudos populacionais, mas poucos avaliaram o efeito protetor da atividade física no deslocamento para o trabalho. Este estudo objetivou comparar a prevalência de diabetes e hipertensão referidas entre trabalhadores que utilizam a bicicleta como meio de transporte em relação à população em geral, com as mesmas características sociodemográficas, na cidade de Pelotas. Como metodologia utilizou-se uma amostra de 1133 trabalhadores ciclistas, sorteados de forma sistemática, no ano de 2006, em 42 Setores Censitários, de 5 bairros da cidade e 3100 pessoas da população em geral, captadas de um estudo de base populacional, em 2003. Para realizar as análises comparativas foram excluídos, entre os indivíduos da população em geral, os que pertenciam ao nível sócio-econômico A (não existente entre os ciclistas), do sexo feminino e os que se deslocavam ao trabalho de bicicleta, resultando assim 1097 indivíduos. Os trabalhadores ciclistas apresentaram uma prevalência de diabetes de 3,4%, enquanto que na população em geral este valor foi de 5,9%. Quanto a hipertensão, 16,4% dos trabalhadores ciclistas apresentou a doença e na amostra de base populacional a prevalência foi de 19,2%. Apenas 1,8% dos trabalhadores ciclistas, contra 3,1% da população em geral apresentaram ambas as doenças. O transporte de bicicleta demonstrou-se benéfico nos trabalhadores ciclistas de forma que, incentivos a esta prática para toda a população, como construção de ciclovias, deveriam ser mais lembrados na elaboração de políticas públicas.

4589

014

PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM RELAÇÃO ÀS VARIÁVEIS SEXO E GRUPOS ETÁRIOS: UM ESTUDO COM TRABALHADORES DA INDÚSTRIA

IGOR SOARES LOSS - Serviço Social da Indústria

Paloma Maria Lopes Gadelha - Serviço Social da Indústria

Robinson Noronha Ramos - Serviço Social da Indústria

Joana da Silva Santos - Serviço Social da Indústria

Mirian Werba Saldanha - Serviço Social da Indústria

O sobrepeso e a obesidade têm se configurado como as principais preocupações de saúde pública, pois além de ser um dos fatores de risco mais prevalentes nas populações essa doença está relacionada à co-morbidades como o diabetes, hipertensão, osteoartrites, dislipidemias e doenças cardiovasculares. O presente estudo teve como objetivo principal identificar a prevalência de sobrepeso e obesidade em trabalhadores da indústria, em 6 empresas situadas nas cidades de João Pessoa e Campina Grande, Paraíba. A amostra foi constituída por 468 trabalhadores, sendo 307 homens com a média de idade de 31,03 e 161 mulheres com a média de idade de 29,33. Medidas antropométricas de massa corporal e estatura foram utilizadas para a determinação do índice de massa corporal. Utilizou-se o procedimento da estatística descritiva, do t test e ANOVA. As médias entre os sexos mostraram diferenças significativas (24,50+0,24 e 23,49+0,37). Na classificação 25,4% dos homens e 12,4% das mulheres estão na faixa de sobrepeso e 17,2% dos homens e 7,5% das mulheres na faixa de obesidade. A partir da divisão da amostra em grupos etários os valores entre grupos também foram significativos nos homens e o grupo entre 25 e 34 anos foram os que obtiveram uma maior frequência de sobrepeso e obesidade (36 sujeitos). Entre as mulheres os grupos etários entre 25-34 anos e 35-44 anos foram os que apresentaram a maior frequência (09 sujeitos cada grupo). Concluiu-se que os níveis de sobrepeso e obesidade encontrados remetem à necessidade de uma intervenção nesta população, através de atividades físicas e orientação sobre hábitos saudáveis, salientando as diferenças entre os sexos e grupos etários.

4762

016

OS EFEITOS DA NATAÇÃO E EXERCÍCIO RESISTIDO A 80% DE UMA REPETIÇÃO MÁXIMA (1-RM) SOBRE A DENSIDADE MINERAL ÓSSEA EM IDOSAS

CARLOS KEMPER - Universidade Regional Integrada URI Campus Santo Ângelo

Nanci Maria de França - UCB - DF

Ricardo Jacó de Oliveira - UCB - DF

O presente estudo teve como objetivo comparar os efeitos da natação e de exercícios resistidos sobre a densidade mineral óssea em mulheres idosas. Participaram deste estudo 23 mulheres idosas, voluntárias, com média de idade de 63,9 ± 6,49. Os indivíduos foram divididos em dois grupos, o da natação (GNat) com n = 13, e o de treinamento resistido a 80% de 1-RM (G80) com n = 10. O programa de treinamento consistiu de três sessões semanais com uma hora de duração cada, durante um período de seis meses. A intensidade do exercício resistido foi de 80% de 1-RM e para natação foi utilizado de 60 a 90% da frequência cardíaca de reserva. A densidade mineral óssea do Colo do fêmur (sítio Trocânter) e da coluna lombar (sítio L2-L3-L4) foi mensurada antes e após o treinamento, com o uso da Absortometria Radiológica de Dupla Energia (DXA). Os resultados foram analisados estatisticamente por meio do teste split-plot ANOVA com significância de p ≤ 0,05. Os resultados encontrados mostraram que as médias da DMO pré (0,9250 ± 0,1506g/cm²) e pós (0,9303 ± 0,1269g/cm²) para natação e pré (0,9739 ± 0,1249g/cm²) e pós (0,9737 ± 0,1317g/cm²) no grupo 80% de 1-RM das vértebras lombares (L2-L3-L4) não apresentaram diferenças estatisticamente significativas. Da mesma maneira, não foram verificadas diferenças significativas entre a densidade mineral óssea do colo do fêmur pré (0,7784 ± 0,1523g/cm²) e 0,7546 ± 0,1360g/cm²) e pós-treinamento (0,7905±0,1610g/cm²) e 0,7522 ± 0,1421g/cm²) o GNat e o G80, respectivamente. Podemos concluir que não houve diferenças significativas na DMO de idosas, dentro e entre os grupos experimentais em seis meses de treinamento.

SALA PETÚNIA – ÁREA TEMÁTICA 10: CINEANTROPOMETRIA, DESEMPENHO HUMANO E FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO**4684**

017

EFEITOS DA ATIVIDADE FÍSICA EM ESTEIRA DE CORRIDA SOBRE O COMPORTAMENTO MOTOR, NEUROPROTEÇÃO E NEUROPLASTICIDADE DE RATOS SUBMETIDOS À LESÃO MEDULAR

MICHELE SCHULTZ RAMOS DE ANDRADE - Universidade de São Paulo
Mendonça, L.M. - Laboratório de Neurocirurgia Funcional, Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo
Chadi, G. - Laboratório de Neurocirurgia Funcional, Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo - FAPESP/CNPq

Objetivos: Analisar se a atividade física em esteira: i.) induz neuroproteção na medula espinal lesada, ii) estimula neuroplasticidade e iii) promove melhoras funcionais. Métodos e Resultados: Ratos adultos, treinados em esteira por 4 semanas e sedentários sofreram lesão medular moderada pela queda de um peso de 10g (25mm de distância) através do NYU Impactor. Ratos sedentários receberam cirurgia simulada (controle). Os ratos receberam metilprednisolona logo após a contusão e 2 horas depois. O grupo treinado continuou correndo por 4 semanas após a lesão medular. O comportamento motor foi avaliado pelo índice BBB e por análise por infravermelho. Os animais foram sacrificados e as medulas espinais seccionadas. O índice BBB e a análise por infravermelho foram diferentes entre sedentários e treinados 7 dias após a lesão. Não houve diferenças no número de neurônios entre os grupos sedentário e treinado. No entanto, ambos os grupos foram diferentes do controle. O coeficiente de lesão foi menor no grupo treinado do que no sedentário. O índice de lesão é o produto do número de neurônios remanescentes pelo coeficiente de lesão e foi maior no grupo sedentário. O grupo sedentário apresentou uma reação cicatricial mais evidente constatada pela maior ativação dos astrócitos, microglia e fator de crescimento fibroblástico-2 (FGF-2) na substância branca e cinzenta da medula espinal. A imunorreatividade da proteína de crescimento neuronal (GAP-43) foi maior no grupo sedentário em níveis caudais à lesão. Conclusão: A atividade física pode proteger a medula espinal lesada da degeneração secundária e antecipar a recuperação funcional. Parece que os efeitos protetivos dependem da intensidade do exercício e do tipo da lesão.

4507

019

ÍNDICE DE PERDAS HÍDRICAS DE JOGADORES PROFISSIONAIS DE FUTEBOL E CONDIÇÕES TÉRMICAS AMBIENTAIS EM TREINAMENTOS E JOGOS DA SEGUNDA DIVISÃO DO CAMPEONATO CEARENSE

MIGUELINA AYSE-ANNY BESERRA DE MORAIS - Centro Federal de Educação Tecnológica do Ceará (CEFET/CE)– Unidade de Ensino Descentralizada (UnED) de Juazeiro do Norte
Ialуска Guerra - CEFET/CE – UnED Juazeiro do Norte – Grupo de Pesquisa em Performance Humana, Atividade Física, Exercício e Saúde (GPHAFES)
Ricardo Barroso Lima - CEFET/CE – UnED Juazeiro do Norte – GPHAFES
Glauber Carvalho Nobre - CEFET/CE – UnED Juazeiro do Norte
Cícero Emerson Santa dos Santos - CEFET/CE – UnED Juazeiro do Norte

A perda hídrica sem reposição adequada pode resultar em desidratação, principalmente em situação de prática de exercício ou desportiva como é o caso do futebol. O objetivo desse estudo é avaliar os índices de perdas hídricas dos jogadores profissionais de futebol e condições térmicas ambientais em treinamentos e jogos. Estudo do tipo transversal, de campo, quase - experimental. A amostra foi composta por 12 indivíduos do gênero masculino com média de idade de 26,3±2,9 anos, jogadores profissionais de futebol da equipe do Crato Esporte Clube da Cidade de Crato-CE. O estudo foi desenvolvido em 2 fases. A fase 1 realizada em um jogo, a fase 2 em um treino. Nas duas fases verificou-se massa corporal (MC; kg), temperatura timpânica (TT; °C), no início e final das atividades, gasto energético (GE; kcal), taxa de sudorese (TS; %), condições térmicas do ambiente (IBUTG; °C). Na fase 1 a hidratação foi ad libitum fase 2 o grupo foi dividido em 4 grupos que consumiram 150 ml de uma solução contendo carboidrato a 4%, 6% e 8% e placebo a cada 15'. A massa corporal perdida no jogo (PMCT; %) foi de 1,3±0,8; (TSJ; %) 1,7±1,9; (IBUTGJ °C) 20,6; (TTIJ °C) 35,4±0,2; (TTFJ °C) 35,0±0,9; (GE; kcal) no jogo 891,2, perda de massa corporal no treino (PMCT; %) 8,1±2,9; (TST; %) 8,9±3,4; (G.E; kcal) no treino 688,6±42,0, (IBUTGT; °C) 25,8±1,4 (TTIT; °C) 36,0±0,6, (TTF; °C) 34,3±1,6. O % de MC perdida e TS apresentam-se em níveis que propiciam redução do desempenho tanto no jogo como no treino. No que se refere a associação entre o gasto energético e IBUTGJ e IBUTGT não é possível determinar de forma patente a existência de riscos a saúde do atleta.

174

3863

018

MECANISMOS DE ATAQUE E DEFESA ANTIOXIDANTES EM RATOS TREINADOS

MICHEL BARBOSA DE ARAÚJO - Universidade Estadual Paulista - Unesp - Rio Claro
Ricardo Vinicius Ledesma Contarteze - Universidade Estadual Paulista - Unesp - Rio Claro
Fabricio de Azevedo Voltarelli - Universidade Estadual Paulista - Unesp - Rio Claro
Fulvia de Barros Manchado - Universidade Estadual Paulista - Unesp - Rio Claro
Maria Alice Rostom de Mello - Universidade Estadual Paulista - Unesp - Rio Claro

São raros os estudos que associam variáveis metabólicas a intensidade de esforço em ratos. O presente estudo foi delineado para investigar os efeitos do exercício de corrida em esteira rolante em duas intensidades distintas sobre os mecanismos de defesa antioxidantes em diferentes tecidos de ratos. Ratos adultos(90 dias), da linhagem Wistar, tiveram a Máxima Fase Estável de lactato(MFEL) determinada durante exercício de corrida em esteira rolante. Para tanto, cada animal foi submetido a testes de exercício por 25 minutos, em velocidades entre 10 a 25m/min, com coletas de sangue em repouso e a cada 5 minutos de exercício para dosagem de lactato. Em seguida, os ratos foram separados em 3 grupos: sedentário, treinado MFEL(40 minutos/dia, 5 dias por semana, na velocidade da MFEL) e treinado Supra-MFEL(40 minutos/dia, 5 dias por semana, em velocidade 5 % acima da MFEL), por 8 semanas. A análise estatística foi efetuado pela aplicação de ANOVA, pré fixando-se o nível de significância em 5%. Ao final, todos os animais foram sacrificados para análise de biomarcadores de ataque oxidativo: produtos que reagem ao ácido tiobarbitúrico – TBARs e formação de óxido nítrico, do sistema de defesa antioxidante: atividade da enzima catalase no sangue dos animais. Os principais resultados foram: TBARs(µmol/L) – sedentários: 6,95+ 0,38, Treinados MFEL: 6,91+0,22 e Treinados Supra – MFEL: 6,77+0,33; valores Óxido Nítrico(µM) – sedentários: 20,32+2,69, Treinados MFEL: 19,72+ 3,86 e Treinados Supra – MFEL: 20,29 + 4,35 e valores da CAT(µmol/mg. Hb) sedentários: 82,93+23,35, Treinados MFEL: 74,34+29,56 e Treinados Supra – MFEL: 79,59+23,43. Esses resultados sugerem que houve um equilíbrio entre os sistemas de ataque e defesa antioxidantes.

4521

020

ANÁLISE DA CONCENTRAÇÃO DE LACTATO SANGÜÍNEO E FREQUÊNCIA CARDÍACA DURANTE UMA SIMULAÇÃO DE JOGO DE FUTSAL PROFISSIONAL

ERIBERTO FLEISCHMANN - Universidade da Região de Joinville - UNIVILLE
Paulo Roberto Jannig - Universidade da Região de Joinville - UNIVILLE
Ana Claudia Cardoso - Universidade da Região de Joinville - UNIVILLE
Daiane Tremil Gonçalves - Universidade da Região de Joinville - UNIVILLE
Carla Werlang Coelho - Universidade da Região de Joinville - UNIVILLE;
Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC/Joinville

Estudos recentes comprovam que o futsal é um esporte de grande demanda fisiológica, praticando atividades físicas com alta intensidade e utilizando-se de fontes energéticas predominantemente anaeróbias. Sendo assim a análise da concentração de ácido láctico acumulado durante uma partida se faz necessária para auxiliar a comissão técnica sobre os rendimentos de cada jogador e o tempo que cada um pode permanecer no jogo sem que comprometa seu rendimento. O objetivo deste estudo foi analisar o desempenho dos atletas de futsal durante uma simulação de jogo, através da concentração de lactato sanguíneo (CLS) e da frequência cardíaca (FC) atingida durante o tempo em que cada jogador permaneceu em quadra, tempo este estabelecido pelo técnico. Participaram 11 jogadores profissionais de Futsal da cidade de Joinville (29,5±21,1 anos; 176,8±5,1 cm; 75,5±7,4 kg). Os goleiros não participaram da amostra devido à baixa demanda fisiológica durante a partida. Os dados foram coletados durante uma simulação de competição realizada pela comissão técnica para analisar o nível técnico e tático dos atletas e as possíveis alterações nas variáveis fisiológicas. A FC foi avaliada através do freqüencímetro (POLAR), já para a CLS foi realizada através da coleta sanguínea de 25µl no lóbulo da orelha e em seguida foi analisada no aparelho eletroquímico (YSI SPORT 1500). Os resultados dos 11 atletas avaliados com média e desvio padrão da FC obtida foram 167,9±22,0 bpm, e da CLS foi de 8,7±2,04 mMol/L, estabelecendo valores desejáveis para a simulação. Conclui-se que o tempo estimado para permanência dos atletas na quadra foi adequado, demonstrando que os jogadores encontram-se com níveis de produção e remoção de lactato desejáveis.

17 DE NOVEMBRO – TARDE – PÔSTERES 5

ÁREA TEMÁTICA 9: ESPORTE E LAZER

4286

1

ESPORTE PARTICIPATIVO: PROMOVEDO SAÚDE E MELHOR QUALIDADE DE VIDA

LUIS SÉRGIO PERES - Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Katiucia de Oliveira Peres - UNIJUI - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul – Campus de Santa Rosa/RS
Alexssandro Morgenroth - UNIOESTE - Universidade Estadual do Paraná - Campus de Marechal Cândido Rondon

As facilidades encontradas no nosso dia-a-dia, através do desenvolvimento tecnológico e da modernização, está tornando o homem cada vez mais sedentário, acarretando assim perda da sua qualidade de vida. Assim, o presente estudo teve como objetivo resgatar de forma interdisciplinar a importância do esporte de participação como meio de inclusão social e qualidade de vida. Tendo como população um grupo misto de praticantes de voleibol da cidade de Marechal Cândido Rondon/Pr das mais diferentes faixas etárias e níveis socioeconômicos. Originou-se da iniciativa de alguns professores e funcionários de uma escola da rede estadual em praticar um esporte no tempo livre, visando melhor qualidade de vida e socialização. O fato de ser um grupo misto, formado principalmente por casais, fez com que no passar do tempo, fossem aumentando os participantes, considerando que as pessoas participassem por vontade própria, no seu tempo disponível. Caracterizou-se em uma prática prazerosa e saudável que promovesse a convivência entre amigos, com risos, e novas amizades. Os resultados obtidos até o momento comprovam uma melhoria significativa com relação ao bem estar dos praticantes, melhorando problemas de saúde e de relacionamento social, devido através do esporte desenvolverem um elo de alegria e afetividade, sentimentos que esta atividade física promove, minimizando assim, diversos problemas pessoais. Conclui-se através do estudo, que praticar esporte no tempo livre é fundamental para o bem estar de todos, promovendo saúde e melhor qualidade de vida aos praticantes e gerando uma valorização do ser humano, através da inclusão social. Palavras Chave: Qualidade de vida, Bem estar, Atividade Física, Saúde, Esporte.

4304

3

ESTILO DE APEGO, PAIS E TÉCNICOS: INFLUÊNCIAS NO RENDIMENTO E ESTADO PRÉ-COMPETITIVO DE JOVENS ATLETAS

THAIS DE OLIVEIRA SAGAWA - Universidade de São Paulo
Cristina Landgraf Lee - Universidade de São Paulo

A influência positiva ou negativa dos pais na vida esportiva dos filhos é um tema recorrente nas pesquisas em Psicologia do Esporte, porém poucos estudos abordaram se há relação entre o estilo de apego (Bowlby, 1984) e a prática esportiva. O foco principal deste trabalho foi avaliar a participação de pais e técnicos em nadadores de alto rendimento e identificar possíveis relações com o estilo de apego dos atletas. Foram realizadas 13 entrevistas qualitativas detalhadas com 3 técnicos, 5 atletas homens e 5 mulheres. Para avaliar o estilo de apego utilizou-se uma versão resumida de Hazan & Shaver (1987) e Armsden & Greenberg (1987). A entrevista abordou variáveis como: momentos positivos / negativos no esporte, níveis de ansiedade pré-competitiva, influência dos pais e técnicos atualmente e na infância, atuação nas competições, tipo de relação familiar. O estudo apontou que tanto atletas com apego seguro quanto inseguro obtiveram bons rendimentos no esporte. O teste qui-quadrado mostrou uma tendência a significância ($p < 0,10$) entre as variáveis: pais que participaram de uma maneira muito intensa da vida esportiva dos seus filhos e adolescentes com alto nível de estresse, um mês antes da competição. O mesmo não ocorreu na infância. Já os técnicos, demonstraram ser uma base de apoio positiva, pelo constante diálogo com seus atletas. Os dados permitem concluir a importância da presença constante dos pais na infância, entretanto, os pré-adolescentes começam a se sentir incomodados com esta presença muito intensa na sua vida esportiva. O ambiente ideal, segundo os atletas, parece ser aquele em que todos os envolvidos estimulam positivamente e respeitam as diferentes fases no esporte. Outras relações com o apego foram descritas.

4298

2

A PRÁTICA DOS JOGOS TRADICIONAIS TERENA NAS ALDEIAS CÓRREGO DO MEIO E ÁGUA AZUL NO ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL

ALEXANDRE SILVA ALVES - Universidade Católica Dom Bosco - UCDB/MS
Aluisio Fernandes de Souza - Universidade Católica Dom Bosco - UCDB/MS.

Os Terena são uma etnia indígena com presença em vários estados do Brasil, estando concentrados mais numericamente em Mato Grosso do Sul. São reconhecidos como profundamente integrados com a sociedade urbana local, tecendo relações de produção e renda, bem como interações culturais. Seus indivíduos podem ser encontrados nas cidades próximas as suas aldeias realizando o comércio de alimentos diversos (normalmente mulheres) ou como mão-de-obra em plantações de cana-de-açúcar, vivendo de maneira mais integrada com o modo de vida urbano que a maioria das outras etnias presentes na região. Expropriados de suas terras, sem espaços para reproduzir seu modo de vida tradicional, e limitados por uma série de questões econômicas, os Terena afastaram-se dos modos de produção tradicionais de seu alimento e atividades cotidianas, dentre elas incluem-se também suas manifestações corporais. Nosso objetivo foi analisar o significado e a prática dos Jogos Tradicionais para os Terena das aldeias Córrego do Meio e Água Azul. Por meio de formulário de entrevista, composto por questões abertas e fechadas, que permitiram a construção de variáveis qualitativas, foi possível uma aproximação com a realidade vivenciada por estes indígenas. Foram entrevistados 29 indivíduos adultos, entre 20 a 40 anos, de ambos os gêneros. O tratamento das informações (dados) da pesquisa foi feita através da tabulação das variáveis e análise e interpretação das informações. Podemos afirmar que as manifestações corporais relacionadas aos Jogos Tradicionais nesta etnia, vêm sofrendo mudanças, pois a maior parte dos entrevistados (23 indivíduos) não pratica e desconhece Jogos Tradicionais Terena.

4345

4

A PREPARAÇÃO TÉCNICO-TÁTICA DO HÓQUEI DE GRAMA: UM ESTUDO DE CASO COM SELEÇÕES BRASILEIRAS

CARINE COLLET - Universidade Federal de Santa Catarina
Juarez Vieira do Nascimento - Universidade Federal de Santa Catarina
Tiago Zenari dos Santos - Universidade Federal de Santa Catarina

O objetivo do presente estudo foi identificar e caracterizar os exercícios técnico-táticos empregados no processo de treinamento das seleções brasileiras masculina e feminina de Hóquei de Grama. Foram observadas 15 sessões de treinamento, realizadas em Florianópolis/SC, durante o período de preparação aos Jogos Pan-americanos 2007. A grelha de observação concentrou-se na análise da Complexidade Estrutural das Atividades, das Tarefas e do Campo Ecológico. Os resultados encontrados demonstraram que a frequência e a duração dependiam da estrutura, das características específicas e dos objetivos determinados para cada exercício. Além disso, o treinador utilizou com maior frequência (48,9%) e gastou mais tempo (37,6%) no desenvolvimento de tarefas que fixavam ou diversificavam a técnica de movimento, principalmente em exercícios que combinavam dois ou mais fundamentos. Os exercícios de jogo propriamente dito também apresentaram elevado tempo gasto (28,2%). A maior incidência (frequência) do critério de êxito estabelecido pelo treinador foi quanto a realização correta do movimento (42,1%) e o resultado do movimento (37,5%), embora o maior tempo gasto tenha se apresentado em exercícios de aplicação geral do conteúdo do esporte em diferentes situações (44,3%). As evidências indicam a preocupação constante do treinador com o aperfeiçoamento dos componentes técnicos e táticos, referendada pela grande variedade no conteúdo dos exercícios. Além disso, a maior duração de exercícios que exigiam a adaptação dos jogadores ao contexto de aplicação proporcionou o aumento do repertório de respostas a serem dadas em situações de jogo variadas e imprevistas.

4351

5

FORMAÇÃO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA: O SABER ACADÊMICO FRENTE AO DESEMPENHO?

VIKTOR SHIGUNOV - Universidade Federal de Santa Catarina
Milton Aparecido Anfilo - Universidade Estadual de Ponta Grossa
Marise Botti - UFSC

O objetivo deste trabalho foi refletir a formação dos professores de educação física em sua trajetória histórica. Quanto aos profissionais que são formados, não podem ignorar que geram as mudanças filosóficas, pedagógicas, tecnológicas e econômicas. A pesquisa caracteriza-se como descritiva e tem como sujeitos quatro professores de diferentes décadas de formação. A entrevista foi gerada por três perguntas básicas: atuação profissional competente, a diversidade de atuação e como estar atualizado. Os entrevistados concordaram e afirmaram as seguintes proposições: Existe a complexidade dos lugares de atuação do profissional, tais como o campo escolar (diferentes níveis), de lazer (inúmeras), da recreação, da dança (as mais diversas), dos esportes (incontáveis), das lutas (muito especiais), das pessoas com necessidades especiais (um outro mundo de atuação), do personal, da academia, dos eventos, e muitos outros. Destaca-se, também, a diversidade de cursos (muitas concepções), a competência, os conhecimentos, a interação positiva, enfim sua atuação profissional digna, nem sempre é oferecida, porém sempre é cobrada pelos, alunos, clientes, utentes, desportistas, atletas entre muitos outros. Pode-se afirmar que apenas os cursos de formação inicial, frente à face das exigências (das mais diversas), não darão conta de proporcionar ao futuro profissional as habilidades, as competências e as ferramentas para o desempenho da profissão com maestria. Julga-se, que tanto o homem como o profissional do futuro estão mostrando os seus contornos, para sua formação e atuação serem condizentes com os ditames da humanidade sugere-se estar atento e agir para ocorrerem as mudanças salutares.

4433

7

ROMPENDO FRAGMENTOS: O ESPORTE ENQUANTO FERRAMENTA INTERDISCIPLINAR NA PROMOÇÃO DE SAÚDE

EDISON ROBERTO DE SOUZA - Universidade Federal de Santa Catarina
Sidney Ferreira Farias - UFSC
Alba Regina Battisti de Souza - UDESC
Fernanda Cacciatori - UFSC
Nathalia Cristina Matos - UFSC

Este estudo descritivo analisou as possibilidades do esporte enquanto ferramenta educativa e interdisciplinar de desenvolvimento humano e, sobretudo, de promoção de saúde das crianças participantes do Projeto Brinca Mané, desenvolvido em parceria entre o Instituto Ayrton Senna e o Centro de Desportos da UFSC. Considerou-se neste processo a interdisciplinaridade como um conjunto de princípios de articulação entre saberes, teorias e ciências e, nesta perspectiva, observou-se na ação pedagógica de educadores da área da Educação Física, Pedagogia e Psicologia desenvolvida na oficina de Orientação para a Saúde. Na proposta de utilizar o esporte como um agente de desenvolvimento da saúde os educadores criaram caminhos de co-relação, conexão e unidade oportunizando às crianças meios de compreender e estabelecer nexos teórico-práticos entre esporte e saúde e, sobretudo, despertando e cultivando hábitos saudáveis individuais com repercussão, inserção e valorização na saúde coletiva. Paralelamente, a intervenção permitiu também, uma integração e desenvolvimento de metas comuns entre educadores numa abordagem de conhecimento imbricado nas áreas do conhecimento de intervenção. Ficou claro na análise que a proposta interdisciplinar de educação pelo esporte ainda representa um caminho a ser desbravado, porém uma certeza durante a experiência ficou estampada, não se percorre só, é uma caminhada coletiva em que a solidariedade e a tolerância são essências para se chegar a um lugar que com certeza se descortinará em muitos outros.

4363

6

O TREINO DO TÊNIS INFANTIL: A RELAÇÃO ENTRE A AQUISIÇÃO DA TÉCNICA E O DESENVOLVIMENTO MOTOR

TIAGO MANJOURANY LEIVAS - Universidade de Caxias do Sul
Leonardo Amaral - Universidade de Caxias do Sul
Luis Peniza - Faculdade Metodista de Santa Maria
Diego Ortiz Mascarello - Universidade de Caxias do Sul
Fábio Badra - Faculdade de Educação Física e Ciência do Desporto da PUC-RS

O trabalho teve como objetivo verificar a relação entre os períodos críticos e sustentáveis da criança de 7 a 10 anos e o treinamento de tênis para essa faixa etária. Participaram da pesquisa 10 professores de Tênis portadores do Registro do Conselho Regional de Educação Física (CREF) responsáveis pelo ensino e/ou treinamento de tênis nos cinco clubes melhores colocados no ranking do estado do Rio Grande do Sul no ano de 2007. Para a coleta de informações foi utilizado um questionário, respondido por cada dois professores de tênis. Os resultados mostraram que os professores respeitam os períodos críticos e suscetíveis da criança de 7 a 10 anos com uma exceção, 60% dos professores, porém, não fazem trabalho de compensação no lado não dominante do corpo, aspecto importante para a formação do aluno. A respeito da aprendizagem da técnica foi descoberto que apenas 40% dos professores seguem o manual da Federação Internacional de Tênis (órgão máximo no ensino de Tênis no mundo). Serão necessários mais estudos para que se verifique porque o manual da ITF não é seguido.

4434

8

JUDÔ EM SANTA CATARINA: ELEMENTOS DA HISTÓRIA

CARLOS AUGUSTO VIEIRA DE CAMPOS - Universidade Federal de Santa Catarina
Saray Giovana dos Santos - Universidade Federal de Santa Catarina

Estudo de abordagem qualitativa, realizado através de um levantamento recodatório com o objetivo de resgatar elementos da história do Judô em Santa Catarina. Foram entrevistados sete professores de Judô, do sexo masculino, de vários locais do estado, com média de idade de 58,14, com média de tempo de prática de 22,71 e com graduação judoística acima de 6º Dan. O instrumento de pesquisa utilizado foi uma entrevista semi-estruturada. Os resultados indicam que a introdução do Judô em SC ocorreu em 5 de maio de 1962 na Sociedade Ginástica de Joinville, com o sensei Kenzo Minami, de forma tranqüila e com pouca resistência. A maior dificuldade encontrada foi unir cidades e professores, pois em Florianópolis só atuavam o sensei Takehisa e o sensei Sogo, no Oeste sensei Kazuo Konishi, em Blumenau sensei Shimazaki e em Joinville sensei Minami. Outra dificuldade apontada pelos entrevistados foi o entendimento do idioma Japonês, uma vez que seus introdutores eram nipônicos. Com relação a ordem cronológica da introdução do Judô nas cidades catarinenses têm-se: 1962 em Joinville; 1965 em Itajaí; 1966 em Videira e Florianópolis; e 1968 em Caçador, Joaçaba, Concórdia, Xanxerê, Chapecó e São Miguel D'Oeste. O empirismo era mais utilizado pelos introdutores do Judô do que os referenciais teóricos. A maioria dos pesquisados não soube dizer se a filosofia do Judô era abordada nas aulas. A metodologia adotada era: 1 saudação aos mestres, aquecimento, ukemi, uchi-komi, randori e volta calma. Todos os sensei afirmaram que a hierarquia, a rigidez e a disciplina eram cobradas no Dojô, visto que eram e ainda é algo fundamental para o desenvolvimento de um verdadeiro judoca. Palavras-chaves: introdução, precursores, Judô.

4465

9

INFLUÊNCIA DAS INTERVENÇÕES DOS PAIS NAS PARTIDAS DE FUTSAL – UMA ANÁLISE DOS TRÊS ATORES PRINCIPAIS

UBIRATAN ROEHR'S PEREIRA - Universidade Luterana do Brasil
Diozel Roehrs Vendruscolo - Universidade Luterana do Brasil
Gustavo dos Santos Ribeiro - Universidade Luterana do Brasil
Maciel Lopes da Silva - Universidade Luterana do Brasil

A presente pesquisa buscou verificar em três diferentes visões as influências que podem acarretar no rendimento das crianças mediante a intervenção dos pais no decorrer de três partidas de futsal. Este estudo é caracterizado como uma investigação descritiva, cuja amostra foi composta por 30 alunos de uma escolinha de futsal de Porto Alegre e seus respectivos pais e professores. Os resultados obtidos evidenciaram que em 60% dos casos os professores acreditam ser prejudicial esta influência, em contra partida 90% dos pais entrevistados pensam estar ajudando seus filhos incentivando-os em quadra, já os filhos relataram em 53,3% dos casos que as intervenções de seus pais em locais de jogos é um fator inibidor para seu desempenho. Conclui-se então, que para as crianças é de extrema importância a presença dos pais nos seus jogos, porém sem maiores manifestações, apenas para incentivá-las e apoiá-las no transcorrer das partidas. Em relação aos pais ficou evidenciado que eles não possuem a mínima idéia que sua presença, principalmente com intervenções antes ou durante as partidas, pode contribuir muitas vezes negativamente no desempenho de seus filhos. Na visão dos professores é muito importante a presença dos pais no ambiente para transmitir confiança e segurança aos seus filhos, contudo se em excesso pode gerar algumas mudanças nas atitudes das crianças.

4519

11

AValiação POSTURAL EM ATLETAS DO IRONMAN BRASIL 2007

ANGELISE MOZERLE - Universidade do Estado de Santa Catarina
Daiana Cristine Bundchen - UDESC
Kelly Cattelan Bonorino - UDESC
Michelli Vitória Silvestre - UDESC
Tales de Carvalho - UDESC

O treinamento de ultraendurance causa adaptações musculares que podem favorecer o desenvolvimento de desvios posturais. O objetivo foi descrever o perfil postural dos atletas de Florianópolis que participaram do Ironman Brasil 2007 e identificar as principais alterações posturais. A avaliação foi composta por 16 atletas (14M e 2F), 37±8 anos. O protocolo de avaliação postural foi adaptado de Mazzola&Zaparioli–Educação Postural Global, para avaliação observacional. Foi utilizado um simetógrafo e fio de prumo. Colocados em posição ortostática com calcanhars levemente afastados, buscando-se assimetrias no plano frontal, sagital e transversal. A coleta foi realizada no pico de treinamento. Foi observado anteversão pélvica em 11(68,7%) e retroversão em 5(31,3%). Joelho recurvato em 15(93,8%), nenhum joelho flexo. Joelho varo em 8(50%) e valgo em 1(6,2%). Todos ombros protusos(100%), destes, 13(81,3%) também ombros elevados, especificamente o esquerdo. Coluna, aumento da lordose lombar em 10(62,5%), retificação lombar em 6(37,5%), lordose diafragmática em 4(25%), aumento da cifose dorsal em 8(50%), retificação dorsal em 8(50%) e aumento da lordose cervical em todos(100%). Posicionamento da cabeça, 4(25%) sem alterações, 4(50%) posteriorizada e 8(50%) anteriorizada. Mobilidade respiratória satisfatória nas regiões esternal, costal inferior e abdominal em 9(56,2%). Os demais, bloqueio respiratório em pelo menos uma das regiões descritas. Provavelmente as alterações posturais se devam a retrações de cadeias musculares frente à sobrecarga repetitiva imposta pelo treinamento. Sugerem-se estudos posteriores incluindo testes específicos de flexibilidade para corroborarem com os dados elucidados por este estudo.

4514

10

Caraterização DOS ATLETAS PARTICIPANTES DO IRONMAN 2007

ANA CRISTINA CAMARGO IELO ZEMELLA MARTINS DE OLIVEIRA - Universidade do Estado de Santa Catarina
Fernanda Guidarini Monte - UDESC
Christiani S.Almeida Pereira - UDESC
Anderson Rodrigues de Ca - UDESC
Tales de Carvalho - UDESC

O triathlon Ironman é uma prova de grande volume de exercício composta por 3,8 km de natação, 180 km de ciclismo e 42 km corrida. O estudo teve como objetivo caracterizar os atletas participantes do Ironman 2007. A amostra foi composta por 21 atletas amadores, masculinos, com idade de +36,3 anos, de Florianópolis. Utilizou-se um questionário específico para triatletas. Os resultados demonstraram que a maioria dos indivíduos trabalha de 4 a 6 horas por dia. 95,24% possuem curso superior, sendo 28,6% engenheiros, 9,5% administradores, 9,5% professores de Educação Física, 9,5% médicos e 42,9% outros. 85,7% já praticaram outro esporte competitivamente. Dentro das modalidades que compõe o triathlon, 52,4% dos atletas iniciaram treinando corrida; 42,8% natação e 9,52% ciclismo. 42,9% realizaram a prova pela primeira vez em 2007. Os motivos pelos quais os atletas praticam o Ironman estão relacionados à superação (81%), ao desafio desportivo (76,2%) e à promoção de saúde (66,7%). Os indivíduos treinam em média 3,2 horas/dia. Sendo, por semana: 4 dias de ciclismo, 3 dias de natação e 4 dias de corrida. Sobre a quantidade de horas por dia, a maioria dos atletas afirma treinar de 1 a 2 horas de corrida, de 3 a 4 horas de ciclismo e de 1 a 2 horas de natação. 52,4% relataram ter algum problema músculo-esquelético que influi no desempenho desportivo e 95,2% fazem uso de suplementos alimentares. Conclui-se que a maioria dos indivíduos possui grau de instrução superior. A maioria compete em outra modalidade esportiva, que começou a prática do triathlon a partir da corrida motivada pelo desafio de superação que esta prova proporciona aos participantes.

4535

12

ANSIEDADE E ESTRESSE DE PARTICIPANTES DOS II JOGOS DA DIVERSIDADE

CARLA MARIA DE LIZ - Universidade do Estado de Santa Catarina
Ricardo de Azevedo Klumb Steffens - Universidade do Estado de Santa Catarina
Marcílio Lourenço da Cunha - Universidade do Estado de Santa Catarina
Clarice Garcia Rebelo - Universidade do Estado de Santa Catarina
Ricardo Brandt - Universidade do Estado de Santa Catarina

Estudos apontam a competição como uma fonte geradora de estresse e ansiedade, independente do nível de habilidade, modalidade, ou gênero do atleta. Este estudo teve por objetivo verificar os níveis de ansiedade traço, ansiedade estado e estresse de participantes dos II Jogos da Diversidade. Participaram da pesquisa 31 sujeitos com idade média de 25 anos ($\pm=7,7$), mesma média apresentada por homens ($\pm=5,9$) e mulheres ($\pm=9,3$). A ansiedade de estado foi verificada por meio de uma versão reduzida do Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2) de Martens et al. (1982), a ansiedade traço pela versão reduzida do Sport Competitive Anxiety Test (SCAT) de Martens et al. (1982), e o estresse pela Escala de Estresse Percebido (LUFT et al., 2007). Utilizou-se de estatística descritiva. A média da ansiedade traço foi 10,72 ($\pm=3,48$), tendo os homens ($=11,21/\pm=3,72$) média superior em comparação às mulheres ($=10,27/s=3,30$). A ansiedade estado média foi de 14,86 ($s=3,48$), média essa mais uma vez inferior para as mulheres ($=13,07/s=2,37$) em comparação aos homens ($=16,64/s=5,69$). Quanto ao nível de estresse, a média geral foi de 22,90 ($\pm=9,00$), sendo que as mulheres ($=22,13/s=9,88$) apresentaram nível pouco inferior ao dos homens ($=23,67/\pm=8,30$). Os resultados demonstraram que os níveis de ansiedade encontravam-se moderados e que embora existam diferenças entre os níveis de ansiedade e estresse de homens e mulheres, essas diferenças não parecem ser significativas. Os níveis de ansiedade moderados apresentados verificados não são comuns neste tipo de competição, tendo em vista que o objetivo principal é a integração e lazer. Quanto ao estresse, os níveis apresentados foram normais quando comparados a outras populações.

4604

13

O GOSTAR COMO BASE DE APROXIMAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E PRÁTICA ESPORTIVA DE ALTO RENDIMENTO

CATALINA NAOMI KANETA - GEPETIJ - EEFUEUSP
 Simone Tolaine Massetto - CCBS-EF Mackenzie
 Marcelo Massa - CCBS-EF Mackenzie
 Maressa D'Paula N. Rosa
 Maria Tereza Silveira Böhme - GEPETIJ/EEFUEUSP

Existe uma preocupação das Ciências do Esporte em diferenciar as atividades físicas do esporte de alto rendimento. O esporte competitivo recebe críticas por não favorecer o bem estar pessoal, pois muitas vezes podem desencadear desgaste físico, cognitivo e emocional, enquanto as atividades de promoção da saúde são práticas que buscam o bem estar físico e mental do indivíduo. Existe uma cisão entre as duas práticas, mas esta diferença em alguns momentos da carreira esportiva dos atletas parece não ser tão evidente. Quando são pesquisadas as suas experiências em treinamento esportivo, pelo menos um fator aproxima as duas práticas: a motivação para a prática. Se por um lado a atividade física promove bem estar físico e mental, a aderência ao treinamento esportivo também é atribuída ao prazer. O GEPETIJ/EEFUEUSP, em 2005 realizou um estudo com 69 atletas da seleção brasileira juvenil de atletismo e verificou que o início e a permanência na atividade estão relacionados ao gostar, a satisfação e ao prazer. MASSA (2006) realizou entrevistas com 6 judocas olímpicas e detectou que estes atletas permanecem na prática devido ao "amor e prazer". Em 2007 foram realizadas entrevistas com 5 nadadoras olímpicas e os resultados indicam que as atletas atribuem o início e permanência na atividade ao gostar de estar na água e gostar da prática esportiva. Independente da modalidade, estes estudos apontam que o prazer promovido pela prática esportiva é o principal motivador para a iniciação e permanência dos atletas em treinamento esportivo, resultado este que corrobora com BLOOM (1995) e CSIKSZENTMIHALYI, et al (1997), que afirmaram que nenhum adolescente desenvolverá seus talentos em treinamentos se ele ou ela não se divertirem.

4612

15

DESENVOLVIMENTO DAS AULAS DE ATIVIDADES AQUÁTICAS NA CIDADE DE CANOAS, RS

DORALICE ORRIGO DA CUNHA POL - ULBRA/ Canoas; Instituição Educacional São Judas Tadeu
 Eduardo Alvarez Del Palácio - Unileón, Espanha
 Ana Lígia Finamor - FGV
 Andréa Krüger Gonçalves - ULBRA/Canoas
 Evelyn Souto Muller - ULBRA/Canoas

O presente estudo buscou indicar a metodologia utilizada pelos professores de atividades aquáticas na cidade de Canoas, o mesmo teve uma abordagem descritiva de cunho qualitativo. Como instrumento foi utilizada a observação direta um total de 172 aulas distribuídas entre os três espaços formais. De acordo com as observações pode-se identificar a predominância dos seguintes aspectos: interrompem as aulas por motivos aleatórios ao processo ensino-aprendizagem que foi o mais observado; enfatizam os detalhes técnicos; utilizam demonstrações durante as aulas; proporcionam exercícios físicos e técnicos e criticam a execução ou aspecto de conduta; interrompem as aulas por processo didático pedagógico; participam das atividades junto aos praticantes; prestam ajuda de ordem não técnica; proporcionam atividades lúdicas; apresentam espaços para analisar tarefas e estabelecem condições para o desenvolvimento das aulas; formulam questões sobre o desenvolvimento dos alunos, utilizam castigo ou penalização e oportunizam o jogo e a competição; apresentam objetivos nas aulas; elogiam a atuação dos praticantes e elogiam o desempenho; estimulam o encaminhamento a outros estágios de aprendizagens que foi o menos observado. Concluiu-se que os profissionais que desenvolvem estas atividades apresentam uma abordagem metodológica tradicional assim como a didática, pois enfatizam a técnica na aprendizagem e não ofertam a prática de atividades lúdicas, como também não incentivam os alunos na busca de um desempenho com mais liberdade e satisfação. Palavras-chave: Professores, atividades aquáticas, aulas, Canoas.

4607

14

ANÁLISE QUALITATIVA DO ARREMesso SEM APOIO COM GIRO DE 360° NO HANDEBOL DE AREIA

PHILIPPE GUEDES MATOS - UNISUL - Universidade do Sul de Santa Catarina
 Antonio Alberto de Lara Junior - UNISUL - Universidade do Sul de Santa Catarina

O Handebol de areia difere do handebol "indoor" na contagem de pontos. O gol espetacular que resulta em dois pontos pode ser realizado através de um arremesso sem apoio com giro de 360° ou de uma jogada aérea. O objetivo deste estudo foi determinar quais segmentos corporais possui maior influência na execução do arremesso sem apoio com giro de 360°. Dividiu-se o arremesso, para efeito de estudo em 3 padrões, onde a diferença está como acontece a impulsão (impulsão do membro inferior, com mesma dominância lateral ao membro superior de arremesso, impulsão do membro inferior, de dominância contrária ao membro superior de arremesso e impulsão dos membros inferiores paralelos). Foram analisados os membros superiores, o tronco e os membros inferiores. Participaram 6 atletas com mais de 3 anos de prática, filmados a 60Hz no plano frontal. Foi utilizada estatística descritiva. Cada arremesso foi executado 6m de distância perpendicularmente a baliza. Cada praticante executou 7 arremessos em cada padrão. Na análise dos dados os membros inferiores apresentaram 41,17% de erro na execução do padrão nº1, 15,9% no padrão nº2 e 25% no padrão nº3. O tronco não apresentou erros. Membros superiores 9,2% de erro na execução do padrão nº1, 6,2% no padrão nº2 e 11,3 no padrão nº3. Conclui-se que no padrão 1 e 2, a rotação do quadril facilita a execução do movimento, seja ela lateral ou medial de acordo com o padrão, e no padrão 3 o jogador necessita de maior força, porém possui uma maior estabilidade. Nos três padrões os membros inferiores são determinantes na execução correta do movimento, influenciando decisivamente no aproveitamento do arremesso.

4629

16

CARACTERIZAÇÃO DOS PARTICIPANTES DO II JOGOS DA DIVERSIDADE DE FLORIANÓPOLIS

MAICK DA SILVEIRA VIANA - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Tânia Brusque Crocetta - LAPE-UDESC
 Luciana Segato - LAPE-UDESC
 Carlos Alberto da Rocha - LAPE-UDESC
 Kassandra Amaro - CEFID-UDESC

Eventos envolvendo a população GLBTs destacam-se por sua capacidade de integrar, incluir e constituir espaços de sociabilidade e encontro deste público. O objetivo do presente estudo foi caracterizar os participantes do II Jogos da Diversidade de Florianópolis, realizado em setembro de 2007. Participaram do estudo 31 sujeitos com idade média de 25 anos (s=7,7), sendo 15 homens (25 anos/s=5,9) e 16 mulheres (25 anos/s=9,3). O instrumento utilizado foi um questionário, que abordou o perfil sócio-econômico e histórico esportivo dos participantes. Utilizou-se estatística descritiva para o tratamento dos dados. Os resultados demonstram que a maioria dos participantes é "Gay" ou "Lésbica" (ambos com 33,3%), seguidos dos "Simpatizante" (23,3%) e "Bissexuais" (10%). A maior parte mora com os pais ou com o(a) companheiro(a) (ambos com 42,9%). Apenas 16,7% são casados, sendo os demais solteiros (83,3%). Verificou-se um elevado nível de escolaridade, visto que os participantes possuem 2o Grau (42,9%), nível superior (17,9%), especialização (17,9%) e doutorado (10,7%). Quanto à renda mensal, predomina a faixa de 1 a 5 salários mínimos (69,2%). A maioria dos participantes (55,2%) declarou ter sido atleta na infância ou adolescência. De certa forma, os participantes preservam o estilo de vida ativo nos dias atuais, visto que 80% participam de atividades esportivas como vôlei (36,7%) e judô (13,3%); e 74% mantêm uma atividade física regular como musculação (29,6%) e caminhadas (11,1%). Observa-se um perfil distinto dos participantes dos Jogos da Diversidade da população em geral, especialmente nos quesitos escolaridade e prática de atividades físicas, sendo encontrado níveis superiores destas variáveis na população de GLBTs.

4694

17

ANÁLISE DO ESTADO DE HUMOR DE TRIATLETAS IRONMAN E PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DO EXCESSO DE TREINAMENTO FÍSICO

CHRISTIANI SCHWEITZER ALMEIDA PEREIRA - UDESC

Fernanda C. S. G. Monte - UDESC

Ana Cristina C. I. Z. Martins de Oliveira - UDESC

Ana Paula S. Ramos - UDESC

Tales de Carvalho - UDESC

A síndrome de excesso de treinamento (SET) é um problema considerado comum entre atletas devido às oscilações e desequilíbrios recorrentes dos ajustes entre treinamento, competições e recuperação física. O estudo teve como objetivo analisar o estado de humor de triatletas ironman e prevalência da síndrome do excesso de treinamento físico. A amostra foi composta por 30 atletas amadores pertencentes a uma equipe de Florianópolis, independentemente de sexo e idade, que completaram a prova de Ironman em 2007. O instrumento utilizado para a avaliação dos atletas foi a Escala de Humor de BRUMS, onde se utilizou como referência o percentil 50. A escala de humor foi aplicada em sete momentos diferentes escolhidos de acordo com o período de treinamento: no pico de maior volume de treinamento; antes e após o treino de meio Ironman; no dia que antecedeu a prova esportiva; no dia posterior a competição; cinco dias e doze dias após o evento. Os resultados demonstraram que a maioria dos atletas apresentou alterações acima do percentil 50 (P50) nos seguintes fatores: A) No pico de treinamento: fadiga (P51-P75), raiva (P52-P91) e vigor (P52-P70). B) Antes do treino: fadiga (P51-P93) e vigor (P52-P70). C) Após o treino: fadiga (P51-P96). D) No dia que antecedeu a prova esportiva: vigor (P52-P70) e tensão (P52-P67). E) No dia posterior a competição: fadiga (P51-P86) e vigor (P52-P70). F) Cinco dias e Doze dias: vigor (P52-P70). A prevalência da SET foi de 5% nestes atletas. Conclui-se que a equipe apresentou oscilações de humor adequadas ao volume de treinamento, mostrando boa recuperação física e psicológica antes e após a competição.

4738

19

A DINÂMICA NO DESENVOLVIMENTO DO GOSTO ESPORTIVO

JOSÉ GERALDO SOARES DAMICO - ULBRA (LAFIMED E NUPÉ DA CIDADE)

Oswaldo Donizete Siqueira - LAFIMED/EFI

Luis Antônio Crescente - LAFIMED/EFI

Cristiano Rosa das Neves - NUPÉ DA CIDADE

Alexandre Kunsler - NUPÉ DA CIDADE

O presente estudo busca discutir a adesão à prática esportiva dos jovens como um processo dinâmico que articula um conjunto de aspectos como o que se refere ao compromisso entre a vida escolar e a coesão familiar. Investigar os percursos esportivos de jovens atletas e os significados atribuídos por eles como justificativas para permanecer, abandonar ou retomar uma carreira esportiva. A metodologia utilizada é de recorte qualitativa o que permite a captação de zonas de conflito e contradições entre as opiniões de nossos informantes. Para tanto, realizamos entrevistas semi-estruturadas com 12 jovens atletas de uma equipe de fut-sal juvenil da Cidade de Canoas/RS. As entrevistas abordaram os percursos esportivos dos jovens competidores de um nível esportivo médio, a fim de conhecer as condições que os tenham conduzido a começar, ou a, interromper ou a trocar de prática esportiva. As respostas permitiram criar categorias a partir do software N-Vivo, após operamos metodologicamente com a análise de discurso de inspiração foucaultiana. A análise permitiu melhor compreender como seu entorno próximo contribui para orientar o curso de suas escolhas esportivas. Assim o apoio positivo dos pais ou dos cuidadores, a manutenção de um bom desempenho escolar e de um ambiente familiar caloroso na equipe contribui para a manutenção na prática esportiva, bem como a negatividade desses fatores parece colaborar para a troca de equipe ou até mesmo levar ao abandono da modalidade. Um outro aspecto que cabe ressaltar é o de que o desenvolvimento pelo gosto esportivo se apóia na construção de um saber-fazer técnico, tático e físico que o jovem competidor deverá sem cessar demonstrar sua eficácia nas situações de competição esportiva.

4729

18

ANALISE NO CRESCIMENTO DOS MEMBROS INFERIORES EM PRATICANTES DE GINÁSTICA ARTÍSTICA

JOÃO CARLOS OLIVA - Universidade Federal do Rio Grande do Sul/Pontifícia

Universidade Católica

Rubiane Severo Oliva - Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Carlos Araújo - Universidade do Porto

Flávia Meyer - Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Oswaldo Donizete - Universidade Luterana do Brasil

Os critérios específicos de seleção para atletas de Ginástica Artística sugerem que se devem procurar indivíduos de baixa estatura, com membros inferiores curtos, ombros largos e quadril estreito, mas quando essas características já se comprovam nos ginastas, isso é mais proveniente de uma predisposição genética do que dos resultados da prática concreta dessa atividade. Este estudo teve como objetivo principal investigar os praticantes de Ginástica Artística de ambos os gêneros quanto às medidas somáticas. Para melhor percepção das variáveis dos ginastas, ao longo de 4 anos, foi feita a comparação com um grupo controle. A amostra foi composta por sujeitos de ambos os gêneros numa faixa etária inicial dos 6 aos 12 anos e totalizando uma população de 280 sujeitos. O estudo foi longitudinal e analisaram-se as seguintes variáveis: estatura, altura sentada, comprimento dos membros inferiores, estatura dos pais e idade de menarca das mães. A estatura e altura sentada foram medidas com um estadiômetro portátil. Para a coleta de dados da estatura dos pais e idade de menarca das mães foi utilizado um questionário padronizado. O programa estatístico utilizado foi o SPSS for Windows (versão 11.0) e o nível de significância adaptado foi de 5%. Os resultados revelaram que a baixa estatura já era característica dos ginastas em ambos os gêneros mesmo antes de se iniciarem no desporto de competição. Concluindo que os ginastas em ambos os gêneros já possuíam baixa estatura, sendo que o seu crescimento em estatura foi atenuado devido a uma menor velocidade de crescimento no comprimento nos membros inferiores em relação aos outros segmentos corporais.

4769

20

LAZER DE RELIGIOSOS: O USO DO COMPUTADOR

LETICIA MIRANDA DE MIRANDA - UFSC

Sidney Ferreira Farias - UFSC

Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães - UDESC

Cristiane de Lima Eidam - UDESC

Idosos dedicados à religião católica têm hábitos de vida bastante peculiares. Hábitos estes pouco conhecidos especialmente em se tratando dos relacionados ao lazer que, aparentemente, pouco se manifestam. Atualmente, destaca-se o computador e seus recursos como expressão do lazer em qualquer idade. Este estudo objetivou identificar o uso do computador nos hábitos de lazer de freiras e padres idosos. O instrumento de pesquisa utilizado foi o questionário Estilo de Vida e Hábitos de Lazer dos Industriários do Estado de Santa Catarina adaptado de Barros (1999). A análise estatística foi descritiva por média, desvio padrão e percentual. A amostra foi intencional composta por 72 idosos residentes em Florianópolis – SC, sendo 23 padres e 49 freiras com média de idade de 75,17 \pm 7,95 anos. Um percentual de 74% dos padres e 73,5% das freiras realiza alguma atividade física moderada no lazer preferencialmente em locais públicos. Tanto padres quanto freiras, em sua maioria, 82%, possuía o hábito de assistir televisão 7 dias na semana entre 30 e 120 minutos. As atividades de lazer preferidas de 26% dos padres foram as sociais (encontro com amigos e família) e 31% das freiras preferiu a atividade intelectual (leitura, palavras cruzadas, estudo). Entretanto, o uso do computador como forma de lazer foi citado por apenas 1 (um) dos religiosos, caracterizando pouca familiaridade da população estudada com a tecnologia em questão. Considerando que o uso adequado do computador incrementa as atividades de lazer dos idosos, em diferentes aspectos (social, cultural e intelectual), propõe-se a implantação de uma política de inclusão que leve em conta especificidades e acessibilidade de idosos de todos os meios sociais.

4811

21

QUEIXAS ÁLGICAS E LESÕES EM PARATLETAS DE BASQUETE SOBRE RODAS DA EQUIPE UNISUL/OMDA

LUANA MENEZHINI - Universidade do Sul de Santa Catarina
 Luiz Augusto Oliveira Belmonte - UNISUL
 Tiago Baptista - UNISUL
 Iramar Nascimento Baptistela - UNISUL
 Cássia Lopes - UNISUL

O basquete sobre rodas apresenta alto grau de exigência física e sobrecarga principalmente músculos e articulações do tronco e dos membros superiores. O objetivo deste estudo foi identificar queixas algicas e lesões nos paratletas da equipe Unisul de basquete sobre rodas. Foi realizada entrevista estruturada com 6 paratletas do sexo masculino, com idade entre 23 à 38 anos. Foram obtidas informações referentes aos dados pessoais, etiologia da deficiência física, tempo de prática do basquete sobre rodas, posição em quadra, frequência de treino semanal, presença de queixas algicas e lesões decorrentes da prática do basquete sobre rodas. As causas das deficiências físicas dos paratletas entrevistados foram: traumatismo raqui-medular (n=1), poliomielite (n=2) e amputações de membros inferiores (n=3). A maioria (n=4) pratica o esporte há 1 ano e apenas um atleta é cadeirante. Três paratletas são pivôs, dois alas e um armador. A equipe treina duas horas diárias e cinco vezes por semana, totalizando 10 horas de treino semanal. Três paratletas referiram dor na região cervical, quatro na região do ombro, dois na região do cotovelo, dois na região do punho, um na região da mão e um na região lombar. Somente um paratleta não referiu dor. Como lesões decorrentes da prática do basquete foram relatadas: lesão ligamentar do polegar por um paratleta e lesões musculares por dois paratletas. Três paratletas não relataram lesões causadas pelo esporte. Sugere-se que a prevalência de queixas algicas nos membros superiores ocorra devido ao somatório do gestual técnico-desportivo e esforços realizados para o deslocamento em quadra.

4812

22

NÍVEIS DE ANSIEDADE E A RELAÇÃO COM O DESEMPENHO DE JOGADORES DE VOLEIBOL: UM ESTUDO COM LEVANTADORES

JEFERSON COUTINHO DE SOUSA - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC
 William Antonio Zanatta - Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC
 Renato Back - Universidade do Estado de Santa Catarina -

O objetivo deste estudo foi verificar níveis de ansiedade e a relação com desempenho de levantadores no voleibol. A amostra foi intencional e composta por jogadores (n=12), todos do gênero masculino com idade média $X=25,3 + 6,4$ anos. Aplicou-se o SCAT para a verificação da ansiedade-traço (at) e o CSAI-2 para verificação da ansiedade-estado cognitiva (aec), somática (aes) e auto-confiança (aeac). Utilizou-se tratamentos estatísticos descritivos de média (X), desvio padrão (dp), frequência (f), porcentagem (%) e teste t de Student ($p < 0,05$) através do programa Excel 2000. Encontrou-se níveis de ansiedade-traço médios para os levantadores ($X_{at}= 17,8 + 6,3$). Já os níveis de ansiedade-estado cognitiva $X_{aec}= 12,7 + 3,5$, somática $X_{aes}= 9,2 + 2,8$ e auto-confiança $X_{aeac}= 32,1 + 5,1$, mostrando que em geral os levantadores tinham alta auto-confiança e boa cognitividade. De acordo com o tempo de treinamento dos levantadores encontrou-se $X= 12,7 + 6,7$ anos. Nenhum dos levantadores participou de treinamento psicológico específico durante os anos de treino e/ou fora dele. Relacionado com o desempenho os levantadores das duas melhores equipes colocadas obtiveram menores índices de ansiedades-traço ($X_{at}= 15,5 + 7,8$ e $X_{at}= 15 + 5,7$) e maiores índices de ansiedade-estado de auto-confiança ($X_{aeac}= 35,5 + 0,7$ e $X_{aeac}= 36 + 0$). Conclui-se que os sentimentos interpessoais mudam durante uma competição devido a diversos fatores, incluindo o sucesso da equipe e a ansiedade corrobora com o desempenho em situações de jogo. Essas prováveis mudanças devem ser analisadas pela comissão técnica de uma equipe para que os ajustes e mudanças sejam feitos no comportamento do jogador visando o êxito da equipe.

4825

23

PERCEÇÃO DE COMPETÊNCIA: UM ESTUDO COM CRIANÇAS DA REDE PARTICULAR DE ENSINO PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DO DESPORTO

LEONARDO ROCHA DE OLIVEIRA - Universidade Estadual de Maringá
 Bruno Guilherme Morais Pagan - Universidade Estadual de Maringá

O contexto social e o esportivo competitivo salientarão o aspecto do indivíduo que necessita desenvolver suas habilidades para suprir as exigências, tanto nas atividades sociais como nas esportivas. A percepção de competência é um determinante crítico de subsequente motivação para participação (HARTER, 1985 apud FIORESE, 1993). Este estudo teve como objetivo principal analisar e comparar o nível de percepção de competência entre crianças de 11 a 13 anos, praticantes e não praticantes de desporto. A população deste estudo foi composta por 50 escolares de 11 a 13 anos, sendo 25 praticantes e 25 não praticantes do desporto. Como instrumento de medida foi utilizado a escala de percepção de competência de Harter (1985). Sendo esta dividida em seis subescalas e os valores obtidos classificados como baixa, moderada e alta percepção, expressos em valores médios e desvio padrão, sendo realizado o Teste t para a avaliação das diferenças entre os dois grupos. Segundo a classificação proposta pode-se constatar que os valores médios para os indivíduos desportistas apresentaram níveis considerados moderados nas competências cognitiva ($2,5 \pm 0,6$) afetiva ($2,8 \pm 0,5$), motora ($2,7 \pm 0,4$) física ($2,7 \pm 0,7$) e conduta comportamental ($2,5 \pm 0,5$) e níveis altos para valor global ($3 \pm 0,6$). Já os valores dos indivíduos não desportistas para as competências cognitiva ($2,6 \pm 0,6$), afetiva ($2,4 \pm 0,4$), motora ($2,3 \pm 0,7$), física ($2,3 \pm 0,7$), conduta comportamental ($2,8 \pm 0,4$) e valor global ($2,8 \pm 0,7$), são considerados moderados. De acordo com a análise dos dados pode-se concluir que os indivíduos praticantes de algum tipo de modalidade desportiva apresentam níveis de percepção de competência superiores aos dos indivíduos não desportistas.

PÔSTERES 5 – ÁREA TEMÁTICA 10: CINEANTROPOMETRIA, DESEMPENHO HUMANO E FISIOLÓGIA DO EXERCÍCIO**3696****1****INCIDÊNCIA, TIPO E MECANISMOS DE LESÕES NO REMO SEGUNDO A PERCEPÇÃO DOS REMADORES**

RAFAEL DA SILVA FERNANDES - Universidade Federal de Santa Catarina
 Saray Giovana dos Santos - Universidade Federal de Santa Catarina

O remo é um dos esportes que mais exige o esforço de seus praticantes tendo em vista o alto número de repetições das remadas em um intervalo de tempo muito elevado. A repetição de movimentos é objeto de estudo de pesquisadores da biomecânica do esporte, que dentre outros buscam amenizar os efeitos do treinamento. Este estudo descritivo do tipo diagnóstico teve como objetivo avaliar os tipos e as causas das lesões decorrentes da prática do remo, através da percepção dos seus praticantes, assim como os mecanismos que as desencadearam durante a sua execução, tanto nos treinamentos dentro, quanto fora da água. Participaram do estudo 26 atletas pertencentes à Seleção Brasileira de Remo, em pleno treinamento para o Pan-americano de 2007 no Rio de Janeiro. Como instrumento de medida foi utilizado um questionário com 22 questões, adaptado para a realidade das atividades executadas durante os treinamentos dos atletas da modalidade, cujo índice de clareza de 100% e de validade de 93%. Os dados obtidos, segundo os atletas, apontam que as lesões (dores) mais frequentes foram na região lombar (22), sendo que em três casos foram diagnosticados hérnias discais, ainda sete atletas apontaram dores crônicas nos joelhos. Os mecanismos apontados pelos remadores como maiores causadores de lesões foram: o excesso de treinamento (3); a má postura adotada durante a remada (3); o excesso de carga (10) e as quedas do barco em treinos (13). Os dados obtidos permitem concluir que os remadores são acometidos por lesões na região lombar, gerada pelo somatório dos fatores postura adotada para a remada e excesso de treinamento. Recomenda-se um trabalho tanto preventivo quanto corretivo, para minimizar e amenizar os efeitos da referida prática.

3701**2****LESÕES EM ATLETAS DE BASQUETEBOL ASSOCIADAS COM UTILIZAÇÃO DE EQUIPAMENTOS PREVENTIVOS E TREINAMENTO COMPENSATÓRIO**

SARAY GIOVANA DOS SANTOS - Universidade Federal de Santa Catarina
 Tatiane Piucco - Universidade Federal de Santa Catarina

As características práticas de modalidades esportivas expõem os atletas ao acometimento de lesões que podem ser minimizadas pela utilização de equipamentos de proteção individual (EPI) e pela realização de trabalho preventivo (alongamento e fortalecimento muscular). Este estudo objetivou associar o número de lesões acometidas nos últimos dois anos com a utilização de EPI e a realização de treinamento físico compensatório em atletas de basquetebol. Participaram do estudo oito atletas titulares de uma equipe juvenil de basquetebol masculino, com média de idade de 16,1±1,7 anos, estatura de 185,3±10,2 m, massa de 77,6±8,4 kg e tempo de prática de 3,4±0,9 anos. Como instrumento de medida utilizou-se um questionário para investigar as características das lesões sofridas (número, local e mecanismo causador), a utilização de EPI e a realização de treinamento compensatório. A associação entre as variáveis citadas com o número de lesões foi realizada pelo teste Qui-Quadrado a $p \leq 0,05$. Os atletas sofreram 51 lesões nos últimos dois anos; apenas dois utilizam EPI durante os treinos e jogos; todos afirmaram realizar treinamento compensatório. O local de maior acometimento de lesões foi o tornozelo (25/51), seguido da mão (14/51) e joelho (7/51). Não se encontrou associação significativa entre a utilização de EPI ($p=0,47$) e de treinamento físico compensatório ($p=0,53$) com o número de lesões. Parece que a utilização de EPI e a realização de treinamento físico compensatório não estão interferindo na redução do número de lesões dos atletas. Assim, sugere-se tomadas de decisões que propiciem a melhoria do treinamento técnico e físico, bem como a efetiva utilização de EPI para reduzir os efeitos das sobrecargas ao longo do treinamento.

3756**3****ANÁLISE COMPARATIVA DA RESISTÊNCIA ABDOMINAL ENTRE ADULTOS DIABÉTICOS E NÃO-DIABÉTICOS**

LUCIANA ZARANZA MONTEIRO - UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ - UFC
 Carlos Eduardo Sydney Ballalai - Universidade Federal do Ceará - UFC
 Frederico Lemos Araújo - Universidade de Fortaleza
 Virginia Oliveira Fernandes - Universidade Federal do Ceará - UFC
 Renan Magalhães Montenegro Júnior - Universidade Federal do Ceará - UFC

Introdução: A resistência da musculatura abdominal é uma aptidão física necessária para o dia-a-dia devido a sua importância no aspecto postural. Objetivo: Comparar a resistência dos músculos abdominais de adultos diabéticos e não-diabéticos. Método: Estudo de abordagem quantitativa, descritivo e transversal, com 68 Diabéticos Tipo 2 (DM2), sendo 39 (39,8%) provenientes do Hospital Universitário Walter Cantídio-UFC (grupo DM-HUWC), 29 (29,6%) pacientes assistidos no Núcleo de Assistência Médica Integrada-UNIFOR (grupo DM-NAMI) e 30 (30,6%) indivíduos não-diabéticos (não-DM). A média de idade no grupo DM-HUWC foi de 50,31±5,93 anos; no grupo DM-NAMI 51,55±7,24 anos e no grupo não-DM 47,97±8,00 anos. Para avaliação da resistência muscular utilizou-se o teste de abdominal parcial recomendado pelo ACSM (2000). Na análise estatística foi utilizado o programa SPSS for Windows versão 11.5. Resultados: O grupo DM-HUWC apresentou uma média de 13,5±14 (repetições/minuto) e o grupo DM-NAMI apresentou média de resistência igual a 13,9±11,6. Não foi encontrada diferença estatística significativa entre as médias de resistência muscular dos dois grupos ($p=0,62$). O grupo de não-diabéticos (não-DM) apresentou resistência muscular igual a 19,9±13,5 (repetições/minuto). Quando feita à comparação com o grupo total de diabéticos foi encontrada diferença estatisticamente significativa nas médias ($p=0,027$). Conclusão: A maioria dos pacientes diabéticos e quase metade dos indivíduos não-diabéticos apresentaram baixo nível de resistência muscular sem diferença entre os grupos. Um trabalho de fortalecimento muscular nessa região pode contribuir na diminuição de problemas posturais e dores

3757**4****FORÇA DE PRENSÃO MANUAL EM ADULTOS DIABÉTICOS TIPO 2**

RENAN MAGALHÃES MONTENEGRO JÚNIOR - UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ - UFC

Carlos Eduardo Sydney Ballalai - Universidade Federal do Ceará.
 Vivian Saraiva Veras, - Universidade Federal do Ceará.
 Virginia Oliveira Fernandes - Universidade Federal do Ceará.
 Luciana Zaranza Monteiro - Universidade Federal do Ceará.

Introdução: A Força muscular é definida como o nível máximo de força ou tensão que produzido por um músculo ou por um grupo muscular. O declínio na força muscular acontece com uma média de 15% a 20% por década após os 50 anos e pode afetar a qualidade de vida da população diabética ou não. Objetivo: Avaliar o nível de força de prensão manual de adultos diabéticos tipo 2 no setor terciário e primário da cidade de Fortaleza-Ce. Método: Estudo de abordagem quantitativa, descritivo e transversal, com 68 Diabéticos Tipo 2 (DM2), sendo 39 (39,8%) provenientes do Hospital Universitário Walter Cantídio-UFC (grupo DM-HUWC) e 29 (29,6%) pacientes que eram assistidos no Núcleo de Assistência Médica Integrada-UNIFOR (grupo DM-NAMI). A média de idade no grupo DM-HUWC foi de 50,31±5,93 anos e no grupo DM-NAMI a média de idade foi de 51,55±7,24 anos. O tempo médio de diagnóstico do grupo DM-HUWC foi de 8,57±6,96 anos e no grupo DM-NAMI foi de 6,93±5,18 anos. Para a verificação da força de prensão manual foi utilizado um dinamômetro hidráulico (escala de 0 a 100 kg) onde foram realizadas duas medidas em cada mão, de forma alternada, anotando-se a mão dominante do avaliado na folha de protocolo. Resultados: O grupo de diabéticos assistidos no HUWC (DM-HUWC) apresentou 25(64,1%) dos seus integrantes com nível força muscular fraco ou abaixo da média e 14(35,9%) com nível de força muscular médio ou bom. O grupo DM-NAMI apresentou 22(75,9%) dos seus integrantes com força muscular fraca ou abaixo da média e 7(24,1%) com força muscular na média ou boa. Conclusão: Um baixo nível na força muscular pode contribuir para o surgimento de enfermidades que causam limitações nas atividades do cotidiano e um decréscimo na qualidade de vida.

3931

5

BANCO DE FLEXIBILIDADE KR – CONSTRUÇÃO DA TABELA REFERENCIAL

SILVANO KRUCHELSKI - Secretária Municipal do Esporte e Lazer de Curitiba
- Programa Curitibativa
Rosemary Rauchbach - Secretária Municipal do Esporte e Lazer de Curitiba
- Programa Curitibativa

O banco KR é um equipamento destinado à avaliação da flexibilidade e foi construído a partir do já conhecido banco de Wells, com adaptação para atender aos diferentes biotipos existentes, e que permite que a medição seja realizada através de uma régua móvel, partindo de um ponto que depende da estrutura física do indivíduo. O objetivo deste estudo foi construir uma tabela de referência para este instrumento. Foram avaliados 4159 indivíduos sendo 3062 mulheres e 1097 homens. Os dados foram analisados através da estatística descritiva, onde se considerou média, mediana e desvio padrão, possibilitando a separação dos indivíduos por gênero, 6 classes de idade (10 em 10 anos) e 3 faixas de estatura (de 10 em 10 cm). Esse instrumento, banco KR e sua tabela de classificação poderão auxiliar em estudos com grandes populações e poucos recursos, e onde se necessita de rapidez na avaliação desta qualidade física tão fortemente relacionada à saúde, respeitando as diferenças no que se refere à estrutura física, sexo, idade e estatura.

3975

7

COMPORTAMENTO DA PRESSÃO ARTERIAL EM DIFERENTES SITUAÇÕES DE PRENSÃO MANUAL

MARCOS ROBERTO QUEIROGA - Universidade Estadual do Centro-Oeste - UNICENTRO-PR
Antonio Carlos de Quadros Junior - Universidade Estadual Paulista - UNESP - Rio Claro-SP
Gustavo Christofoletti - Universidade Estadual Paulista - UNESP - Rio Claro-SP
Rodrigo Ferreira de Moura - Universidade Estadual Paulista - UNESP - Rio Claro-SP
Eduardo Kokubun - Universidade Estadual Paulista - UNESP - Rio Claro-SP

O objetivo do estudo foi verificar a resposta da pressão arterial mediante testes de prensão manual em diferentes posições do braço dominante. Oito homens (24,8 ± 2,4 anos) foram submetidos a uma sessão de familiarização e a quatro situações de teste com intervalos de 24 horas. Os testes foram realizados com o avaliado sentado e o braço nas posições: padrão (Pa) (braço ao lado do corpo e o cotovelo flexionado a 90°), ocluído (Oc) (posição padrão com o fluxo sanguíneo ocluído a 220 mmHg na região proximal do úmero), acima da cabeça (Ac) (braço estendido e apoiado formando ângulo de ≈120°) e ao lado (La) do corpo (braço estendido perpendicularmente ao solo). Os avaliados permaneceram na posição de teste durante 30 seg. Em seguida, foram submetidos a 2 min de contrações com um dinamômetro eletrônico munido com uma célula de carga (Cefise®) no ritmo de 40 bpm. A pressão arterial (sistólica e diastólica) foi aferida no mesmo braço com um monitor digital de pulso (TechLine®), antes (PArep) e imediatamente ao final dos testes (PAestf). A realização dos testes foi planejada de acordo com o quadrado latino. Os valores da PA em repouso não diferiram, entretanto, houve diferenças significativas na PAsesf entre o teste ocluído e o padrão (127,4±9,8 Pa; 142,6±9,4 Oc; 135,4±10 Ac; 131,4±10,3 La) e na PADesf entre o ocluído contra todas as outras situações (77,4±6,3 Pa; 91,3±9,8 Oc; 82,3±7,5 Ac; 78±5,8 La). Pode-se concluir que a oclusão do fluxo sanguíneo de um pequeno grupo muscular é suficiente para causar elevação significativa na PA. Contudo, a mesma parece não ser afetada por variações na posição do braço com fluxo livre. A diferença evidenciada na PAD corrobora a hipótese de sua sensibilidade à resistência periférica.

3974

6

IMPACTO FUNCIONAL DO TREINAMENTO DE FORÇA EM INDIVÍDUOS INICIAN- TES NA PRÁTICA DE MUSCULAÇÃO

LUCIANA CARVALHO COSTA - Universidade do Extremo Sul Catarinense
Reinaldo do Nascimento da Silveira - Unesc
Joni Marcio de Farias - Unesc

A melhora da força nas primeiras seções de treinamento parecem ser explicadas por adaptações neurais. Este estudo objetivou avaliar a adaptação da coordenação intermuscular na força em quatro semanas de treinamento. Participaram deste estudo 6 voluntários do sexo masculino com idade média 28,5 anos (+9,4). Para obtenção dos dados da coordenação intermuscular realizou-se registro eletromiográfico (RMS) do músculo bíceps do braço direito. Para análise morfológica: dobras cutâneas do tríceps e bíceps e circunferência do braço contraído segundo Petroski, 2003. Quantificação da carga utilizou-se teste de força relativa (Baechele, 1992). Tratamento dos dados foi com o pacote estatístico SPSS 11-5 com $p < 0,05$. Resultados: A circunferência com valores médios 31,16 cm (+2,48) pré treinamento e 31,25 cm (+2,58) pós-treinamento e (Σ) bíceps / tríceps com valores médios 18,75 mm (+7,42) pré-treinamento e 18,58 mm (+7,45) pós-treinamento demonstraram pouca modificações. Ativação muscular com valores médios 868,54 (μV) (+1423,83) pré-treinamento e 811,44 (μV) (+247,13) pós-treinamento demonstrou redução dos níveis de (RMS). Co-ativação muscular com valores médios 54,23 (μV) (+12,89) pré-treinamento e 58,58 (μV) (+19,53) pós-treinamento demonstrou aumentos do (RMS). A força máxima com valores médios 28,48 kgf (+4,27) pré-treinamento e 30,57 kgf (+4,16) pós-treinamento também apresentou modificações. Conclusão: A modificação da força ocorre prioritariamente por fatores neurais com a melhora da coordenação intramuscular observando melhora no sincronismo das unidades motoras, não apresentando melhora da coordenação intermuscular reapresentado pelo aumento do nível de co-ativação do músculo antagonista.

4003

8

AValiação ANTROPOMÉTRICA E TESTE DE CAMINHADA DE SEIS MINUTOS EM CRIANÇAS PORTADORAS DE MUCOPOLISSACARIDOSE TIPO I SUBMETIDAS À TERAPIA DE REPOSIÇÃO ENZIMÁTICA

WINSTON ISIO BOFF PEREIRA DE SOUZA - Universidade Estadual de Santa Catarina
Walter Celso de Lima - UDESC
José Eduardo Coutinho Góes - Hospital Infantil Joana de Gusmão
Patrícia de Senna Eynig - UDESC

A mucopolissacaridose tipo I (MPS I) é uma doença genética que leva a progressivamente limitantes. A doença é causada pela deficiência da enzima L-iduronidase. No ano de 2003 ocorreu a aprovação da terapia de reposição enzimática. Avaliar as alterações antropométricas e angulares em pacientes portadores de mucopolissacaridose Tipo1, submetidos a terapia de reposição enzimática durante um período de 26 semanas. Três pacientes com mucopolissacaridose Tipo1 (MPS1) com idade média de (5,9±0,7) anos, foram avaliados prospectivamente no Hospital Infantil Joana de Gusmão (HJG) em Florianópolis/SC. As avaliações realizadas no período pré e pós reposição enzimática foram: goniometria de membros superiores, antropometria (peso e altura), teste da caminhada em 6 minutos. Os principais achados entre pré e pós reposição enzimática foram: os três pacientes apresentaram variação positiva em relação ao peso corporal pré (16,5±1,7) e pós reposição (21,1±2,5) kg, sendo a estatura (98,7±2,1) e (102±1,5) cm; não foi encontrada diferença significativa entre a média das distâncias percorridas no teste da caminhada em 6 minutos pré (47±15,1) e pós reposição (72,3±16,2) m e a média das angulações do ombro pré foi de flexão (105,0±25,90D, 108,3±11,50E), extensão (38,3±2,80D, 38,3±2,80E) e abdução (106,7±23,90D, 110,0±17,30E) e cotovelo (125,0±8,60D, 123,3±11,60E). No período pós reposição foi de respectivamente (110,7±16,10D, 111,0±9,60E), (38,3±2,80D, 41,0±3,60E), (107,3±21,90D, 114,3±14,30E) e (127,0±7,00D, 127,7±11,60E). O período de 26 semanas foi curto para medir alterações na maioria dos parâmetros comprometidos na MPS1, sua natureza progressiva deve ser levada em conta na avaliação da eficácia dos protocolos de tratamento para essa condição.

4085

9

MAGNITUDES DE IMPACTO E ANÁLISE CINEMÁTICA DO BLOQUEIO NO VOLEIBOL: UM ESTUDO DE CASO

DANIELE DETANICO - Universidade Federal de Santa Catarina
 Diogo Cunha dos Reis - Universidade Federal de Santa Catarina
 Saray Giovana dos Santos - Universidade Federal de Santa Catarina

O entendimento das leis e princípios mecânicos aplicados aos esportes contribuiu tanto na performance motora quanto na amenização dos efeitos das cargas repetidas no processo de treinamento. Este estudo descritivo do tipo estudo de caso teve como objetivo analisar cinematicamente o bloqueio no voleibol e identificar as magnitudes de impacto na aterrissagem do mesmo. Participou do estudo, um atleta escolhido intencionalmente, com 24 anos, massa corporal de 63kg e estatura de 1,80m, com 8 anos de prática. Para análise cinemática utilizou-se o sistema de reconstrução tridimensional de movimento Digital Motion Analysis System 5.0 da SPICATek® e para a análise das magnitudes de impacto, um acelerômetro triaxial do Tipo 4321 da Brüel & KjaerTM. A coleta de dados foi realizada no Laboratório de Biomecânica da UFSC, sendo que para a análise cinemática foram fixados marcadores reflexivos sobre a pele e realizadas cinco repetições do bloqueio; para a análise dos impactos, foi fixado o acelerômetro no joelho direito e realizadas dez repetições. Pode-se verificar que o ângulo do joelho direito (AJ-D) e o ângulo do joelho esquerdo (AJ-E) na máxima flexão de impulsão teve valores de 84,4° e 89,9°, respectivamente; no momento do contato com o solo o AJ-D foi de 143,9° e o AJ-E foi de 151,3°; na fase de máxima flexão na aterrissagem o AJ-D foi de 87,4° e o AJ-E foi de 91,1°. As magnitudes de impacto no joelho durante a aterrissagem atingiram 15,03g no eixo lateral, 44,01g no eixo ântero-posterior e 32,25g no eixo vertical. Tendo em vista a simetria do movimento, os ângulos obtidos para o amortecimento e as baixas magnitudes dos impactos resultantes, estes dados mantidos as proporções, poderão ser utilizados como padrão de referência.

4295

11

CAPACIDADE FUNCIONAL DE UM GRUPO DE IDOSOS ASILADOS DA CIDADE DE LONDRINA, PR

EMÍLIA MIWA NAKANO - Universidade Estadual de Londrina
 Márcia Mariko Nakano - Universidade Estadual de Campinas
 Mathias Roberto Loch - Universidade Estadual de Londrina
 Hercules José Pelegrina - Universidade Estadual de Londrina

Nos últimos anos tem se observado um acentuado aumento na proporção de pessoas idosas entre a população brasileira, fazendo com que profissionais de diversas áreas se preocupem com a questão da capacidade funcional (CF) nessa população. O objetivo deste trabalho foi verificar a CF de um grupo de idosos asilados da cidade de Londrina, PR. A amostra foi composta por 17 idosos escolhidos por conveniência (média=69,8; DP=6,74 anos), sendo 8 homens e 9 mulheres, provenientes de uma instituição de longa permanência da cidade de Londrina, Pr. Para a avaliação da CF fez-se uso da Short Physical Performance Battery (SPPB) na versão brasileira, composta por três testes que pontua cada um deles entre zero e quatro, e a classificação funcional é dada entre zero e 12 (sendo que quanto mais alta a pontuação melhor é a CF do sujeito). A análise foi realizada no programa SPSS vs 11.5, sendo utilizada estatística descritiva e o teste U de Mann-Whitney para detectar possíveis diferenças entre os sexos, com $p < 0,05$. Observou-se que a maior parte dos idosos investigados (14 de um total 17) apresentaram CF considerada moderada (de 7 a 9 pontos) ou boa (10 a 12 pontos). Comparando-se a CF entre sexos, não foi constatada diferença significativa (média= 8,38 e DP=1,7 pontos; média = 8,11 e DP=3,0 pontos; para homens e mulheres respectivamente). Assim, conclui-se que a maioria dos idosos investigados, apesar de asilados, apresentaram níveis pelo menos moderados de CF.

4278

10

PROTOCOLO DE TESTE DE FORÇA ESTÁTICA ABDOMINAL: PROPOSTA DE VALIDAÇÃO A PARTIR DE ESTUDO ELETROMIOGRÁFICO

GLAUBER CARVALHO NOBRE - Centro Federal de Educação Tecnológica do Ceará
 Glauber Carvalho Nobre - Centro Federal de Educação Tecnológica do Ceará
 - Unidade de Juazeiro do Norte
 Gracilene Rodrigues Tavares - Universidade Federal da Paraíba
 Francisco Salviano Sales Nobre - Centro Federal de Educação Tecnológica do Ceará
 - Unidade de Juazeiro do Norte
 Maria do Socorro Cirilo de Sousa - Universidade Federal da Paraíba

Transformações no campo da atividade física direcionam a criação de testes com protocolos simples, de baixo custo, confiáveis e acessíveis aos profissionais da saúde. Objetivo: validar um teste de força estática abdominal. Material e Métodos: estudo descritivo, transversal, polietápico. 1ª etapa: 25 adultos, ambos os gêneros, destreinados, com média de idade de 38,72+17,80dp, submetidos a medidas antropométricas e neuromusculares. 2ª etapa: 10 indivíduos, acadêmicos de Educação Física, com média de idade de 21,8+1,13dp anos, submetidos a procedimentos com eletromiografia (EMG): exercício supinado de flexão de tronco (ESFT), dinamometria lombar (TDL) e teste de força estática abdominal (TFENS) proposto no estudo. Utilizou-se estatística descritiva e inferencial. Significância de 5%. Resultados: divididos por etapa: 1ª etapa Massa corporal 64,96+11,13dp; Estatura 1,63+0,07dp; IMC 24,01+3,78 dp; % Gordura 26,95+ 6,23 dp; TFENS: 22,00+17,60dp; Teste de sentar e deitar (TSD) em 60". 13,48+10,10dp; teste "t" de student para dados pareados: % Gordura e TFENS ($p=0,251$); IMC e TFENS ($p=0,609$); 2ª etapa: Média do valor absoluto (MVA) e frequência mediana (FM) nos músculos e testes respectivamente: iliocostal dorsal: TFENS: 0,030 mv 50,29 Hz; TDL: MVA: 0,1348; FM: 55,87 Hz; Músculo Reto abdominal: TFENS: MVA: 0,1493 mv e FM: 55,49 Hz; ESFT: MVA: 0,166 mv e FM: 66,21 Hz; Tempo médio no TFENS: 180 segundos; A maioria apresentou fadiga entre o 10° e 30° segundo de teste. Considerações finais: Em relação a execução em destreinados, o TFENS foi mais viável do que o TSD, viabilizando sua aplicação. Este demonstrou, através de EMG, exigir maior participação do reto abdominal em relação ao iliocostal dorsal, observado em pessoas treinadas.

4316

12

ÍNDICES ANTROPOMÉTRICOS DE OBESIDADE E RISCO CARDIOVASCULAR EM TRABALHADORES DE COOPERATIVA DE CRÉDITO

JORGE LUIZ DOS SANTOS DE SOUZA - Universidade Federal de Santa Maria
 Andréa Karla Breunig de Freitas - Universidade Federal de Santa Maria
 Rodrigo Ghedini Gheller - Universidade Federal de Santa Maria
 Simone Aparecida Pereira Marques - Universidade Federal de Santa Maria
 Luiz Osório Cruz Portela - Universidade Federal de Santa Maria

Atualmente há uma maior atenção à saúde dos trabalhadores buscando seu bem estar e diminuição das perdas com afastamentos. Esta pesquisa teve como foco verificar através do % de gordura e do RCQ qual o risco que se encontram trabalhadores de uma instituição financeira da cidade de Santa Maria – RS. Foram avaliados 21 colaboradores, as coletas foram feitas no local de trabalho antes da abertura ao público. O percentual de gordura foi mensurado através da equação de 4 dobras, que foram mensuradas com o adipômetro Cescorff, 0,01mm; o peso mensurado através de balança portátil com precisão de 0,1kg e a estatura com estadiômetro de precisão 0,01m. As circunferências de cintura e quadril foram coletadas com fita antropométrica 0,01m de precisão. Os dados foram analisados no programa Estatística da UFSC e as características da amostra foram $n=21$, idade média de 29,86±9,99 anos; peso 72,67±13,66 Kg; estatura 171,14±8,35 cm; no feminino $n=13$, idade 27,92±8,54; peso 67,38±11,91; estatura 166,77±5,34; e masculino $n=8$, idade 33±11,28; peso 81,25±11,83 e estatura 178,25±7,41. Em relação ao % de gordura temos média de 27,13±5,24, e RCQ 0,77±0,08, feminino % de 29,76±3,96 e RCQ 0,71±0,04; masculino 22,87±4,16 e 0,85±0,05 no % gordura e RCQ respectivamente. Através destes resultados verificamos que as mulheres estão um pouco acima do recomendado para o % de gordura de 20 a 25%, já os homens com % de gordura maior que o previsto de 12 a 15%. No RCQ ambos estão na faixa de risco moderado. O grupo estudado requer maior atenção em relação à sua saúde, tendo em vista estarem acima do ideal de percentual de gordura e RCQ para as médias de idade.

4353

13

PODE O DESEMPENHO MOTOR SER UTILIZADO PARA DISCRIMINAR JOVENS FUTEBOLISTAS EM TITULARES E RESERVAS?

LEONARDO TREVIZAN COSTA - Universidade Estadual Paulista - UNESP - Presidente Prudente
 Kleber Barros de Oliveira - UNESP - Presidente Prudente
 Lucas Oliveira Gama - UNESP - Presidente Prudente
 Rafael Caldas de Oliveira - UNESP - Presidente Prudente
 Wellington da Silva Briza - UNESP - Presidente Prudente

Introdução: O condicionamento físico do jogador de futebol é apenas um dos componentes necessários para tornar o desempenho de jogo (DJ) o melhor possível (GODIK, 1996; WEINECK, 2000). Entretanto, ainda é necessário um maior entendimento acerca da real associação entre desempenho motor (DM) e DJ. Esse entendimento traria luz sobre quais aspectos poderiam influenciar na classificação de jogadores entre titulares e reservas. Objetivo: Verificar a associação entre DM e DJ e se o DM é determinante para a classificação de jovens futebolistas em titulares e reservas. Metodologia: A amostra foi composta por 19 jovens futebolistas de 15 a 16 anos, nos estágios 3, 4 e 5 da pilosidade pubiana (Tanner, 1962). Para o DJ, foi considerada a classificação discreta do técnico da equipe, entre titulares (n=9) e reservas (n=10). Foram realizados testes de DM seguindo as padronizações da AAPHERD (1988) e EUROFIT (1988), compreendendo: dinamometria (mãos direita e esquerda), salto horizontal, corridas de 50 metros e de 12 minutos, sentar-e-alcantar e abdominal modificado. Recorreu-se ao teste de correlação de Spearman entre DM e classificação, sendo esta a variável dependente, seguido do teste t para amostras independentes. Utilizou-se o SPSS 13.0 e adotou-se $p < 0,05$. Resultados: No teste de correlação, a associação entre classificação e DM foi baixa no salto horizontal ($r=0,34$) e na dinamometria da mão esquerda ($r=0,27$), sendo fraca nas demais ($r=0,14$ a $0,04$). O teste t não indicou diferenças estatisticamente significantes entre titulares e reservas. Conclusão: A associação entre DM e DJ, sugere que em desportos com jovens no período puberal, a soma a outros fatores parece ser determinante para discriminar titulares e reservas.

4380

15

RESPOSTA DA CAPACIDADE ANAERÓBICA DE JOGADORES DE FUTSAL APÓS SEIS SEMANAS DE TREINAMENTO

LEWIS MATÉ HEINECK - Universidade Federal de Santa Maria
 Silvana Corrêa Matheus - Universidade Federal de Santa Maria

A capacidade anaeróbica é fator importante quando considera-se atletas de futsal. Sendo assim, buscou-se verificar os efeitos de um treinamento físico anaeróbico, com duração de 6 semanas, sobre a capacidade anaeróbica em atletas, homens, de futsal da categoria sub-17, através do T50. Participaram deste estudo 19 homens, na faixa etária de 15-17 anos, saudáveis, atletas de Futsal sub-17, sendo 12 do grupo experimental e 7 do controle. Em uma pista atlética foi realizado o Teste T50 (6 corridas - 100% - intervalo de 20 s entre as execuções), antes e após o período de treinamento (6 semanas-3 sessões/sem.). O mesmo consistiu de 3 fases: a) Treino Intervalado de Adaptação (3 sessões); b) Treino Intervalado Láctico (6 sessões); c) Treino Intervalado Alático (9 sessões). Utilizou-se a estatística descritiva e o Teste t de Student para amostras pareadas (nível de sig. 5%). Os resultados do T50, apresentaram-se significativamente diferentes, tanto para o grupo experimental quanto para o controle, no entanto, para este último os resultados foram desfavoráveis já que constatou-se um aumento dos resultados de tempo. No experimental obteve-se em média uma diminuição do tempo em 0,12 s no primeiro tiro. Em relação ao T50 observou-se uma diminuição gradativamente maior do primeiro para o último tiro. Tal resultado justifica-se na medida que observa-se que a variação do tempo do tiro 1 para o tiro 6 no pré-teste foi de 0,70 s, já no pós-teste foi de 0,15. O treinamento foi capaz de melhorar a capacidade anaeróbica, evidenciado pela redução no tempo nos primeiros 50m e menor desgaste na sequência de 6 tiros, no grupo experimental, resultando em tempos menores e dados mais homogêneos após o período de 6 semanas de treinamento.

4361

14

PERFIL ANTROPOMÉTRICO E NÍVEIS DE OBESIDADE DOS ALUNOS DOS CURSOS DE ENGENHARIA DA UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANÁ

IVETE BALEN - Universidade Tecnológica Federal do Paraná
 Birgit Keller - UTFPR
 Joyce Caroline Wojcik - UTFPR
 Carlos Alberto Petroski - UTFPR
 João Egdoberito Siqueira - UTFPR

Introdução: Nos últimos anos, a obesidade vem sendo alvo de grande preocupação por parte da OMS (2002), principalmente nos países em desenvolvimento que apresentam crescimento, como o Brasil. Objetivo: Traçar o perfil antropométrico e os níveis de obesidade de alunos dos cursos de engenharia da UTFPR, a partir do Índice de Massa Corporal (IMC) e percentual de gordura (%G). Metodologia: A amostra foi constituída por 223 alunos, do sexo masculino, idade média 18,85 (d.p.=1,82) anos. Para a coleta dos dados, utilizou-se: balança digital Filizola, estadiômetro, plicômetro Cescorf e fita antropométrica. A pesquisa foi desenvolvida no Laboratório de Performance Humana da UTFPR no início do ano letivo de 2007. Para o tratamento estatístico fez-se uso de análise descritiva (média, desvio padrão e frequência), com auxílio do programa SPSS 13.0. Resultados: Os valores médios e desvio padrão das variáveis foram: peso ($X=70,64$; d.p.= 10,9), altura ($X=1,77$; d.p.=3,04), IMC ($X=22,33$; d.p.=3,04) e %G ($X=18,94$; d.p.=6,45). Em relação ao IMC, a amostra encontra-se nos padrões normais (20 - 25) segundo a OMS, na qual verificou que 24,2% (N=54) encontram-se na classificação abaixo do peso; 61,4% (N=136) na faixa normal; 11,7% (N=26) com sobrepeso e apenas 2,7% (N=7) de obesos. Em relação ao %G, encontram-se acima da média (16 - 24%) (LOHMANN, 1982), em que 0,4% (N=1) encontram-se na classificação muito baixa; 27,4% (N=61) abaixo da média; 5,4% (N=10) na média; 42,1% (N=94) acima da média e 24,7% (N=57) na classificação muito alta. Conclusão: Conclui-se que a amostra apresenta índices normais de IMC e níveis elevados de %G. Observam-se nesta população casos pontuais de menores ou maiores pesos, que devem ser identificados e controlados.

4393

16

COMPARAÇÃO DE INSTRUMENTOS DE BIOIMPEDÂNCIA EM MULHERES PRA-CTICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA

CRISTIAN CENCI GOMES - Centro Universitário La Salle
 Claudio Roberto Paiva - Centro Universitário La Salle

O estudo da composição corporal visa, por meio de diversas técnicas que variam em complexidade, fracionar e quantificar os principais tecidos que compõem a massa ou o peso corporal. O objetivo deste estudo foi comparar o percentual de gordura (%G) obtido através de três aparelhos de bioimpedância (BIA). Foram avaliadas quatorze mulheres (16 a 44 anos) praticantes de atividade física na academia do Unilasalle, na cidade de Canoas - RS. Os instrumentos utilizados foram: Byodynamics Model 310 Body Composition Analyzer, Tanita Model 2001 W-B e Omron Body Logic Model HBF-301. As variáveis antropométricas mensuradas foram estatura e massa corporal utilizando um estadiômetro da marca WCS 212cm e uma balança digital marca Tanita Ultimate com capacidade para até 136 Kg. A análise foi feita por meio de estatística descritiva para caracterizar a amostra. Para verificar a diferenças entre o %G medido com os três aparelhos foi utilizado o teste 't' de student ($P < 0,05$). A análise estatística foi feita através do programa SPSS 13.0. Os valores médios obtidos pelos aparelhos foram os seguintes: Byodynamics (25,15%), Tanita (26,50%) e Omron (27,56%). Pode-se evidenciar uma boa correlação entre os aparelhos Byodynamics e Tanita ($r = 0,79$) não havendo diferença significativa entre eles ($p = 0,064$). Já o aparelho Omron apresentou baixa correlação ($r = 0,52$) e diferença estatisticamente significativa ($p = 0,032$). Portanto, conclui-se que, o aparelho Tanita Ultimate pode ser utilizado de forma alternativa para realizar estudos de campo com mulheres praticantes de atividade física, com custo mais baixo, fácil manuseio e rapidez de resultados.

4401

17

DETERMINANTES DA INTENSIDADE DE EXERCÍCIO FÍSICO AUTO-SELECIONADA POR MULHERES ADULTAS, PREVIAMENTE SEDENTÁRIAS

COSME FRANKLIM BUZZACHERA - Universidade Federal do Paraná
 Hassan Mohamed Elsayedy - Universidade Federal do Paraná
 Daniele Cristina Vitorino - Universidade Federal do Paraná
 Wagner de Campos - Universidade Federal do Paraná
 Sergio Gregorio da Silva - Universidade Federal do Paraná

Embora a auto-seleção da intensidade de exercício físico tenha sido proposta como um método capaz de contribuir ao aumento da aderência em programas de atividade física, inúmeras controvérsias sobre a sua efetividade fisiológica na produção de modificações benéficas à saúde são observadas na literatura científica atual. Tais controvérsias poderiam ter sido originadas por diferenças relativas a fatores biológicos de variabilidade interindividual, porém nenhum estudo buscou investigá-las conjuntamente. Neste sentido, o presente estudo preconiza investigar a contribuição relativa desses possíveis fatores biológicos, especificamente idade, massa corporal (MC), adiposidade corporal (ADIP) e aptidão cardiorrespiratória (ACR), na determinação da intensidade auto-selecionada (%VO₂Máx) em mulheres adultas sedentárias. Foram investigados 60 sujeitos, os quais participaram de duas sessões: (a) teste incremental até exaustão; e (b) teste de 20 min de caminhada em intensidade preferida. Para a investigação da capacidade de determinação dos fatores biológicos, uma análise de regressão linear múltipla stepwise foi empregada, com $p < 0,05$. Os resultados demonstraram que a intensidade auto-selecionada representa um estímulo adequado para a produção de modificações benéficas à saúde ($59,7 \pm 10,5\%$ VO₂Máx). A idade, MC e ACR explicaram 35% da variabilidade interindividual dessa intensidade preferida, enquanto a ADIP não foi significativa ($p = 0,53$). Desse modo, pode-se concluir que a intensidade auto-selecionada por mulheres adultas sedentárias é determinada por fatores biológicos, reforçando assim a hipótese de que as controvérsias existentes sobre a sua efetividade fisiológica poderiam ter sido originadas de diferenças relativas a tais fatores.

4407

19

AVALIAÇÃO DO ESTÁGIO DE DESENVOLVIMENTO LOCOMOTOR DE BEBÊS ENTRE 12 E 20 MESES

VANUSA MENDES - Unioeste- Universidade Estadual do Oeste do Paraná
 Luiza Bortolaci - Unioeste-Universidade Estadual do Oeste do Paraná- Extensão Santa Helena

Com o início da condição de andar, o mundo da criança aumenta rapidamente devido à exploração do meio. Este estudo objetivou avaliar o estágio do desenvolvimento da locomoção vertical através de uma ficha de avaliação com base na seqüência desenvolvimentista do padrão da caminhada proposta por Gad-Elmawla apud GALLAHUE e OZMUN (2005). Foram sujeitos 13 bebês, com idade entre 12 a 20 meses, matriculados no Centro de Educação Infantil, sendo: 5 meninas e 8 meninos, com média de idade de 15,8 e desvio padrão de 2,58 meses. Foi elaborada uma ficha de avaliação com 18 itens a serem observados e analisados, sendo: desenvolvimento da locomoção vertical de acordo com a faixa etária, estágio inicial e elementar da caminhada com suas características. Para o tratamento estatístico recorreu-se a estatística descritiva, os dados foram analisados quantitativamente através da frequência, média e desvio padrão. Constatou-se que 76,9% dos bebês apresentaram locomoção vertical com as mãos abaixadas, 15,4% não apresentaram locomoção vertical e 7,7% apresentaram locomoção vertical com as mãos para o alto. Os bebês que se locomovem verticalmente apresentam 65% de características do estágio inicial da caminhada, com média de 4,7 e desvio padrão de 2,9 dessas características e 35% de características do estágio elementar da caminhada, com média de 2,5 e desvio padrão de 2,4 dessas características. A maioria dos bebês estão dentro do padrão de desenvolvimento normal proposto por GALLAHUE e OZMUN (2005). Sugere-se uma avaliação criteriosa para determinar as causas do atraso do desenvolvimento e propor um programa de estimulação.

4406

18

SOMATÓTIPO E APTIDÃO FÍSICA DE ATLETAS JOVENS DE PONTA GROSSA, PARANÁ

GUSTAVO LEVANDOSKI - UFPR
 Dartagnan Pinto Guedes - UEL

A somatotipologia apresenta informações que permite visualizar e prever condições e modificações morfo-funcionais, com objetivo de monitorar o processo de crescimento e de maturação de indivíduos e detectar eventuais talentos esportivos. No contexto esportivo de Ponta Grossa-Paraná, o presente estudo de caráter inédito, procurou oferecer informações visando a evolução do esporte local, que atualmente ocupa posições intermediárias no cenário competitivo estadual. Apresentar uma descrição dos componentes do somatótipo e aos indicadores de aptidão física em atletas do sexo feminino das seleções juvenis de voleibol e futsal da cidade de Ponta Grossa. A amostra foi composta por 26 atletas (vol n=11 e fut n=15), com idades entre 15 e 17, que disputaram a fase final dos 20º Jogos da Juventude Paranaense no ano de 2006. Foram utilizado para o somatótipo antropométrico de Heath e Carter e alguns testes motores da bateria do ProEsp-Br (sentar-e-alcançar, abdominal, agilidade e salto horizontal), flexão dos braços e corrida de 12 minutos. Em relação ao somatótipo, foram encontrados valores médios de 4,74 - 3,30 - 4,57, e 5,37 - 3,34 - 2,06; nas equipes de voleibol e futsal, respectivamente, apresentando categorias somatotípicas endomorfa-ectomorfa e mesa-endomorfa. Utilizando o teste T encontramos diferença significativa com ($p = 0,000$) nos testes motores de sentar-e-alcançar, abdominal e flexão dos braços. A equipe de futsal apresentou resultados superiores à equipe de voleibol; no entanto, quando comparados com valores de referência nacional, ambas equipes apresentaram resultados aquém do esperado para a faixa etária. Em relação ao somatótipo, as principais diferenças ocorreram entre os componentes de endomorfia e ectomorfia.

4412

20

COMPORTEAMENTO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA DE REPOUSO DENTRO E FORA D'ÁGUA

SABRINA SILVA DA ROSA - Universidade Federal de Santa Catarina

A diversidade de modalidades apresentadas no ambiente aquático nos últimos tempos aponta a necessidade de estudos para verificar o comportamento de índices fisiológicos na água. O objetivo deste estudo foi identificar o comportamento da frequência cardíaca de repouso (FCR) dentro d' água(DA) e fora d' água(FA) nas posições em pé e deitado, e comparar as variáveis relacionadas ao sexo e idade. Participaram da amostra 22 homens e 10 mulheres praticantes de natação ou hidroginástica do complexo aquático da Universidade Federal de Santa Catarina. A amostra foi dividida por faixa etária, de 8 a 13 anos, 18 a 29 anos, 30 a 40 anos e 50 a 60 anos e por sexo para análise dos dados. Cada sujeito, usando um monitor de frequência cardíaca permaneceu durante dois minutos em pé e deitado, sucessivamente (FA) e depois (DA). A frequência cardíaca não apresentou diferença estatística entre o sexo masculino e feminino, e com relação à idade, na posição em pé (FA) somente a faixa etária de 8 a 13 anos ($101,3 \pm 17,04$ bpm) apresentou significância estatística ($p < 0,05$) quando comparada as demais faixas etárias, 18 a 29 anos ($80,4 \pm 15,2$ bpm), 30 a 40 anos ($73,5 \pm 16,5$ bpm) e 50 a 60 anos ($71,9 \pm 10,7$). Na posição deitada (FA) a diferença só ocorreu entre 8 a 13 anos ($75,1 \pm 13,7$ bpm) e 30 a 40 anos ($59,5 \pm 10,7$). Na posição em pé (DA) teve diferença entre 8 a 13 anos ($79,5 \pm 17,6$ bpm) e 30 a 40 anos ($58,2 \pm 13,6$), e deitado(DA) entre 8 a 13 anos ($79,5 \pm 12,6$ bpm) e 18 a 29 anos ($66,5 \pm 10,7$). Portanto, os resultados da presente pesquisa, destacam a importância de estudos em grupos específicos já que ocorreram comportamentos diferentes de um indicador fisiológico FCR entre as faixas etárias para a obtenção de dados mais concretos durante a prescrição do exercício.

4422

21

PERFIL ANTROPOMÉTRICO DE INGRESSANTES EM UMA ACADEMIA DE MUSCULAÇÃOROSEMERI PEIRÃO - Universidade Federal de Santa Catarina
Adriana Seára Tirloni - Universidade Federal de Santa Catarina

As medidas antropométricas como índice de massa corporal (IMC), relação cintura/quadril (RCQ) e percentual de gordura corporal (%G) têm sido utilizadas como indicadores de risco à saúde por apresentarem elevada relação com doenças crônico-degenerativas. O objetivo deste estudo foi descrever as características antropométricas de ingressantes em uma academia de musculação de Garopaba/SC. Especificamente objetivou-se comparar o sexo com as variáveis antropométricas. Foram avaliados 208 indivíduos, divididos em 4 faixas etárias (12 a 19anos, n=64; 20 a 29anos, n=82; 30 a 39anos, n=39; 40 a 49anos, n=23), sendo 78 homens (1,73±0,07m e 71,24±14,09kg) e 130 mulheres (1,59±0,06m e 59,77±8,89kg). Para a coleta utilizou-se uma balança digital da marca Plenna®, fita métrica e um adipômetro da marca CESCORF® clínico. Para a análise dos dados utilizou-se a estatística descritiva e o teste Qui-quadrado com nível de significância $p < 0,05$. Os resultados evidenciaram que 28% dos indivíduos possuem IMC acima de 24,9kg/m², 12% apresentaram RCQ acima do recomendado para as respectivas faixas etárias, e 18,8% apresentaram %G acima do padrão indicado. Os indivíduos de 20 a 29anos mostraram maior IMC, RCQ e %G que os demais. Constatou-se que existe diferença significativa ao comparar os sexos com as variáveis RCQ ($p=0,018$) e %G ($p=0,039$), sendo os indivíduos do sexo feminino os que apresentaram os maiores percentuais. Conclui-se que os jovens ingressantes nesta academia de musculação apresentaram maiores riscos à saúde que os indivíduos de mais idade, e os indivíduos do sexo feminino mostraram maiores riscos à saúde que os do sexo masculino. Dessa forma, a avaliação física é necessária para melhor prescrever os exercícios físicos em academias.

4430

23

ANSIEDADE COMPETITIVA E DESEMPENHO EM ATLETAS DE SURFFERNANDA DE MATOS LOPES - Universidade Estadual de Santa Cruz
Georgenes José Oliveira Ribeiro - Universidade Estadual de Santa Cruz
Sandra Adriana Neves Nunes - Universidade Estadual de Santa Cruz
Marcos Gímenes Fernandes - Universidade Estadual de Santa Cruz

A Psicologia Esportiva tem se interessado em estudar as possíveis relações entre ansiedade competitiva e desempenho em diferentes modalidades esportivas. A ansiedade competitiva é um estado emocional vivenciado por atletas em competições, caracterizado por reações psicológicas e fisiológicas, que podem estar associadas ao desempenho. O presente estudo teve como objetivo verificar a associação entre ansiedade competitiva e desempenho de 110 atletas em três etapas de um circuito regional de surfe em Ilhéus- BA. Para tal, foi utilizado o CSAI-2, instrumento composto de três sub-escalas: ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança. Cada sub-escala contém nove perguntas, totalizando 27 questões. Esse instrumento foi administrado uma hora antes das competições e o desempenho foi verificado através do seguinte critério: ganhadores para os atletas que alcançaram as três primeiras colocações e perdedores para as demais colocações. A associação entre as variáveis do CSAI-2 e o desempenho foi verificada pelo teste Qui-quadrado. Contrariando resultados obtidos em outros esportes, a ansiedade somática não demonstrou associação significativa com o desempenho dos atletas de surf. Já as variáveis ansiedade cognitiva e autoconfiança tiveram associação significativa com o desempenho desses atletas. Uma amostra mais homogênea em habilidades e a mensuração de cortisol salivar podem ser fatores importantes para melhor se entender a associação entre ansiedade competitiva e desempenho nessa modalidade esportiva. Estudos dessa natureza poderão possibilitar aos profissionais na área um suporte teórico capaz de auxiliar aos atletas a maximizarem seu desempenho.

4429

22

PERCENTUAL DE GORDURA E NÍVEL DE ANSIEDADE-TRAÇO COMPETITIVA DE ATLETAS PARTICIPANTES DA IV COPA SUL-AMERICANA DE JUDÔMARCELO DIEDERICHS WENTZ - Universidade Federal de Santa Maria
Silvana Corrêa Matheus - UFSM
Kenji Fuke - UFSM
Dalila Tosset - UFSM
Márcio Fagundes Goethel - UFSM

Este trabalho é parte de um estudo com atletas participantes de campeonatos promovidos pela Liga RS de Judô em 2007. Objetivou-se verificar o %G e o nível de ansiedade-traço competitiva de judocas do sexo masculino (24,58±7,67 anos) na IV Copa Sul-americana de Judô (13-15/jul.), da classe Sênior, selecionados aleatoriamente. O %G foi determinado a partir de dobras cutâneas (peitoral, abdominal e coxa) (Jackson & Pollock, 1978). Nas categorias Super Ligeiro, Ligeiro e Meio Leve os melhores colocados apresentaram o %G mais baixo (7,0 ±1,33%); acontecendo o mesmo nas categorias Médio e Meio Pesado (13,91±2,06%). Nas categorias Leve e Meio Médio, o menor %G não estava presente nos melhores colocados, no entanto o maior %G pôde ser constatado nos piores. Da categoria Leve até a Meio Pesado os melhores colocados apresentaram valores próximos de %G (13,41±1,42%). Os níveis de ansiedade-traço competitiva foram avaliados com SCAT (Martens, 1977). Tanto os melhores colocados quanto os piores apresentaram níveis muito próximos de ansiedade, com média de 20 pontos e de 22,1, respectivamente, indicando um nível de ansiedade-traço competitiva considerado médio. Ao tentar associar esta variável com o tempo de prática constatou-se que este parece não ter influenciado os níveis de ansiedade. Supõe-se que para esta variável, as características individuais de judocas parecem ser mais determinantes do que os fatores analisados. Assim, é possível supor que pode-se estabelecer um perfil específico do judoca para cada categoria a partir do %G. Já o nível de ansiedade-traço competitiva não apresentou um comportamento característico, pois não foi possível estabelecer diferenças quando observadas as colocações, categorias ou o tempo de prática.

4432

24

EFEITOS METABÓLICOS AGUDOS DO MÉTODO DE TREINAMENTO RESISTIDO PIRAMIDAL CRESCENTE E DECRESCENTEPAULO ROBERTO JANNIG - Universidade da Região de Joinville - UNIVILLE
Ana Claudia Cardoso - Universidade da Região de Joinville - UNIVILLE
Ricardo Clemente Rosa - Universidade da Região de Joinville - UNIVILLE
Carla Werland Coelho - Universidade da Região de Joinville - UNIVILLE;
Universidade do Estado de Santa Catarina - CCT UDESC - Joinville
Eriberto Fleischmann - Universidade da Região de Joinville - UNIVILLE

No treinamento resistido existem diversos métodos com o objetivo de manipular diferentes efeitos metabólicos, com o intuito de alcançar os resultados esperados. Os métodos avançados de treinamento resistido crescente e decrescente são comumente utilizados para ganhos de força pura e hipertrofia muscular. O objetivo deste estudo foi analisar os efeitos metabólicos agudos do método de treinamento resistido piramidal crescente e decrescente. Participaram desse estudo 7 homens treinados (27,0±3,7 anos, 80,4±13,4 kg, 179,0±9,2 cm). Para testar os métodos utilizou-se o exercício supino reto. A análise da carga máxima foi verificada através do teste de 1 repetição máxima (1RM). Os avaliados foram submetidos a duas sessões, Método Crescente (MC) e Decrescente (MD), em ordem aleatória, com tempo de descanso mínimo de 48 horas. O MC consistiu em realizar 6 séries, com intervalo de 2 min e aumento progressivo do percentual de 1RM entre as séries (70-75-80-85-90-100%). Para cada série o número de repetições regrediu (10-8-6-4-2-1). O MD foi realizado da forma inversa ao MC iniciando com a carga mais elevada. Ao término de cada série foi mensurado a Concentração de Lactato Sanguíneo (CLS). Para análise estatística foi utilizada ANOVA two-way e teste t de Student pareado ($p < 0,05$). Ao comparar o MC e MD, verificou-se diferença significativa ($p < 0,001$). Ao comparar as séries de cada método, MC e MD, respectivamente, observou-se diferença estatística entre a 2ª (3,44±0,99/1,82±0,56 mMol/L), 3ª (4,82±0,76/2,47±0,72 mMol/L), 4ª (5,42±0,69/ 3,24±0,67 mMol/L) e 5ª (5,96±1,16/4,30±0,82 mMol/L) séries. Constatou-se maior CLS no MC durante as séries intermediárias do que no MD. Conclui-se que o MC é mais apropriado para hipertrofia e o MD para força.

PARÂMETROS FISIOLÓGICOS E PERCEPTUAIS DURANTE CAMINHADA EM RITMO AUTO-SELECIONADO: INFLUÊNCIA DA APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA

HERIBERTO COLOMBO - Centro de Pesquisa em Exercício e Esporte, UFPR, Curitiba, Paraná

Cosme Franklim Buzzachera

Kleverton Krinski

Ricardo Weigert Coelho

Sergio Gregório da Silva

A realização de exercício físico em intensidade auto-selecionada tem sido indicada como um método capaz de proporcionar um aumento na aderência em programas de atividade física. Apesar disso, recentes evidências sugerem que essa intensidade preferida poderia ser fisiologicamente adequada para produzir modificações orgânicas benéficas à saúde somente em indivíduos com baixa aptidão cardiorrespiratória (ACR), porém sub-ótima para indivíduos com alta ACR. Neste contexto, o presente estudo buscou verificar a influência da ACR sobre as respostas fisiológicas (%VO₂Máx e %FCMáx) durante caminhada em intensidade auto-selecionada por mulheres adultas. Além disso, respostas perceptuais [percepção subjetiva de esforço (PSE-Borg) e índice de afetividade (IA, prazer/desprazer auto-reportado)] também foram reportadas. Participaram 30 sujeitos, divididos em dois grupos: baixa ACR (GI, N=15; VO₂Máx<40º percentil da classificação de ACR do ACSM) e alta ACR (GII, N=15; VO₂Máx>60º percentil da classificação de ACR do ACSM), os quais realizaram: (a) teste incremental até exaustão; e (b) teste de 20 min de caminhada em intensidade preferida. Um teste t independente foi utilizado para verificar diferenças entre GI e GII, com p<0,05. Foi verificada uma maior resposta fisiológica em GI (58,3±9,2%VO₂Máx e 74,8±7,6%FCMáx) comparativamente à GII (52,5±10,7%VO₂Máx e 70,7±9,1%FCMáx). Contudo, essas intensidades foram adequadas para acarretar modificações benéficas à saúde em GI e GII. A PSE foi mais elevada em GI (12,3±1,8 e 11,6±1,9), porém o IA foi similar em GI e GII (2,4±2,0 e 3,0±1,5, em GI e GII, respectivamente). Pode-se concluir que a ACR influencia as respostas fisiológicas e perceptuais durante caminhada em intensidade auto-selecionada.

ANÁLISE DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E DA RELAÇÃO CINTURA QUADRIL DE ADULTOS COM DEFICIÊNCIA VISUAL INICIANTE NO PROJETO BRILHANTE NO MUNICÍPIO DE PELOTAS-RS

DIONE MOREIRA NUNES - Projeto Brilhante

Camila Fagundes Machado - Universidade Federal de Pelotas ESEF/UFPEL

Katia Fonseca da Silva - Universidade Federal de Pelotas ESEF/UFPEL

Leonardo Negri Mueller - Universidade Federal de Pelotas ESEF/UFPEL

Marcelo Zanusso Costa - Universidade Federal de Pelotas ESEF/UFPEL

Considerando a importância de identificar as probabilidades ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares, diabetes e hipertensão, como forma de prevenção a saúde. Busca-se através deste estudo, analisar um grupo de deficientes visuais (DV) adultos, quanto ao nível do índice de massa corporal (IMC) e relação cintura-quadril (RCQ) como indicadores de fator de risco. A amostra foi composta por 10 indivíduos com DV, sendo quatro mulheres e seis homens de 38 a 59 anos de idade, iniciantes em um programa de atividade física oferecido pelo Projeto Brilhante, no município de Pelotas-RS, uma parceria entre PETROBRAS/Clube Brilhante/Fapeg/Embrapa. Considerando-se que quando são encontrados valores de RCQ > 0,90 e 0,80, para homens e mulheres, respectivamente, a interpretação desse resultado indica uma acentuada tendência de distribuição da gordura corporal, aumentando os riscos para a saúde. Do grupo avaliado sete indivíduos apresentaram RCQ > 0,90. Quanto ao IMC, foram utilizados os limites de corte recomendados pela Organização Mundial de Saúde. Apenas um indivíduo apresentou índice classificado como normal o restante do grupo se encontra com sobrepeso. Comparando os dois indicadores, observa-se que a maior parte do grupo, apresenta acúmulo de gordura na região abdominal. A análise baseia-se em uma amostra pequena, por ser uma população especial, contudo, estas informações indicam uma maior probabilidade para o desenvolvimento de doenças crônicas metabólicas. Portanto destaca-se a necessidade de mais programas de intervenção que ofereçam atividade física para pessoas com necessidades especiais e, com isso, diminuir o risco de doenças e melhorar os níveis de aptidão física desta população, para uma vida de maior qualidade.

PERFIL POSTURAL DE UNIVERSITÁRIOS

ELIANE CELINA GUADAGNIN - UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA

Silvana Corrêa Matheus - Universidade Federal de Santa Maria

Danieli Mello - Universidade Federal de Santa Maria

Objetivou-se descrever o perfil postural de alunos da Universidade Federal de Santa Maria, de diferentes cursos. Foram avaliados 70 indivíduos (33 homens; 37 mulheres), de 17 a 48 anos. Os indivíduos tiveram os processos espinhosos das vértebras demarcados e foram avaliados e fotografados nas vistas: anterior (VA), posterior (VP), lateral (VL) esquerda (VLE) e direita (VLD), estando posicionados entre o simétrgrafo e o fio de prumo (protocolo de Kendall et al, 1995). Complementou-se a avaliação com um exame para verificar assimetrias entre a musculatura posterior direita e esquerda do tronco. Conforme os resultados ao considerar as VA e VP, 5,71% dos indivíduos apresentaram a coluna alinhada; 2,85% escoliose cervical; 48,57% escoliose torácica, 27,14% escoliose lombar e 31,42% escoliose em "S". Quanto à região lombar, na VL, 24,28% apresentaram-na alinhada; e 75,71% apresentaram hiperlordose lombar. Quanto à coluna dorsal, na VL, 41,42% apresentaram-na alinhada, já 58,57% apresentaram hiperlordose dorsal. E quanto à região cervical (VL), 44,28% apresentaram hiperlordose cervical estando o restante (55,71%) com a mesma alinhada. Ressalta-se que todos os avaliados apresentaram algum tipo de desvio de coluna, alguns somente na VA e VP ou só na VL e outros em ambas; e que 27,14% dos indivíduos apresentaram os quatro desvios de coluna; mostrando que os desvios posturais estão presentes em universitários, em sua grande maioria jovens (média 23 anos). Reforça-se, a necessidade de que os indivíduos submetam-se a uma avaliação postural, para a identificação dos desvios e adoção do manejo adequado; e para que possam evitar hábitos posturais inadequados no cotidiano ou durante a prática de exercícios físicos que agravem a situação.

ANÁLISE DOS NÍVEIS DE LACTATO SANGUÍNEO EM FUTEBOLISTAS PROFISSIONAIS VERIFICADOS APÓS PRIMEIRO E SEGUNDO TEMPO EM PARTIDAS DE FUTEBOL

ALEXANDRE ANDREIS - UNESC

Joni Marcio de Farias, - UNESC

Marcos Vicente - UNESC

Victor Julierme Santos da Conceição - UNESC

Cleber de Medeiros - UNESC

Caracteriza-se como objetivo deste estudo, verificar o envolvimento do metabolismo anaeróbio láctico por meio de mensuração do lactato sanguíneo em futebolistas profissionais imediatamente após o término do primeiro e do segundo tempos em uma partida de futebol. Foram analisados 8 atletas do sexo masculino, e pertencentes ao departamento de futebol profissional do Criciúma Esporte Clube de Santa Catarina. O grupo foi composto por 2 laterais, 2 zagueiros, 2 meio campistas, e 2 atacantes. A idade variou de 18 a 26 anos, o peso de 67 a 84,5 Kg e a estatura de 175 a 187 cm. A escolha dos futebolistas foi estabelecida pela posição em campo e pelo menor índice de substituição dos mesmos. Foi utilizado para análise um lactímetro portátil modelo Accusport Boehringer Mannheim, GER. Em média os seguintes resultados foram verificados ao final do primeiro tempo 6,2 ± 4,0mM e para o segundo tempo 4,6 ± 3,4 mM. Quando divididos por posição em campo os laterais apresentaram 5,2 ± 3,9mM no primeiro tempo e 2,9 ± 0,9mM no segundo, os zagueiros 3,5 ± 1,3 mM e 3,8 ± 2,6 mM, já os meio campistas 5,9 ± 2,8mM e 6,2 ± 1,8mM e os atacantes 6,9 ± 3,5mM e 6,4 ± 2,1mM respectivamente os primeiros e segundo tempos. Conclusão: Fatores subjetivos como movimentação, recuperação rápida, disposição no campo, variações de velocidade durante a partida, relacionados com fatores primários como atividade glicolítica reduzida, e diminuição de glicogênio muscular, e deficiência de treinamento láctico são evidência que podem explicar em parte porque o lactato sanguíneo frequentemente é menor no final da partida do que no intervalo da partida de futebol.

4468

29

VALIDADE PREDITIVA DA ESCALA DE SILHUETA CORPORAL DE CHILDRESS ET AL PARA ADOLESCENTES BRASILEIROS

DEIVIS ELTON SCLICKMANN FRAINER - Universidade Federal de Santa Catarina
 Fernando Adami - Universidade Federal de Santa Catarina
 Tony Charles Fernandes - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Fernando Roberto de Oliveira - Universidade Federal de Lavras

A insatisfação corporal pode ser avaliada por figuras do corpo e/ou partes dele. A escala americana de Childress et al. (1993) é composta por 8 figuras de corpos infantis, com aumento gradativo na proporção corporal. O objetivo desse estudo foi obter evidências de validade preditiva da escala de silhueta corporal de Childress et al. em adolescentes brasileiros. A amostra foi de 242 estudantes, 109 meninos (14,6±2,8 anos) e 133 meninas (14,3±3 anos), de escolas de Florianópolis. Para avaliar a silhueta corporal dos adolescentes, três pesquisadores observaram a silhueta atual dos escolares e selecionaram a silhueta correspondente na escala. A medida de referência para a validação foi o escore Z do Índice de Massa Corporal (IMC), de acordo com o sexo e a idade (CONDE & MONTEIRO, 2006). Testou-se a hipótese de que o escore Z do IMC fosse diferente significativamente entre as silhuetas corporais identificadas pelos observadores, de acordo com os sexos. Para a análise estatística utilizou-se o teste Kruskal-Wallis e correlação de Spearman-Rank ($p < 0,05$). Observaram-se valores de escore Z do IMC diferentes significativamente entre as silhuetas corporais tanto para o sexo masculino (média ± desvio padrão do escore Z nas silhuetas 1= -0,47±0,88; 2= -0,29±0,88, 3= 0,08±0,74, 4= 0,94±0,86, 5= 2,06±0,73, 6= 2,12±0,75, 7= 3,68±0,34, 8= 3,88) quanto para o sexo feminino (silhuetas 1= -1,40±0,37; 2= -0,44±0,78, 3= -0,19±0,88, 4= 0,78±0,95, 5= 1,03±0,75, 6= 1,65±0,70, 7= 3,05, 8= 2,94). As correlações também foram significativas ($r = 0,65$ meninos e $r = 0,60$ meninas). Nossos achados demonstram que pela escala de Childress et al. é possível discriminar a proporção corporal dos adolescentes brasileiros avaliados, obtendo assim evidências de validade da mesma.

4472

31

EVIDÊNCIAS DE VALIDADE DE CONSTRUCTO DE UMA ESCALA DE SILHUETA CORPORAL PARA ADOLESCENTES

FERNANDO ADAMI - Universidade Federal de Santa Catarina
 Deivis Elton Schlickmann Frainer - Universidade Federal de Santa Catarina
 Tony Charles Fernandes - Universidade do Estado de Santa Catarina
 Fernando Roberto de Oliveira - Universidade Federal de Lavras

A insatisfação corporal é associada a distúrbios alimentares, tentativa de suicídio e depressão. O objetivo desse estudo foi obter evidências de validade de constructo de uma escala de silhueta corporal em adolescentes. A amostra foi de 242 estudantes, 109 meninos (14,6±2,8 anos) e 133 meninas (14,3±3 anos), de três escolas públicas de Florianópolis. A insatisfação corporal (Ins) foi medida por meio da escala de percepção da silhueta corporal (CHILDRESS et al., 1993). Ela foi determinada pela diferença entre a silhueta identificada pelo adolescente (Sca) e a silhueta desejada (Scd) pelo adolescente. O escore Z do IMC, de acordo com sexo e idade, foi utilizado para verificar associações com a Sca e a Ins (CONDE & MONTEIRO 2006). O grupo com sobrepeso foi chamado de grupo clínico, e o os indivíduos sem sobrepeso foram agrupados como grupo controle. Os testes estatísticos utilizados foram o de Spearman-Rank para associação e Mann Whitney para comparação, aceitando nível de significância de $p < 0,05$. As associações entre Z escore do IMC e Sca foram significativas (0,62 meninos, e 0,54 meninas), bem como as associações entre Z escore do IMC e Ins (-0,69 meninos, e -0,60 meninas). Houve diferença na Ins quando comparado grupo clínico e grupo controle. 85% do grupo clínico de meninos estavam insatisfeitos versus 65% do grupo controle. Nas meninas, esse percentual era de 100% versus 70%, respectivamente. Conclui-se que a insatisfação corporal foi maior no grupo clínico que no grupo controle. Além disso, maiores figuras de silhueta estão associados com maiores valores de Z escore para o IMC. Portanto, foi possível obter evidências de validade de constructo para a escala de silhueta corporal em adolescentes.

4469

30

EFEITO DA FISIOTERAPIA SOBRE A MOVIMENTAÇÃO DA COLUNA LOMBAR, DE UM INDIVÍDUO COM LOMBALGIA, DURANTE A LOCOMOÇÃO – ESTUDO PILOTO

MARCELO COSTA DE PAULA - Universidade Estadual de Campinas
 Mário Hebling Campos - Universidade Estadual de Campinas
 Alexandre Alves Meirelles - Universidade Estadual de Campinas
 Marco Antônio Alves de Moraes - Universidade Estadual de Campinas
 Renê Brenzikofer - Universidade Estadual de Campinas

Acredita-se que a dinâmica da coluna lombar é alterada na presença de uma lombalgia e que uma metodologia biomecânica de análise tem potencial para detectar o efeito de um tratamento fisioterapêutico. O objetivo deste trabalho foi quantificar o efeito do tratamento fisioterápico no padrão cinemático da coluna lombar, de um indivíduo com lombalgia, durante a locomoção. Um sujeito (29 anos, 1,80m e 86kg) acometido por lombalgia foi submetido à fisioterapia. Antes e após a intervenção foi registrada, por meio de videogrametria, a movimentação da coluna vertebral do paciente durante a marcha (1.2 m/s, 1.5 m/s e 1.8 m/s) e corrida (2.2 m/s, 2,6 m/s e 3.0 m/s) em esteira. A variável quantificada foi o pico da curvatura geométrica da região lombar, no plano sagital, em cada instante do ciclo de locomoção (58±14 quadros registrados), que foi obtido através do método proposto por Brenzikofer et al. (2000). Os resultados revelaram: 1) Uma acentuação significativa ($p < 0,05$) da curvatura lombar, tanto na marcha como na corrida, após a fisioterapia, revelando que o tratamento modificou a cinemática da coluna lombar. 2) A intensidade desta adaptação é sensível à velocidade e forma de locomoção, sendo maior durante a marcha que na corrida. 3) Após o tratamento os picos de curvatura se mostraram constantes, independentemente da velocidade e forma de locomoção, indicando assim, um padrão estável na lombar. Os resultados sugerem que antes do tratamento houve um controle do sistema neuromuscular, para limitar a mobilidade lombar em decorrência da dor, e este foi mais evidente nas menores velocidades de locomoção. Portanto, a metodologia empregada mostrou-se capaz de detectar alterações na movimentação da coluna lombar devido à fisioterapia.

4474

32

ANÁLISE DA COMPOSIÇÃO CORPORAL, PRESSÃO ARTERIAL E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE INDIVÍDUOS ADULTOS

SANDRA FACHINETO - Universidade do Oeste de Santa Catarina - UNOESC, campus de São Miguel do Oeste
 Andréa Jaqueline Prates Ribeiro - Universidade do Oeste de Santa Catarina - UNOESC, campus de São Miguel do Oeste
 Claudete de Andrade Gallina - Universidade do Oeste de Santa Catarina - UNOESC, campus de São Miguel do Oeste
 Elieser Felipe Livinalli - Prefeitura Municipal de Maravilha/SC

O estilo de vida influencia diretamente o padrão de saúde e nutrição da população, expresso pelo aumento da obesidade e diminuição dos níveis de atividade física. O objetivo deste estudo foi analisar a composição corporal, pressão arterial e nível de atividade física dos empregados da Central Elétrica de Santa Catarina, agência de São Miguel do Oeste/SC. Foram avaliados 121 empregados na faixa etária de 18 a 60 anos e efetuadas medidas de massa corporal, estatura e circunferências; aferição da pressão arterial e a aplicação do questionário internacional de atividade física - IPAQ (versão curta). A análise dos dados compreendeu estatística descritiva e teste t para comparação de dados. Houve diferença estatisticamente significativa ($p < 0,05$) entre os sexos para as variáveis de composição corporal e pressão arterial. Os indivíduos do sexo masculino apresentaram valores mais elevados em comparação ao feminino para as variáveis: massa corporal, índice de massa corporal, relação cintura-quadril e circunferência de cintura (81,64±14,52 e 63,95±13,52 Kg; 27,29±4,94 e 24,00±4,14 Kg/m²; 0,93±0,06 e 0,86±0,05; 92,95±11,43 e 83,66±9,65 cm, respectivamente). Além do mais, o valor médio de IMC (26,44 Kg/m²) apresentado enquadrado o grupo na categoria de "sobrepeso". Da mesma forma, os valores médios de pressão arterial sistólica e pressão arterial diastólica também se mostraram maiores no grupo masculino em relação ao feminino (139,33±16,27 e 88,11±11,20 mmHg; 121,61±13,19 e 79,35±9,63 mmHg, respectivamente). No que se refere ao nível de atividade física, o grupo é enquadrado na categoria "moderado". Dessa forma, podemos inferir que os resultados acima mencionados colocam esta população como um grupo alvo de ações de atenção à saúde.

4481

33

PARÂMETROS FISIOLÓGICOS E PERCEPTUAIS DURANTE CAMINHADA EM RITMO AUTO-SELECIONADO: PISTA VERSUS ESTEIRA

HASSAN MOHAMED ELSANGEDY - Universidade Federal do Paraná

Heriberto Colombo - UFPR

Greiciely Lopes - UFPR

Wagner de Campos - UFPR

Sergio Gregorio da Silva - UFPR

A realização de exercício físico em intensidade auto-selecionada está diretamente relacionada à presença de respostas perceptuais positivas, como também a respostas fisiologicamente adequadas para o surgimento de modificações orgânicas benéficas à saúde. Entretanto, recentes evidências sugerem que essas respostas psicofisiológicas durante exercício físico em intensidade preferida poderiam modificar-se de acordo com as diferentes condições ambientais. Desse modo, o presente estudo buscou comparar as respostas fisiológicas (%FCMáx) e perceptuais [percepção subjetiva de esforço (PSE) e índice de afetividade (IA, prazer/desprazer auto-reportado)] obtidas durante caminhada em intensidade auto-selecionada em duas condições ambientais (pista e esteira). Participaram 16 mulheres adultas, as quais realizaram: (a) teste incremental até exaustão, (b) teste de 20min de caminhada em intensidade preferida em esteira, e (c) teste de 20min de caminhada em intensidade preferida em pista. Um teste t dependente foi empregado para verificar as diferenças entre as condições ambientais, com $p < 0,05$. Os resultados demonstraram uma maior resposta da FCMáx ($73,4 \pm 9,8\%$ e $68,1 \pm 6,4\%$) e da PSE ($11,6 \pm 2,1$ e $10,3 \pm 2,2$), porém menor resposta do IA ($2,6 \pm 1,7$ e $3,3 \pm 1,4$, para esteira e pista, respectivamente), durante exercício físico em intensidade auto-selecionada em esteira comparativamente a pista. Em ambas as condições ambientais, essa intensidade preferida foi fisiologicamente adequada para acarretar modificações benéficas à saúde. Desse modo, conclui-se que as respostas fisiológicas e perceptuais durante a realização de caminhada em intensidade auto-selecionada por mulheres adultas modificam-se de acordo com as diferentes condições ambientais.

4491

35

SALTO VERTICAL EM AMBIENTE AQUÁTICO, VERIFICAÇÃO DA FORÇA DE REAÇÃO DO SOLO

HEILIANE DE BRITO FONTANA - Universidade do Estado de Santa Catarina

Alessandro Haupenthal - UDESC

Roberta Detânico - UDESC

Paulo Cerutti - UDESC

Helio Roesler - UDESC

Os exercícios subaquáticos têm sido amplamente utilizados tanto como meio de reabilitação como de condicionamento físico. Nesse sentido, atletas de modalidades que envolvem grandes repetições de movimentos de saltos, como o vôlei de praia, têm optado pelo treinamento pliométrico na água para evitar a carga excessiva ao aparelho locomotor. Apesar disso, são escassos os estudos acerca das forças envolvidas neste movimento em ambiente aquático. Neste contexto, buscou-se analisar a componente vertical da força de reação do solo (FRS) no salto vertical em ambiente aquático em diferentes profundidades. Para tanto, um sujeito do sexo masculino (27 anos, 1,80m e 84,5kg) executou 3 saltos verticais em duas situações: imersão na altura do quadril e do esterno. Foi utilizada uma plataforma de força subaquática a 600Hz. Os dados foram filtrados (Butterworth, ordem 3 e corte em 55Hz) e normalizados pelo peso corporal (PC) fora da água. Utilizou-se a média das três tentativas. As variáveis foram: pico de propulsão (PP), tempo de voo (TV), pico de impacto (PI), gradiente de propulsão (GP) e o gradiente de amortecimento (GA). Os resultados para imersão no quadril e no esterno foram de, respectivamente: $1,95 \pm 0,13$ e $1,94 \pm 0,05$ PC no PP, $0,63 \pm 0,01$ e $0,70 \pm 0,01$ s para o TV, $3,87 \pm 0,60$ e $2,22 \pm 0,58$ PC no PI, $1,5 \pm 0,13$ e $1,5 \pm 0,02$ PC/s no GP e $6,7 \pm 1,02$ e $2,3 \pm 0,13$ PC/s no GA. A partir dos resultados, verifica-se que a fase propulsiva do salto foi semelhante em ambas situações. Entretanto, a aterrissagem mostrou-se bastante distinta, com valores médios consideravelmente mais elevados para o nível do quadril. Sugere-se então, o treinamento ao nível do esterno. O conhecimento desses valores é importante para a prescrição de exercício no ambiente aquático.

4489

34

ASSOCIAÇÃO ENTRE CARACTERÍSTICAS MORFOLÓGICAS E DESEMPENHO (GOLS) NA LIGA NACIONAL DE HANDEBOL MASCULINO

LUIZ FERNANDO MAFRA - Universidade Federal de Santa Catarina

Daniel Giordani Vasques - Universidade Federal de Santa Catarina

Bruno Antônio gomes - Universidade Federal de Santa Catarina

Adair da Silva Lopes - Universidade Federal de Santa Catarina

Objetivou-se verificar possíveis associações entre características morfológicas de atletas de handebol e a média de gols por jogo. Participaram do estudo 134 atletas masculinos do Brasil, das 10 equipes participantes da Liga Nacional de Handebol 2006. Excluiu-se do estudo os goleiros ($n=23$) e os atletas que participaram de menos da metade dos 18 jogos da equipe na primeira fase da competição ($n=18$), totalizando 93 atletas. Coletou-se dados da massa corporal, comprimentos (estatura, envergadura e de membros inferiores), perímetros (antebraço e abdômen), diâmetro palmar, dobras cutâneas (tricipital, subescapular, peitoral, axilar média, supra-espinhal, supra-iliaca, abdominal, coxa e panturrilha) e somatório de sete (E7DC) e nove dobras cutâneas (E9DC). Estimou-se o percentual de gordura (%G) pela equação de Jackson e Pollock, e o somatotipo: endomorfia (ENDO), mesomorfia e ectomorfia, pelo método de Heath e Carter. A média de gols por jogo (MGJ) de cada atleta foi obtida através da análise das súmulas dos jogos da competição. Os atletas foram divididos em: os que fizeram mais gols, acima do P90 ($n=9$) e os que fizeram menos gols ($n=84$). Utilizou-se análise de regressão logística binária, com IC95%. Os resultados indicaram associações negativas entre a média de gols por jogo e as variáveis E7DC (OR=0,95; IC95%=0,91-0,99), E9DC (OR=0,95; IC95%=0,92-0,99), %G (OR=0,68; IC95%=0,51-0,91) e ENDO (OR=0,39; IC95%=0,18-0,84), demonstrando que quanto maior o número de gols, menor a quantidade de gordura corporal. De modo geral, as variáveis que apresentaram associações com o desempenho (MGJ) foram diretamente ligadas ao tecido adiposo, evidenciando este ser um fator negativo para o rendimento de atletas masculinos de handebol.

4502

36

REPRODUTIBILIDADE DO TESTE DE UMA REPETIÇÃO MÁXIMA EM SUJEITOS SEDENTÁRIOS, ATIVOS E TREINADOS

MATHEUS GIACOBBO GUEDES - Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Carlos Leandro Tiggemann - Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Luiz Fernando Martins Kruehl - Universidade Federal do Rio Grande do Sul

O objetivo deste estudo foi verificar a reprodutibilidade do teste de uma repetição máxima (1RM), em diferentes grupos de sujeitos, conforme seu histórico recente (12 meses) de prática de exercícios. Para tanto, participaram do estudo 30 sujeitos, com idades variando entre 18 e 34 anos, divididos em três grupos de dez sujeitos: sedentários (que não realizassem exercícios regulares), ativos (que realizassem exercícios físicos pelo menos três vezes por semana, exceto TF) e treinados (que realizassem TF regularmente, pelo menos três vezes por semana). Os sujeitos foram submetidos a duas sessões de familiarização, e em seguida, a duas sessões de testes de força máximos (1RM1 e 1RM2) nos exercícios supino plano (SUP) e pressão de pernas 45° (LEG). Os exercícios foram randomizados entre os sujeitos e as sessões, o intervalo entre as tentativas foi de 3 a 5 minutos, e o número máximo de tentativas não ultrapassou a 5. O intervalo entre as sessões dos dois testes variou de 2 a 4 dias. A comparação entre os resultados dos testes e re-testes de 1RM em ambos os exercícios, nos respectivos grupos, foi feita através do teste t pareado, e a associação entre os testes pela correlação intraclasse (ICC), ambos com nível de significância igual a $p < 0,05$. Os resultados mostraram que apesar das correlações terem apresentado valores altos (de 0,922 a 0,997), os dados indicam haver diferenças significativas do 1RM1 para o 1RM2 no SUP nos grupos treinado e sedentário, bem como nos grupos ativo e treinado para o LEG. Portanto, os resultados sugerem que a utilização de apenas um teste de 1RM parece não garantir a confiabilidade dos dados utilizados por pesquisadores e preparadores físicos na elaboração de seus métodos de treinamento e pesquisa.

4504

37

PERCEÇÃO CORPORAL E ESTADO NUTRICIONAL DE PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO DO MUNICÍPIO DE CRIÇUAMA (SC)ADRIANA SOARES LOBO - Universidade do Extremo Sul Catarinense
Monique Ferreira Garcia - Universidade do Extremo Sul Catarinense

A preocupação com a imagem corporal muitas vezes independe do estado nutricional e tem levado muitas pessoas a praticarem exercícios físicos. Este estudo verificou a relação entre percepção corporal e estado nutricional de praticantes de musculação do município de Criciúma (SC). A amostra foi composta por 164 indivíduos (50,6% mulheres e 49,4% homens) de 18 a 55 anos de idade de cinco academias de musculação. Foram coletados dados de estado civil, escolaridade, características do exercício físico, massa corporal e estatura. A percepção corporal foi verificada pela Escala de Figuras de Silhuetas. Na avaliação do estado nutricional utilizou-se o Índice de Massa Corporal (IMC). Diferenças e associações significativas foram verificadas pelo Teste t de Student e Qui-Quadrado (adotando-se como significância $p < 0,05$). A maioria da amostra apresentava menos de 25 anos, era solteira e possuía pelo menos o ensino médio completo. Grande parte freqüentava a academia há mais de um ano, entre quatro e cinco dias por semana. Os valores médios de massa corporal, estatura e IMC se mostraram estatisticamente maiores entre os homens. Eutrofia foi observada em 64,6% dos entrevistados, apesar de 59,1% se perceberem com sobrepeso. Do total de eutróficos, 53,7% perceberam-se com peso adequado e 40,6% com excesso de peso. Dos 57 indivíduos com algum grau de excesso de peso (29,3%), 94,7% se percebiam como tal. Houve associação significativa entre a percepção corporal e o estado nutricional em ambos os gêneros, mas não foram observadas associações entre distorções na imagem corporal e gênero. Apesar da maioria da amostra não possuir distorção da imagem corporal, muitos indivíduos classificados como eutróficos pelo IMC se percebem acima do peso.

4506

38

VERIFICAÇÃO DA FORÇA NA MARCHA SUBAQUÁTICA DE CRIANÇASLETÍCIA CALADO CARNEIRO - Universidade do Estado de Santa Catarina
Heiliane Fontana - UDESC
Alessandro Haupenthal - UDESC
Gustavo Schutz - UDESC
Helio Roesler - UDESC

O objetivo deste estudo foi analisar as características dinâmométricas da marcha de crianças no ambiente aquático. Participaram do estudo quatro crianças com idade entre 7 a 12 anos. O nível de imersão foi no osso esterno. Os dados foram coletados através de plataformas subaquáticas que estavam posicionadas no meio de uma passarela com 5,0 metros de comprimento. Foi utilizada uma taxa de aquisição de 600 Hz. As crianças caminharam em uma velocidade auto-selecionada, realizando 12 passagens válidas para cada criança. Para a análise dos dados foi utilizada a estatística descritiva. No total foram coletadas 96 curvas de força de reação do solo (FRS), sendo 48 para o pé direito e 48 para o pé esquerdo. Foram encontrados valores médios de $0,37 \pm 0,11$ Peso Corporal (PC) para o primeiro pico de força vertical; $0,23 \pm 0,07$ PC para o pico mínimo de força vertical; $0,34 \pm 0,09$ PC para o segundo pico de força vertical e $0,10 \pm 0,02$ PC para o pico positivo da componente ântero-posterior na FRS. Os valores encontrados neste estudo para força vertical e ântero-posterior foram menores se comparados aos obtidos em ambiente terrestre para crianças e foram semelhantes aos encontrados no ambiente aquático para adultos em mesmas condições. A curva de FRS ântero-posterior não apresentou fase negativa, diferentemente do que ocorre no solo. A curva vertical da FRS foi semelhante a um trapézio. Baseando-se nestes resultados, a prescrição de um protocolo de exercícios de recuperação funcional pode iniciar no ambiente aquático e progredir para a terapia em solo, dessa forma aumentando gradualmente o nível de dificuldade e o contato com o ambiente habitual de locomoção.

4509

39

RESPOSTA AUTÔNOMICA EM CICLOERGOMETRIA DE MEMBROS INFERIORES E SUPERIORESROCHELLI VILMA DE OLIVERA - Associação Educacional Luterana Bom Jesus/IELUSC
Adriano Eduardo Lima Silva - Laboratório de Avaliação Multidisciplinar (LABAM) – Bom Jesus/IELUSC

A resposta da variabilidade da freqüência cardíaca (VFC) em teste incremental apresenta um limiar (LVFC), que caracteriza a transição da retirada vagal para a ação do sistema nervoso simpático. Entretanto, o efeito da quantidade de massa muscular envolvida no exercício sobre a determinação do LVFC ainda não foi estudado. O objetivo desse estudo foi comparar o LVFC entre ergometria de membros superiores (MS) e inferiores (MI). Oito homens saudáveis [24,1 (5,3) anos; 75,1 (10,3) kg; 176,3 (8,5) cm e 11,4 (3,7)% gordura] participaram desse estudo. Na primeira visita, os indivíduos responderam a um questionário, realizaram uma avaliação morfológica e uma adaptação aos ergômetros. Nas demais visitas, os indivíduos realizaram dois testes de esforço progressivo máximo, sendo um com MI e outro com MS (carga inicial com a resistência do pedal, incrementos de 17W a cada 2 min, 70 rpm). O intervalo mínimo entre os testes foi de 48 h (ordem aleatória). O sinal elétrico do coração foi registrado batimento a batimento (polar S810i) e a VFC determinada no minuto final de cada estágio pelo índice SD1 da plotagem de Poincaré. O LVFC foi determinado na carga correspondente ao primeiro valor de SD1 inferior a 3 ms. A carga e a FC máxima foram maiores para o teste de MI do que para MS [154,5 (32,1) W; 181 (13) bpm vs 75,8 (10,6) W; 175 (13) bpm – $P < 0,05$]. Porém, o SD1 máximo foi maior para o teste de MS [3,2 (1,8) vs 1,8 (0,4) ms]. A carga do LVFC foi maior para MI do que para MS [82,9 (25,2) vs 45,7 (20,8) W – $P < 0,05$], mas a % da carga máxima e a FC foram similares [59,1 (15,6)%; 135 (10) bpm vs 62,2 (26,0)%; 143 (17) bpm – NS]. Esses resultados suportam a hipótese de uma retirada vagal antecipada em exercícios com membros superiores.

4539

40

CORREDORES DE RUA DE LONGA DISTÂNCIA: ESTUDO PRELIMINAR DE MARATONISTAS (CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS, FÍSICAS, TREINAMENTO E PREVALÊNCIA DE LESÕES)JORIS PAZIN - Universidade Federal de Santa Catarina
Lisiane Schilling Poeta - UFSC
Marcius de Almeida Gomes - UFSC
Maria de Fátima da Silva Duarte - UFSC

A participação em corridas de rua no Brasil tem aumentado significativamente, mas pouco se sabe sobre as características sócio-demográficas, físicas e de treinamento e a prevalência de lesões dos praticantes. O objetivo deste estudo foi identificar as características físicas, demográficas, prevalência de lesões (PL) dos corredores de rua (CR) e verificar o grau de associação com a idade, Índice de Massa Corporal (IMC), massa corporal (MC), freqüência de treinamento semanal (FTS), km de corrida por semana (km/s), orientação especializada (OE), prática de outra atividade física (PAF) e tempo de prática regular da corrida em anos (TPR). A amostra foi composta por 128 CR, sendo 115 do sexo masculino (89,8%) e 13 do sexo feminino (10,2%). Os dados foram coletados na Maratona de Blumenau/SC e na prova Desafio Praias e Trilhas de Florianópolis/SC, em 2006. O instrumento de medida foi o questionário. A estatística descritiva foi usada para caracterização da amostra. Para verificar a associação da PL com as variáveis investigadas, utilizou-se o modelo de regressão logística binária ($p < 0,05$). Caracterização da amostra: idade entre 18-35 anos (18,9%), 36-50 anos (45,7%) e acima de 50 anos (35,4%); ensino fundamental (22,7%), médio (35,2%) e superior (42,2%). Renda familiar mensal entre R\$ 300 e 999 (21,9%), entre R\$ 1.000 e 2.900 (45,3%) e acima de R\$ 3.000 (32,8%). Correm há mais de 6 anos (70,1%); possuem orientação (57%); km/s maior que 64 km (56,3%). A prevalência de lesões foi de 37%. Verificou-se uma associação significativa do TPR e PL, para uma razão de chance (OR) 1,57 (1,06-2,32), sendo observada uma tendência de aumento da prevalência de lesões conforme aumentam a TPR.

4548

41

DUPLO PRODUTO EM DIFERENTES EXERCÍCIOS RESISTIDOS, PARA UM MESMO NÚMERO DE REPETIÇÕES MÁXIMAS

WLADYMYR KÜLKAMP - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC
Jonathan Ache Dias - UDESC
Henrique Cabral Faraco - UDESC
Richard Locks - UDESC

O Duplo Produto (DP), caracterizado pela multiplicação da pressão sistólica (PS) pela frequência cardíaca (FC), é um indicador de segurança cardiovascular, podendo ser usado como parâmetro na prescrição de exercícios resistidos (ER). O objetivo deste estudo foi verificar o comportamento do DP em diferentes ER, para um mesmo número de repetições máximas (RM). A amostra foi constituída por nove sujeitos, de ambos os sexos (26±10 anos; 173±0,1 cm; 67,7±13,4 kg), praticantes de musculação há pelo menos dois meses. Os exercícios selecionados foram Leg Press 45° (LP), Rosca Scott Unilateral (RS) e Cadeira Extensora (CE), os quais eram realizados com cargas que permitiam 10 RM, sendo o DP verificado em repouso (DPREP) e na fase aguda (DPPICO) dos exercícios (entre a 9ª e a 10ª repetição). Foi utilizado um freqüencímetro marca Polar®, modelo S610i e um esfigmomanômetro tipo coluna de Mercúrio, marca Gerar®. Foi utilizado ainda o software SPSS® versão 13.0, sendo os dados analisados descritivamente (média e desvio padrão) e inferencialmente (MANOVA com post-hoc Bonferroni para medidas repetidas), adotando-se $p \leq 0,05$. A variável utilizada neste estudo foi DPDELTA (DPPICO - DPREP). A média e o desvio padrão do DPDELTA no LP foi 11.231±3.370, na RS 5.291±1.863 e na CE 10.209±2.611. Os resultados apontam diferença significativa nas médias do DPDELTA nos pares LPxRS (5.940; $p=0,018$) e CExRS (4.918; $p=0,002$), mas não no par LPxCE. Os resultados apontam ainda diferenças significativas nas médias de variação da PS ($p=0,034$), mas não da FC ($p=0,084$). Ao menos para essa amostra, parece existir uma diferença no DP em diferentes ER para um mesmo número de RM, sendo que a variação da PA parece ser o principal fator responsável pela diferença.

4553

43

AValiação DO EFEITO DA SUPLEMENTAÇÃO ORAL DE CREATINA EM CURTO PRAZO SOBRE A FORÇA EM INDIVÍDUOS FÍSICAMENTE ATIVOS E NÃO ATLETAS

PAULO FERNANDO ARAUJO DE SOUZA - Universidade Católica de Brasília
Marcos Ferreira - Universidade Católica de Brasília

Objetivo - Mensurar por meio de um teste de repetição máxima (1 RM) a variação da força antes e após o uso de creatina em não atletas. Metodologia Foi realizado um estudo experimental duplo cego, com avaliação de um grupo único de participantes em diferentes momentos. Foi utilizado para suplementação, monidrato de creatina micronizada e dextrose, para placebo apenas dextrose. Os 25 indivíduos da amostra tinham idades variando de 25 anos a 35 anos do sexo masculino. Delineamento do estudo Foi suplementada dose oral de creatina de 20g ao dia dividido em quatro tomadas (5g 4x/dia) durante 6 dias consecutivos, conjuntamente com (10g 4x/dia) dextrose. Resultados Os resultados mostram um aumento crescente significativo na força de 5,5 % para Pressão Pernas, 6,5 % para Supino Reto e 4,5 % para Cadeira Extensora. Ao analisar os resultados foi verificada significância em ambos os momentos (dextrose e dextrose + creatina), fato este nos leva a ponderar sobre as possíveis alterações causadas pela suplementação cega de dextrose. Conclusão Na força muscular a intervenção de creatina à curto prazo, indicou que houve aumento significativo na força de 5,5 % para PP, 6,5 % para SR e 4,5 % para CE. Deve-se sempre ponderar sobre situações de grupos como este, não é possível afirmar que exista um efeito geral mas tende-se a entender que a creatina torna-se uma boa aliada à exercícios de resistência para não atletas.

4551

42

RELAÇÃO DA MASSA CORPORAL E IMC COM A FORÇA EM IDOSOS TREINADOS E JOVENS TREINADOS E NÃO TREINADOS

JONATHAN ACHE DIAS - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC
Wladimir Kulkamp - UDESC
Henrique Cabral Faraco - UDESC
Richard Locks Stüpp - UDESC

Apesar da premissa de correlação entre massa corporal (MC) e força, a grande maioria das fórmulas de predição de força em exercícios resistidos (ER) não leva em conta essa variável. O objetivo deste estudo foi verificar a relação da MC e do índice de massa corporal (IMC) com a força em idosos e jovens. A amostra foi constituída por 23 indivíduos treinados (mais de 20 sessões) e não treinados (de três a seis sessões): nove "idosos" treinados (67±6 anos; 160±10 cm; 71±11 kg), oito "jovens treinados" (23±4 anos; 170±10 cm; 65±15 kg) e seis "jovens não treinados" (20±3 anos; 170±10 cm; 69±13 kg). Os exercícios selecionados foram Leg Press 45° (LP), Puxada Frontal (PF), Cadeira Extensora (CE) e Pulley Tríceps (PT), sendo os resultados obtidos a partir de testes de 12 repetições máximas (RM). Foi utilizado o pacote estatístico SPSS versão 13.0, sendo os dados analisados descritivamente como média e desvio padrão e inferencialmente ($p \leq 0,05$) com o teste de correlação de Pearson, exceto para os valores no LP dos "idosos" e "jovens treinados", os quais não apresentaram distribuição normal, sendo necessário a utilização da correlação de Spearman. Nos grupos "idosos" e "jovens não treinados" não foi encontrada correlação entre as variáveis (MC e IMC) e a força em nenhum dos exercícios. No grupo "jovens treinados" houve correlação moderada/forte nos pares IMCxPF ($r=0,761$; $p=0,028$), IMCxLP ($r=0,781$; $p=0,022$), MCxPF ($r=0,859$; $p=0,006$) e MCxLP ($r=0,892$; $p=0,003$). Os resultados obtidos demonstram que tanto a MC como o IMC podem estar relacionados com a força de 12 RM de jovens treinados nos exercícios LP e PF. Isso pode ser um indicativo de uma possível utilização dessas variáveis como auxiliares na prescrição de ER para essa população.

4557

44

SÍNDROME PRÉ-MENSTRUAL E PERCEPÇÃO DE IMPACTO NO DESEMPENHO ESPORTIVO DE ATLETAS BRASILEIRAS DE FUTSAL

PATRÍCIA APARECIDA GAION - Universidade Estadual de Maringá
Lenamar Fiorese Vieira - Universidade Estadual de Maringá
Celene Maria Longo da Silva - Universidade Federal de Pelotas

A Síndrome Pré-Menstrual (SPM) é um conjunto de sintomas emocionais e físicos, que ocorrem na fase pré-menstrual e restringem atividades diárias da mulher. O objetivo do estudo foi verificar associação entre SPM e percepção de impacto no desempenho esportivo de atletas brasileiras de futsal. Foram estudadas 133 atletas de futsal, com 18 a 31 anos, participantes da Taça Brasil de Clubes, em 2007. Foi utilizada ficha auto-aplicável, com critérios do American College of Obstetricians and Gynecologist (2000) para diagnosticar SPM e ficha de percepção de impacto no desempenho esportivo, em escala Likert com valores de 0 (não afetado) a 3 (extremamente afetado). Para análise dos dados utilizou-se teste qui-quadrado e regressão de Poisson. A prevalência de SPM foi de 47,32% e o impacto no desempenho esportivo naquelas com SPM foi RR 1,84 (IC95% 1,19 a 2,86). Os sintomas associados com SPM foram depressão, irritabilidade, explosão de raiva, mastalgia, desconforto abdominal, cefaléia e dificuldade de concentração e os associados com pior desempenho esportivo foram mastalgia, dificuldade de concentração e dor lombar. A intensidade que as atletas com SPM sentem o desempenho afetado na fase pré-menstrual foi significativa na categoria um pouco (RR 2,12 IC95% 1,11 a 4,07). Atletas com 6 a 9 sintomas apresentaram maior risco (RR 4,00 IC95% 1,76 a 9,08), do que atletas com 4 a 5 sintomas (RR 3,00 IC95% 1,29 a 6,95) ou com 2 a 3 sintomas (RR 2,14 IC95% 1,00 a 4,58). Em conclusão, embora vários sintomas emocionais estivessem associados com SPM, o impacto no desempenho esportivo teve predomínio de sintomas físicos. Além disso, encontrou-se que quanto maior o número de sintomas pré-menstruais, maior a repercussão no desempenho esportivo.

4562

45

COMPARAÇÃO ENTRE VARIÁVEIS DE APTIDÃO FÍSICA E VARIABILIDADE DE FREQUÊNCIA CARDÍACA (VFC) ENTRE SURFISTAS COMPETIDORES E RECREATIVOS

MARCUS VINÍCIUS PALMEIRA - Universidade São Judas Tadeu - USJT
 Rogério Brandão Wich - Laboratório do Movimento Humano, Universidade São Judas Tadeu – Unidade de Hipertensão (INCOR-HC-FMUSP).
 João Marcelo Miranda - Laboratório do Movimento Humano, Universidade São Judas Tadeu
 Cristiano Mostarda - Unidade de Hipertensão (INCOR-HC-FMUSP)

O surfe é atualmente uma das modalidades esportivas que mais cresce nas regiões litorâneas do mundo. Em contrapartida, as diferenças entre as vertentes competitiva e recreativa da modalidade ainda se apresenta pouco explorada cientificamente. O objetivo do estudo foi comparar variáveis de aptidão física e a VFC entre surfistas competidores e recreativos. O protocolo experimental foi realizado com amostra de 26 indivíduos, do sexo masculino, idade 25 + 5 anos, divididos em dois grupos: (SC) 15 surfistas competidores profissionais, e (SR) 11 surfistas recreativos. As variáveis de aptidão física comparadas foram: VO2máximo; índice de massa corporal – IMC; percentual de gordura corporal; resistência muscular localizada; e flexibilidade. A frequência cardíaca (FC) foi monitorada continuamente durante dez minutos, em repouso. A VFC foi verificada no domínio do tempo, e no domínio da frequência. Os atletas profissionais apresentaram valores considerados melhores que os praticantes recreacionais, no consumo máximo de oxigênio, sendo 56,0 + 1,2 ml/kg/min. vs. 51,7 + 0,4 ml/kg/min.; valores menores no IMC, 23,17 + 0,2 kg/m² vs. 24,25 + 0,4 kg/m², já no percentual de gordura corporal os atletas profissionais apresentaram 8,18 + 0,5% vs. 9,77 + 0,3% dos recreativos, além de valores mais elevados na variável flexibilidade 42,5 + 2,6 cm. Vs. 39,8 + 0,4 cm., e resistência muscular localizada 40,3 + 0,4 rep/1min. vs. 36,2 + 0,6 rep/1min.; na VFC observou-se significância estatística apenas no índice pNN10, não sendo apresentada nos outros métodos de comparação aplicados entre os grupos. Podemos concluir que os atletas profissionais possuem maior nível de aptidão física e funcional que os praticantes não profissionais.

4579

47

ANÁLISE DE DESEMPENHO EM JOVENS NADADORAS PARA 50 E 100 METROS NADO LIVRE

FABRÍCIO DE MELLO VITOR - Universidade de São Paulo/Faculdades Uirapuru
 Felipe Bassoli de Souza e Silva - Universidade de São Paulo
 Maria Tereza Silveira Böhme - Universidade de São Paulo

O objetivo deste estudo foi verificar a influência do crescimento, composição corporal, maturação e aptidão física sobre o desempenho de jovens nadadoras na prova de 50 e 100 metros nado livre. Para isso, foram realizadas medidas de: peso, estatura, envergadura, diâmetros, perímetros, comprimentos, dobras cutâneas, além de medidas de força, velocidade, flexibilidade e resistência aeróbia em uma amostra de 25 nadadoras de 12 a 15 anos. Como procedimento estatístico utilizou-se a análise de regressão múltipla (backward), onde se considerou os tempos de 50 e 100 metros nado livre como variáveis dependentes e as demais variáveis cineantropométricas como independentes em um nível de significância de 0,05. O programa estatístico utilizado foi o SPSS 13.0. O modelo de regressão obtido para o tempo de 50 metros explicou 52% da variância sendo o teste de velocidade de 15 metros a única medida significativa no modelo de regressão. Para o tempo de 100 metros, a combinação da variável tempo de 50 metros e teste de 12 minutos explicou 78% de toda a variância. Estes resultados sugerem que o desempenho das nadadoras nas provas de 50 e 100 metros é influenciado pelos aspectos neuro – motores (tempo no teste de 15 metros) e energéticos (teste de 12 minutos). Sugere-se que para futuras pesquisas, variáveis técnicas como frequência de braçada e comprimento de braçada devem ser incluídas a fim de buscar uma melhor explicação do desempenho competitivo de jovens nadadoras. Palavras-chave: natação, jovem, desempenho, análise de regressão

4568

46

ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE CRIANÇAS MATRICULADAS NA REDE PÚBLICA E PARTICULAR DE CAMPO GRANDE – MS

PAULO RICARDO MARTINS NUNEZ - UNIDERP
 Sandro Torales Schulz - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal
 Junior Vagner Pereira Da Silva - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal

A obesidade nos últimos anos vem se configurando como um dos principais problemas de saúde pública mundial, uma vez que a mesma mantém relações diretas com problemas cardio-respiratórios. Diante dos efeitos deletérios da obesidade à saúde este estudo objetivou investigar o Índice de Massa Corporal entre escolares da rede pública e particular. A amostra foi composta por 100 crianças, entre 09 e 10 anos, matriculados na rede (50) e particular (50) de Campo Grande - MS. Foram mensuradas as medidas de estatura e massa corporal, determinando o Índice de Massa Corporal através da fórmula $IMC = \text{peso}/\text{altura}^2$, utilizando a análise de frequência (percentual) no tratamento dos dados. Constatou-se que 28% (14) das crianças da rede pública e 42% (21) da rede particular encontravam-se com sobrepeso. Analisando por sexo, os dados mostram que 20% (8) dos meninos matriculados na rede pública e 40% (8) das matriculadas na rede particular encontravam-se com sobrepeso e entre as meninas, 20% (6) da rede pública e 43% (13) da rede particular. CONCLUSÃO: Conclui-se que o nível sócio-econômico pode estar exercendo grande influência sobre o Índice de Massa Corporal, uma vez que as crianças matriculadas nas escolas particulares apresentaram percentuais de sobrepeso superiores em ambos os sexos. Palavras Chave: Obesidade, Crianças e Índice de Massa Corporal.

4585

48

EFEITO DE TRÊS MESES DE TREINAMENTO FÍSICO SOBRE A COMPOSIÇÃO CORPORAL E APTIDÃO FÍSICA DE BOMBEIROS

MARCIO ROBSON VERZOLA - Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Santa Catarina – CBMSC
 GEORGE VIEIRA - Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC
 EDIO LUIZ PETROSKI - Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC

Os componentes da aptidão física dos militares tem sido foco de atenção na comunidade científica haja vista sua repercussão positiva no desempenho físico e mental durante a realização das atividades destes profissionais. Objetivando verificar os efeitos do treinamento físico sobre a composição corporal e aptidão física participaram do estudo 52 alunos soldados do corpo de bombeiros militar de Santa Catarina. A densidade corporal (DC) foi determinada por intermédio da equação de Petroski (1995) e o percentual de gordura (%G) através da equação de Sirí (1961). A aptidão física foi avaliada empregando o teste de corrida 3200m, flexão na barra fixa, abdominal e 100m de corrida máxima. O treinamento físico foi estruturado em 12 semanas (2x por semana, com 90min de duração, tendo 28 sessões cardiopulmonar e 10 sessões de força ou resistência muscular localizada). Na análise estatística do IMC e massa corporal pré e pós-treinamento utilizou-se o teste t pareado e o teste de Wilcoxon para as demais variáveis ($p < 0,05$). Os resultados mostraram diferenças significativas para: $IMC = 22,23 \pm 2,25$ e $22,7 \pm 2,2$ kg/m²; teste 3200m = $14,17 \pm 1,38$ e $12,46 \pm 1,27$ min; barra fixa = $7,54 \pm 2,71$ e $10,83 \pm 2,73$; abdominal = $38,48 \pm 4,02$ e $50,62 \pm 4,47$; teste 100m = $14,23 \pm 0,46$ e $14,05 \pm 1,2$ seg. Portanto, o treinamento físico realizado durante 3 meses, parece induzir maiores modificações nos testes físicos do que propriamente sobre a composição corporal.

AValiação DA RElação ENTRE O NÍVEL DE DESENVOLVIMENTO DOS PADRÕES FUNDAMENTAIS DE MOVIMENTO E O ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE CRIANÇAS DE 6 E 7 ANOS DE IDADE

INARA MARQUES - Gepedam/CEFE/UJEL
 Márcio Rogério Moraes Machado - CEFE/UJEL
 Emami Xavier Filho - Gepedam/CEFE/UJEL
 Josiane Medina - Gepedam/CEFE/UJEL
 Dalberto Luiz de Santo - LaPEF/CEFE/UJEL

Este estudo teve como objetivo verificar a relação entre o nível de desenvolvimento dos padrões fundamentais de movimento (PFM) - quicar a bola, saltar na horizontal e andar sobre a trave – e o índice de massa corporal (IMC) em meninos e meninas de 6 e 7 anos de idade. Para tanto, foram analisadas 17 crianças, sendo 10 meninos e 7 meninas, com idade média de $6,85 \pm 0,23$ anos, pertencentes a 1ª série da Escola Estadual Kazuco Ohara, da cidade de Londrina PR. Para a avaliação do índice de massa corporal (IMC), foram utilizados o peso e a estatura das crianças, classificando pelos pontos de corte propostos por Cole et al. (apud ABRANTES, 2003). A análise das tarefas quicar, saltar e andar na trave foi realizada através da análise por componentes, tendo como base a descrição dos estágios proposta por Gallahue e Ozmun (2003). Para o tratamento dos dados, foi realizada análise descritiva, e para análise estatística, foi utilizado o teste de correlação de Spearman e o teste de variância Mann-Whitney. Através da análise descritiva verificou-se que apenas 23% das crianças foram classificadas como sobrepesada. Com relação aos padrões fundamentais, somente no PFM andar na trave é que se pode observar uma predominância de crianças (100%) no estágio maduro, nos componentes dos membros superiores e dos membros inferiores. Os resultados das análises estatísticas não apresentaram correlação significativa ($p > 0,05$) entre os PFM e o IMC quando os sujeitos foram comparados entre os gêneros e entre grupos. A partir dos resultados, podemos concluir não haver relação entre os PFM e o IMC ficando evidenciado que a maioria, ou seja, 70% das crianças, independente do gênero e IMC, se encontraram no estágio elementar de desenvolvimento motor.

A AVALIAÇÃO FÍSICA COMO FERRAMENTA DE PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE

ANDRÉ LUÍS OLIVEIRA DOS SANTOS - Serviço Social da Indústria - SESI DR Pa

Atualmente o homem está cada vez mais dependente das facilidades da vida moderna. Na indústria observa-se que isso não poderia ser diferente, pois com a automação, os trabalhadores deste setor passaram a ter uma pré-disposição à inatividade física, tendo como consequência um menor gasto de energia corporal. Diante deste quadro, percebemos que o trabalhador da indústria está cada vez mais sedentário, levando-o a uma queda na sua qualidade de vida e refletindo, inclusive, na sua participação no campeonato das indústrias, promovida pelo SESI DR/Pa. Foi baseado na confirmação deste panorama (através de pesquisas realizadas pelo SESI) que a referida instituição elaborou um projeto de implantação do Laboratório de Fisiologia do Exercício, visando conhecer de maneira fisiológica este trabalhador. Há três anos o LABFEX vem aproximando a Fisiologia do Exercício do trabalhador da indústria através da avaliação física, que é requisito obrigatório para participar do campeonato das indústrias. A avaliação física básica é feita de modo a enfatizar a composição corporal, IMC, IRCQ e a aptidão cardiorrespiratória. Para termos uma idéia da importância desta ação, tomaremos como exemplo alguns resultados de uma das empresas avaliadas: 53,86% dos avaliados possui um percentual de gordura entre 18 a 36%, conseqüentemente, o risco de desenvolver doenças coronarianas aumenta, dado constatado no IRCQ apontando mais de 58% de risco moderado. O SESI DR/Pa acredita que o LABFEX pode contribuir para que o trabalhador da indústria possa adotar um estilo de vida ativo e adquirir hábitos saudáveis.

ASSOCIAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL COM OS INDICADORES DE OBESIDADE EM ADULTOS

EVELYN DE ALMEIDA HINDS - Universidade Federal de Santa Catarina
 Mayara Hörner Brucznitski - Universidade Federal de Santa Catarina
 Fernando Henrique Busnardo - Universidade Federal de Santa Catarina
 César de Aragão Silva - Universidade Federal de Santa Catarina
 Joana Vieira de Bona - Universidade Federal de Santa Catarina

A obesidade pode ser entendida como uma consequência do excesso de gordura na forma de tecido adiposo prejudicial à saúde. A imagem corporal reflete um "conceito de si mesmo", e pode estar associada aos indicadores da doença. O objetivo deste estudo foi verificar a existência da associação entre a imagem corporal e os indicadores de obesidade em população atendida pelo COAFIS. A amostra foi composta por 92 adultos, com idade média e desvio padrão de 40 ± 14 anos, sendo 48,9% (45) de homens. Para determinação do índice de massa corporal (IMC) e índice de conicidade (IC), foram coletadas as medidas de massa corporal, estatura, perímetro de cintura e dobras cutâneas, aplicando nas respectivas equações. O percentual de gordura (%Gord) foi determinado pela equação de Pollock e para a percepção da imagem corporal utilizaram-se as indicações de silhueta atual (auto-percepção) e silhueta desejada (como gostaria de ser). Para análise dos dados utilizou-se a estatística descritiva (frequência, média e desvio padrão) e o teste de associação do Qui-quadrado (2) adotando-se um nível de significância de 95%. Observou-se que 70,7% (65) dos indivíduos mostraram estar insatisfeitos com sua imagem corporal. Dentre estes 47,7% (31) apresentaram excesso de peso pelo IMC, 63,8% (37) % Gord acima do recomendado e por meio do IC, 32,3% (21) indicaram risco coronariano elevado. Levando em consideração estes indicadores, nota-se que os indivíduos que relataram insatisfação apresentam percentagens significativamente maiores quando comparados aos satisfeitos com imagem corporal. Após os resultados apresentados conclui-se que há associação estatisticamente significativa entre a imagem corporal e os indicadores de obesidade em adultos.

PONTO DE DEFLEXÃO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA NO TESTE DE PROBST EM ATLETAS DE RUGBY

ROBERTO CARLOS BARRERA GARCIA - UDESC
 Fernando Roberto de Oliveira - UFLA

O teste intermitente de Probst determina a performance aeróbia de atletas através de um método semelhante as acelerações e mudanças de direção comuns em modalidades como Rugby. Este estudo objetivou analisar o comportamento da frequência cardíaca (FC) em teste de carga progressiva e intermitente (Probst) em atletas de Rugby e identificar o ponto de deflexão (PDFC) através dos métodos Dmax e Visual. A amostra foi não probabilística intencional, composta por oito atletas de Rugby, com altura média de $1,78 \pm 6,7$ m, peso médio 79,7 (10,3kg e percentual médio de gordura 13,2 (2,7%). A identificação do PDFC foi realizada pelo método Dmax - pontos da FC ajustados a uma função polinomial de terceira ordem – e pelo método Visual, onde foi obtido pela perda da linearidade dos pontos da FC. A análise estatística foi feita por estatística descritiva; os pontos da FC foram analisados através de regressão não linear. Para comparação entre as amostras, utilizou-se teste T. O PDFC foi obtido pelo comportamento da FC em relação à velocidade, em ambos os métodos. O resultado encontrado para PDFC médio, em intensidades de trabalho de $12,4 \pm 1,8$ e $12,8 \pm 1,2$ km.h-1, foi de 182 ± 9 bpm quando utilizado o método Dmax e 186 ± 5 bpm quando utilizado o método Visual. Os valores de FC encontrados para a variável analisada PDFC não apresentaram diferenças, sugerindo que, independente do método utilizado, o estresse cardiovascular é similar. As cargas de trabalho se apresentaram em velocidades similares em relação às variáveis do PDFC, tanto obtidas pelo método Dmax como no Visual. Conclui-se que, o método Dmax e Visual podem resultar eficientes para se determinar o PDFC no teste de Probst.

4636

53

VERIFICAÇÃO DO LACTATO SANGUÍNEO EM DIFERENTES NÍVEIS DA APTIDÃO FÍSICA DOS ACADÊMICOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNISEP/FAED

JULIANO BRANDIELLE - união do ensino do sudoeste do paraná (UNISEP)
 Erasmo Paulo Miliorini Ouriques - UNISEP

O objetivo deste estudo foi verificar a rela o entre o nível de lactato sanguíneo com o nível de atividade física habitual dos acadêmicos de Educa o Física da Faculdade UNISEP de Dois Vizinhos - PR, procurando responder se os acadêmicos considerados mais ativos produzem um nível de lactato maior. Participaram da amostra 17 acadêmicos (todos masculinos), os quais foram classificados de acordo com o questionário de nível de atividade física habitual, sendo 23,52% considerados moderadamente ativos, 35,29% ativos e 41,17% muito ativos. De acordo com essa classifica o, os níveis de lactato nos alunos moderadamente ativos foi em média 12,3 mmol/l ($\pm 0,45$), nos ativos 9,7 mmol/l ($\pm 1,17$) e nos muito ativos 12,9 mmol/l ($\pm 1,59$). A aferi o do lactato foi feita após o Teste de 40 segundos de Matsudo. O mesmo foi aferido por um lact metro portátil da marca Accutrend lactate. Esses resultados sugerem que há uma pequena correla o entre o nível de atividade física e o de lactato sanguíneo, sendo que os acadêmicos considerados mais ativos produzem níveis mais elevados de lactato. Concluiu-se que o valor mais alto de lactato encontrado para os alunos mais ativos sugere uma maior tolerância a substância, permitindo assim, um maior rendimento nos esportes. Porém, algo pode estar errado quando comparado o nível de lactato entre os ativos e os moderadamente ativos.

4659

55

O EFEITO DA IDADE RELATIVA (EIR) NA FORMA O DAS EQUIPES DE FUTEBOL MASCULINO PARTICIPANTES DOS JOGOS PAN-AMERICANOS RIO 2007

CARLOS ANDRÉ PAES - Universidade Federal do Paraná
 Sabrina Ribeiro Jorge - Universidade Federal do Paraná
 Larissa Rosa da Silva - Universidade Federal do Paraná
 Karini Borges dos Santos - Universidade Federal do Paraná
 Julimar Luiz Pereira - Universidade Federal do Paraná

Este estudo, de característica descritiva, tem por objetivo verificar o Efeito da Idade Relativa (EIR) na forma o das equipes participantes dos Jogos Pan-Americanos de 2007, realizados na cidade do Rio de Janeiro, Brasil. Os dados utilizados na investiga o são aqueles constantes da inscri o dos atletas nos Jogos Pan-Americanos Rio 2007, encontrados no site oficial do evento: www.rio2007.org.br. Considerando os 222 inscritos pelas 12 sele es participantes, dividiram-se os atletas em duas categorias: 1  semestre (1  de janeiro a 30 de junho) e 2  semestre (1  de julho a 31 de dezembro). Para a análise dos dados utilizou-se o software SPSS 13.0 para testes não-paramétricos binominal com "test proportion" estabelecido em 0,50 com $p < 0,05$. Dos 222 atletas, 150 (68%) encontram-se na categoria 1  semestre e, 72 (32%), na categoria 2  semestre, com $p = 0,000$. As Sele es do Equador, 1  colocada com $p = 0,815$ e Jamaica, 2  colocada com $p = 0,238$ não apresentaram EIR significativo, porém, as sele es da Bolívia e Argentina, que não tiveram desempenho expressivo nos jogos Pan-Americanos, obtiveram ambas $p = 0,008$, apresentando EIR significativo. Neste caso, conclui-se que o EIR não apresenta associa o com o desempenho final dos Jogos, pois as únicas sele es que obtiveram essa diferença não chegaram   disputar o título, mesmo ao considerar que em todas as sele es analisadas prevalecia os nascidos durante o primeiro semestre.

4655

54

RESPOSTAS CARDIORRESPIRATÓRIAS ENTRE DIFERENTES EXERCÍCIOS DE HIDROGINÁSTICA REALIZADOS POR MULHERES PÓS-MENOP SICAS

CRISTINE LIMA ALBERTON - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
 Mabel Micheline Olkoski - Universidade Federal de Santa Maria
 Stéphanie Santana Pinto - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
 Márcio Eduardo Becker - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
 Luiz Fernando Martins Kruehl - Universidade Federal do Rio Grande do Sul

A hidroginástica   constituída de exercícios específicos baseados no aproveitamento da resistência da  gua. Para uma adequada prescri o dessa atividade   fundamental o conhecimento das respostas de consumo de oxigênio (VO_2) e freq ncia card cia (FC) dos exercícios. O objetivo foi analisar o VO_2 e a FC entre diferentes exercícios de hidroginástica. Oito mulheres pós-menop sicas participaram de 4 sessões de coleta. Oito exercícios foram randomizados, sendo realizados 2 por sessão, durante 4 min cada, na cadência de 60 bpm, com intervalo de 30 min. Utilizou-se ANOVA para medidas repetidas e post-hoc de Bonferroni, com $p < 0,05$ (SPSS vs 11.0). O exercício chute frontal - flexão/extensão horizontal de ombros (FEH) ($135,94 \pm 10,45$ bpm; $16,48 \pm 3,49$ ml.kg⁻¹.min⁻¹) apresentou respostas significativamente maiores de FC e VO_2 do que o deslize lateral - braços empurrando   frente (EMP) ($97,04 \pm 11,92$ bpm; $8,22 \pm 1,66$ ml.kg⁻¹.min⁻¹), que apresentou os menores valores. Os demais exercícios (chute frontal - EMP ($125,21 \pm 9,88$ bpm; $16,32 \pm 2,41$ ml.kg⁻¹.min⁻¹), corrida - FEH ($115,60 \pm 9,74$ bpm; $12,78 \pm 1,51$ ml.kg⁻¹.min⁻¹), deslize frontal - FEH ($117,38 \pm 10,68$ bpm; $12,55 \pm 3,18$ ml.kg⁻¹.min⁻¹), deslize lateral - FEH ($111,12 \pm 12,02$ bpm; $10,95 \pm 2,01$ ml.kg⁻¹.min⁻¹), corrida - EMP ($104,91 \pm 17,58$ bpm; $10,40 \pm 2,74$ ml.kg⁻¹.min⁻¹) e deslize frontal - EMP ($109,29 \pm 18,59$ bpm; $10,61 \pm 2,19$ ml.kg⁻¹.min⁻¹)) não apresentaram diferenças significativas na FC, entretanto apresentaram diferentes respostas para o VO_2 . Esses resultados demonstram que a prescri o da aula de hidroginástica deve ser baseada na FC ou no VO_2 , e não no ritmo musical, visto que os diferentes exercícios analisados, quando realizados em uma cadência fixa apresentam diferentes intensidades de esforço.

4682

56

COMPARA O DO PERCENTUAL DE GORDURA CORPORAL ESTIMADO ATRAVES DA UTILIZA O DE DIFERENTES EQUA ES DE DENSIDADE CORPORAL EM HOMENS ADULTOS

JOSÉ CLAUDIO JAMBASSI FILHO - Grupo de Estudo e Pesquisa em Metabolismo Nutri o e Exercício (GPEMENE) - Universidade Estadual de Londrina (UEL)
 Igor Augusto Braz - GPEMENE - UEL
 Miriam Fadoni - GPEMENE - UEL
 Débora Alves Guariglia - GPEMENE - UEL
 Edilson Serpeloni Cyrino - GPEMENE - UEL

A determina o do percentual da gordura corporal (%GC) possui diversas aplica es em programas direcionados ao treinamento físico-desportivo e a promo o da saúde. Entre as técnicas mais utilizadas, as dobras cutâneas (DC) destacam-se pelo baixo custo operacional, fácil aplicabilidade, rapidez e por ser um método não - invasivo. Estes fatores levaram pesquisadores a desenvolverem diversas equa es. Neste sentido, o propósito do presente estudo foi comparar o %GC calculado por diferentes equa es em homens adultos. Vinte e dois indivíduos do sexo masculino ($23,3 \pm 3,0$ anos; $73,2 \pm 7,3$ kg; $176,8 \pm 5,7$ cm), participaram voluntariamente do estudo. As espessuras das DC abdominal, supra- lica, subescapular, tricipital, bicipital, axilar-média, coxa, perna medial e peitoral foram mensuradas por um compasso Lange. Para o cálculo da densidade corporal, utilizou as equa es generalizadas desenvolvidas por Durnin & Womersley, 1974 (D&W), Jackson & Pollock, 1978 (J&P) e Petroski, 1995 (P). O %GC foi estimado através da equa o de SIRI, 1961. Para a verifica o da distribui o dos dados utilizou-se o teste de Shapiro-Wilk. A compara o da estimativa do %GC entre as diferentes equa es foi realizada pela ANOVA one way, prosseguida pelo post hoc de SCHEFFÉ, quando os valores de F foram superiores a uma significância de 5%. As médias e os desvios padrões do %GC pelas equa es de D&W, J&P e P foram de $20 \pm 5,7$; $13,4 \pm 5,5$; $16,7 \pm 9,3$, respectivamente. Observou diferenças significativas entre as médias da estimativa do %GC ($p < 0,01$). Os resultados indicaram que existe diferença entre as equa es para predi o do %GC em homens adultos. Palavras-chave: equa es, percentual de gordura e dobras cutâneas.

COMPARAÇÃO ENTRE PROTOCOLOS PARA DETERMINAÇÃO DO LIMIAR ANAERÓBIO EM CANOISTAS DE RENDIMENTO

MARCUS PEIKRISZWILI TARTARUGA - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Fabiana Fernandes Vaz - Grupo de Pesquisa em Atividades Aquáticas e Terrestres da EsEF/UFRGS

Marcelo Coertjens - Grupo de Pesquisa em Atividades Aquáticas e Terrestres da EsEF/UFRGS

Caio Daniel Schmitt - Associação de Canoagem Guahyba

Luiz Fernando Martins Kruehl - Grupo de Pesquisa em Atividades Aquáticas e Terrestres da EsEF/UFRGS

O limiar anaeróbio (LA) e a velocidade crítica (VC) têm sido utilizados na avaliação aeróbica e na prescrição de exercício em diversas modalidades esportivas como: natação, ciclismo e remo. Entretanto, na canoagem, poucos estudos têm utilizado a VC e o LA. O objetivo foi comparar e relacionar um método direto com um método indireto para determinação da velocidade no LA. O método indireto correspondeu as VCs determinadas pelo coeficiente angular da reta distância vs tempo, nas combinações: 200/500/1000; 200/500; 500/1000 e 200/1000m. O método direto utilizado foi o lactato mínimo (LM), consistindo da análise da curva lactato vs tempo. Sete canoístas entre 14 e 21 anos (massa: 64,3+5,7kg; estatura: 170+3,2cm) percorreram as três distâncias, em intensidade máxima de esforço, para a determinação das VCs. Após uma semana, foi determinada a velocidade no LA, através do método do LM, onde os canoístas percorreram a distância de 200m em intensidade máxima de esforço e, em cinco intensidades submáximas (50, 60, 70, 80 e 90%). O lactato foi coletado no 1º, 3º e 5º minuto após o máximo esforço e um minuto após cada intensidade submáxima. Para comparação entre a velocidade no LA e as VCs foi realizado o teste T pareado de Student e, para a verificação da relação das mesmas, o coeficiente de determinação linear (r^2), com $p < 0,05$. Não foram encontradas diferenças significativas nos valores de velocidade no LA e na VC de 200/500m ($p = 0,64$). Nas demais VCs, foram encontradas diferenças significativas ($p < 0,05$). O método indireto de determinação da VC em canoístas de velocidade, na combinação de 200/500m, pode ser utilizado na predição da velocidade no LA, podendo ser considerado um índice de avaliação e prescrição de treinamento.

ANÁLISE DAS VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS EM JOGADORES DE VOLEIBOL: CATEGORIAS INFANTO-JUVENIL E INFANTIL

FÁBIO ROSA DOS SANTOS - Universidade Luterana do Brasil

Oswaldo Donizete Siqueira - Universidade Luterana do Brasil

Luiz Antonio Crescente - Universidade Luterana do Brasil

INTRODUÇÃO: Atualmente diversos estudos evidenciam a influência da maturação biológica no desempenho esportivo de jovens atletas. Contudo, ao se deparar com o processo competitivo estas características não são analisadas, sendo que atletas de uma mesma categoria podem apresentar níveis diferenciados de crescimento biológico e serem categorizados somente através de suas idades cronológicas. **OBJETIVO:** Esta pesquisa teve por objetivo analisar as variáveis antropométricas em jovens atletas de uma equipe de voleibol das categorias infanto-juvenil e infantil. **MATERIAIS E METODOS:** Foram avaliados 32 atletas, 16 categoria infanto-juvenil (idade: 16,15 + 0,70) e 16 categoria infantil (idade: 14,38 + 0,62) pertencentes a equipe de voleibol da Universidade Luterana do Brasil, Canoas-RS. Todos os testes foram realizados no LAFIMED, Laboratório de Fisiologia e Medicina Desportiva da universidade. As variáveis mensuradas foram: peso, estatura, IMC (Índice de Massa Corporal), somatório de dobras cutâneas - DC (tríceps, subescapular, supra-ilíaca e abdominal), percentual de gordura - %G (Faulkner, 1968). A análise dos dados foi realizada através da estatística descritiva e nível de significância, teste t de Student, utilizando-se o programa Excel, versão 2003. **RESULTADOS:** Dessa forma pode-se observar que houve diferença estatisticamente significativa $p > 0,05$ para a variável estatura $p > 0,005$ e peso corporal $p > 0,020$. Não encontrou-se diferença estatisticamente significativa para as outras variáveis analisadas. **CONCLUSÃO:** Sendo assim, no que diz respeito a categorização por idades, tendo como referência as variáveis antropométricas analisadas, elas encontram-se de acordo com o processo evolutivo de seus praticantes.

CORRELAÇÃO ENTRE DESEMPENHO NEUROMOMOTOR, INDICADORES DE CRESCIMENTO E COMPOSIÇÃO CORPORAL EM CRIANÇAS

ELTO LEGNANI - Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Eneida Conte - UNIOESTE

Rosimeide Francisco Santos Legnani - UEL

Alexssandro Morgenroth - UNIOESTE

Flavia Gelmini Pimentel - CPH

Introdução: a composição corporal e os indicadores de crescimento podem influenciar o desempenho motor de crianças. **Objetivo:** estabelecer a relação entre o desempenho de crianças nos testes neuromotores (flexibilidade e impulsão Horizontal) com os indicadores de crescimento e composição corporal (peso, estatura, somatório das dobras cutâneas e índice de massa corporal). **Metodologia:** a amostra se constituiu de 753 crianças de 5 a 7 anos de idade, sendo 360 (47,6%) meninos e 393 (52%) meninas, freqüentes em escolas da rede pública ($n = 580$) e particular ($n = 144$), de Marechal Cândido Rondon/PR. Os dados foram coletados obedecendo às técnicas padronizadas descritas na literatura (peso, altura, DC triptical, DC subscapular, flexibilidade e impulsão horizontal). Adicionalmente foram calculados os índices de massa corporal e o somatório das dobras cutâneas triptical e subscapular. Os dados foram analisados por meio da estatística descritiva e correlação de Pearson (r), utilizando-se do programa estatístico SPSS, versão - 13,0. **Resultados:** os indicadores de crescimento e composição corporal se correlacionaram negativamente com a flexibilidade, exceção feita ao peso (correlação positiva). A impulsão horizontal se correlacionou positivamente com o peso e a altura, e negativamente com o IMC e o somatório das dobras cutâneas. Observou-se correlação positiva da flexibilidade com o desempenho no teste de impulsão horizontal. **Conclusão:** os resultados evidenciaram uma forte relação negativa entre os indicadores de crescimento e composição corporal com o desempenho nos testes neuromotores realizados pelas crianças. **Palavras-Chave:** crescimento, crianças, neuromotor

AVALIAÇÃO DA OCORRÊNCIA DE LOMBALGIAS ENTRE TRABALHADORES DE SERVIÇOS GERAIS TERCERIZADOS E ATUANTES NA UNIVILLE – ANÁLISE COMPORTAMENTAL E ORIENTAÇÃO DE POSTURAL

ANTONIO MARCOS TAVARES JUNIOR - Univille

Valeska Ilienco Villela Souto - Univille

A pesquisa a seguir objetivou verificar a incidência de lombalgias em trabalhadores de serviços gerais, e sua relação com o trabalho desenvolvido e os equipamentos utilizados. A amostra foi composta por 31 mulheres, funcionárias da zeladoria da Universidade da Região de Joinville – UNIVILLE. Foi realizada uma análise comportamental e do estudo biomecânico, desenvolvido através da antropometria e da cinemétria, a partir dos quais foi possível reunir os dados necessários à avaliação postural. Os demais dados de avaliação postural foram coletados por meio do protocolo de Kendall e Santos, enquanto que a caracterização dos funcionários, suas indicações gerais de saúde e a escala de desconforto para as diferentes partes do corpo foram obtidos através de um questionário desenvolvido para fins deste trabalho. Os resultados obtidos apontaram que 16 pessoas (51%) apresentam sobrepeso, enquanto que 19 (61%) não praticam qualquer atividade física; 24 pessoas (77%) informaram sentir cansaço físico após a jornada de trabalho, enquanto 17 (54%) se sentem mentalmente cansadas. De maneira geral, todas as 31 (100%) funcionárias informaram sentir algum tipo de algia, sendo 26 (83,87%) ocorrências localizadas na região lombar; destas, 5 (19,23%) informaram sentirem dores insuportáveis nesta região, enquanto que 15 (57%) das que sentiam dores lombares, relataram terem reduzido, ou alterado, suas atividades em decorrência dos desconfortos lombares. A partir do cruzamento das informações obtidas através do questionário com as análises antropométrica e cinemétrica, concluiu-se que o alto Índice de Massa Corporal (IMC), aliado ao uso inadequado dos equipamentos e a incidência de algias, vem contribuindo para o absenteísmo laboral.

4755

61

VARIAÇÃO DA VELOCIDADE DE DESLOCAMENTO PARA UMA CONCENTRAÇÃO FIXA DE LACTATO SANGUÍNEO EM TESTE DE CORRIDA AQUÁTICA EM SUSPENSÃO

JEAN FUZZETTI CAVAZZA - Universidade Federal Do Paraná
 Armando Ferreira da Fonseca Junior - UFPR
 Leilane Lazarotto - UFPR
 Maria de Fátima Aguiar Lopes - UFPR
 Paulo Cesar Barauce Bento - UFPR

A Concentração do lactato sanguíneo é comumente utilizada como parâmetro de controle e prescrição de treinamento físico. A relação entre carga de trabalho e concentração de lactato pode indicar o grau de adaptação do praticante a um determinado programa de exercícios. Portanto o objetivo deste estudo foi comparar a velocidade de deslocamento para uma concentração fixa de lactato sanguíneo de 2,5 (mmol/l) no início e após 12 semanas de um programa de caminhada/corrída na água em suspensão, com uso de um colete flutuador. Participaram do estudo 10 crianças e adolescentes obesos de ambos os sexos (6 meninos), com idade entre 10 e 16 anos. O programa foi realizado em uma piscina de 25 metros com 1,30 metros de profundidade e água a 27,5° C e constituiu-se de 3 sessões semanais com duração de 60 minutos e intensidade variando entre 45% e 75% da frequência cardíaca de reserva. Os indivíduos foram submetidos a dois testes com intensidade progressiva de caminhada/corrída aquática em suspensão. Os testes foram constituídos por estágios com duração aproximada de 2 a 4 minutos com 1 minuto de intervalo, quando uma gota de sangue da ponta dos dedos da mão (aprox. 15µl) foi coletada para análise do lactato sanguíneo, realizada em um analisador portátil modelo Accutrend Lactate. Para a comparação entre as médias foi utilizado o teste "t" de Student, significativo a 5%. As médias de velocidade foram estatisticamente superiores após as doze semanas de treinamento (0,23 m/s ± 0,06; 0,31 m/s ± 0,10) (p=0,002). Os resultados sugerem que houve adaptações positivas no desempenho dos participantes com o programa de caminhada e corrida na água.

4764

63

MASSA MUSCULAR EM ATLETAS DE FUTEBOL PROFISSIONAL: CORRELAÇÃO ENTRE DIFERENTES PROTOCOLOS

LUIZ ANTONIO CRESCENTE - LAFIMED - EFI - ULBRA
 Felipe Irala - Sport Club Internacional
 Cíntia Carvalho - Sport Club Internacional
 Fábio Santos - LAFIMED - EFI - ULBRA
 Osvaldo Siqueira - LAFIMED - EFI - ULBRA

No futebol, conhecer a composição corporal do atleta é fundamental para a prescrição do treinamento e para avaliar o seu desempenho. Em 2000, Lee e colaboradores propõem um novo protocolo para avaliação da massa muscular sem a necessidade do fracionamento do peso corporal total. Este estudo descritivo transversal verificou a correlação entre o percentual de massa muscular predito pelo protocolo de Lee e os percentuais preditos pelo fracionamento do peso corporal total em 4 compartimentos em atletas de futebol profissional. Utilizamos 59 atletas masculinos de futebol profissional (23,1 + 4,7 anos) pertencentes a uma equipe da primeira divisão brasileira no período de janeiro de 2007. O percentual de massa muscular (%MM) foi predito através do protocolo de Lee e comparado com os percentuais de massa muscular preditos através do fracionamento de 4 compartimentos proposto por Matiegka utilizando-se para o cálculo os protocolos de Faulkner, Yuhazs e Pollock (3 DC). A análise dos dados foi por estatística descritiva e correlação linear de Pearson (Excel XP 2003). Os resultados encontrados foram: %MM (Faulkner) = 46,63±1,42; %MM (Pollock) = 50,65±2,63; %MM (Yuhazs) = 49,50±1,30; %MM (Lee) = 43,55±2,24. Já as correlações encontradas foram: Faulkner X Lee = 0,46; Pollock X Lee = 0,62; Yuhazs X Lee = 0,43. Concluímos o presente estudo demonstrando que existe uma fraca correlação entre os percentuais de massa muscular preditos pela utilização dos protocolos de Faulkner e Yuhazs quando comparados ao percentual de massa muscular predito pelo protocolo de Lee. E, encontramos uma boa correlação entre este mesmo protocolo comparado ao percentual de massa muscular usando o método de Pollock.

4763

62

IDENTIFICAÇÃO DO LIMIAR DE LACTATO POR DIFERENTES MÉTODOS EM EXERCÍCIO RESISTIDO

FLAVIO DA SILVA - Universidade de Mogi das Cruzes
 Gisela Arsa - Universidade Católica de Brasília
 Pedro Luiz Garcia Braga - Centro de Ciências em Educação e Reabilitação Física
 Nelson Filipe da Silva Guaranha - Centro de Ciências em Educação e Reabilitação Física
 Eduardo Aparecido dos Santos - Centro de Ciências em Educação e Reabilitação Física

Poucos são os estudos que propõem a identificação do limiar de lactato (LL) durante o exercício resistido, utilizando além do método de inspeção visual (IV), os métodos do QLac (quociente de lactato por carga) e Distância máxima (Dmáx). Assim, os objetivos desse estudo foram verificar se o LL ocorre durante teste incremental no exercício resistido (somente no leg press) e comparar os métodos de determinação do LL por IV, QLac e Dmáx. Para cumprir os objetivos foram participantes do estudo 10 praticantes de musculação (24,8±3,0 anos de idade; 78,4±6,8 kg de massa corpórea; 14,1±4,3% de gordura corporal). Os participantes foram submetidos a teste de uma repetição máxima (1RM) e teste incremental (TI), em jejum, com estágios 30 repetições em 1min (incrementos de 10%, 20%, 25%, 30%, 35%, 40%, 50%, 55%, 60%, 70%, 80% de 1RM), e intervalos de 2min. Neste momento foram realizadas a mensuração da pressão arterial (método auscultatório), frequência cardíaca (Polar) e coleta de sangue do lóbulo da orelha para dosagens de lactato (YSI 2700S). Anova one way foi empregada para verificar diferenças entre os limiares de lactato identificados pelos diferentes métodos e correlação de Pearson para verificar o grau de correlação entre os limiares. Foi possível identificar o LL pelos diferentes métodos em 100% dos TIs (carga média de 34±6,1% de 1RM), não havendo diferenças significativas entre os métodos (p=0,8021). O Dmáx apresentou correlação moderada (r=0,76) e o QLac apresentou correlação fraca (r=0,34) com o método de IV. Conclui-se que é possível identificar o LL em exercício de leg press por diferentes métodos de identificação, tendo valores mais correlacionados com o método de IV quando o Dmáx é empregado.

4766

64

RELAÇÃO CINTURA QUADRIL COMO INDICATIVO DA GORDURA CORPORAL COMPARADO A IMPEDANCIA BIELÉTRICA

LEANDRO DE MATTOS COELHO - Universidade Estadual de Londrina
 Igor Augusto Braz - Universidade Estadual de Londrina
 José Cláudio Jambassi Filho - Universidade Estadual de Londrina
 Giorgio Cunha Meletti - Universidade Estadual de Londrina
 Marcio Teixeira - Universidade Estadual de Londrina

A Relação cintura quadril (RCQ) tem sido muito utilizada em estudos científicos e análises clínicas como indicador do acúmulo de gordura na região central do corpo por ser obtido de forma rápida e praticamente sem custo. No entanto, tem-se questionado seu uso a esses propósitos. Por outro lado, o percentual de gordura corporal (%G) obtido a partir da impedância bioelétrica (BIA) tem tido larga aceitação entre os pesquisadores, visto que, se associa muito bem com métodos indiretos. Neste sentido, o objetivo do estudo foi calcular a correlação da RCQ com o %G, obtido através da BIA. Vinte e dois universitários do sexo masculino (21 anos ± 3,1, 177,69 cm ± 6,15, 72,78 kg ± 6,88), participaram voluntariamente deste estudo. O perímetro da cintura (PC) foi determinado no ponto coincidente com a distância média entre a última costela e a crista-íliaca. O perímetro do quadril (PQ) foi mensurado no ponto de maior protuberância posterior dos glúteos. A RCQ foi calculada dividindo o PC pelo PQ. Foi utilizado o aparelho TCI Biodynamics Corporation, modelo Biodynamic - 310, para determinar o %G dos indivíduos. O teste W de Shapiro-wilk avaliou a normalidade dos dados. O índice de correlação de Person (r) verificou a associação entre os métodos. Foi utilizado o programa Statistica 7.0 para análise dos dados. A RCQ e o %G apresentaram médias e desvios -padrões de: 0,8244 ± 0,0327 e 10,7333 ± 4,3347, respectivamente. Os valores das duas variáveis apresentaram uma correlação de - 0,08. Contudo, os resultados demonstraram que o RCQ não possui uma boa correlação com %G de universitários do sexo masculino. Palavras-chave: Relação cintura quadril, impedância bioelétrica e correlação.

4780

65

RESPOSTAS DE FREQUÊNCIA CARDÍACA, CONSUMO DE OXIGÊNIO E SENSÇÃO SUBJETIVA AO ESFORÇO EM UM EXERCÍCIO DE HIDROGINÁSTICA EXECUTADO POR MULHERES EM DIFERENTES SITUAÇÕES COM E SEM O EQUIPAMENTO AQUAFINS

STEPHANIE SANTANA PINTO - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Cristine Lima Alberton - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Paulo André Poli de Figueiredo - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Carlos Leandro Tiggemann - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Luiz Fernando Martins Kruehl - Universidade Federal do Rio Grande do Sul

A hidroginástica está bem diversificada com o uso de materiais apropriados ao meio aquático. Porém, há poucos estudos verificando a influência do uso de tais materiais nas respostas cardiorrespiratórias. O objetivo foi analisar a frequência cardíaca (FC), o consumo de oxigênio (VO₂) e a sensação subjetiva ao esforço (SSE) em um exercício de hidroginástica nas diferentes situações com e sem o equipamento Aquafins. A amostra foi 11 mulheres que realizaram o deslize frontal com a flexão e extensão horizontal de ombros (DF-FE) em 4 situações: sem equipamento resistivo (S-FINS), com Aquafins nos membros inferiores (FINS-MIs), com Aquafins nos membros superiores (FINS-MSs) e com Aquafins em ambos os membros (FINS-MIs/MSs). A FC foi medida com um freqüencímetro, o VO₂, com um analisador de gases e a SSE, através da escala de Borg. Utilizou-se ANOVA para medidas repetidas, com Bonferroni ($p < 0,05$). A FC foi maior nas situações FINS-MIs/MSs (159 ± 12 bpm) e FINS-MIs (147 ± 18), comparando-as com as demais situações. A situação FINS-MIs também apresentou uma FC similar à FINS-MSs (148 ± 16). As 3 situações com o Aquafins foram diferentes da situação S-FINS (131 ± 14). Para o VO₂ houve diferença entre a situação FINS-MIs/MSs ($22,77 \pm 3,58$ ml.kg⁻¹.min⁻¹), comparando-a com as demais. As situações FINS-MSs ($19,67 \pm 4,29$) e FINS-MIs ($20,38 \pm 3,99$) apresentaram um VO₂ semelhante, mas significativamente maior que S-FINS ($15,18 \pm 4,67$). A SSE foi maior na situação FINS-MIs/MSs, comparando-a com FINS-MIs e S-FINS, todavia não diferiu da FINS-MSs. Já a FINS-MSs também foi igual à FINS-MIs e à S-FINS. Portanto, o uso de equipamento resistivo na hidroginástica aumentou as respostas cardiorrespiratórias.

4844

67

COMPARAÇÃO DA EVOLUÇÃO DO PERFIL ANTROPOMÉTRICO E DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE INTEGRANTES DO CURSO DE OPERAÇÕES ESPECIAIS DO BOPE - PMSC

JULIVAL QUEIROZ DE SANTANA - PMSC - BOPE - COBRA
Charles Schnorr - PMF - SME
Fabio Pedro Serafin - PMF - SME

O Batalhão de Operações Policiais Especiais (BOPE) da PMSC, é a unidade responsável pelas ações que fogem das condições de controle dos demais policiais de área, atua em ocorrências que exigem uma performance especializada, de precisão, rápida e eficaz. O objetivo deste estudo foi comparar a evolução do perfil antropométrico entre alunos do Curso de Operações Especiais (COESP), que capacitam militares para atuarem no BOPE. Para tal, avaliou-se as variáveis: (IMC) índice de massa corporal, percentual de gordura (%G), idade, resistência aeróbica e resistência muscular. A amostra foi constituída por 13 militares, que superaram até o final os 3 meses do COESP, que é considerado um dos cursos de maior exigência física, psicológica e técnica dentro das forças militares. Entre os 40 militares que iniciaram o curso, apenas 13 concluíram. A média de idade da amostra foi 30,08 anos. No primeiro dia do curso a média do IMC foi 25,34, o %G foi de 18,24%, sendo que, após as 15 dias de formação, os quais são destacadamente mais extenuantes e de grande exigência física e psicológica a média do %G reduziu para 14,79% e o IMC para 23,54, e ao final dos três meses houve uma recuperação da média do %G para 15,51% e do IMC para 24,25. Conclui-se que os militares melhoraram sua condição antropométrica e os índices de resistência aeróbica e muscular, mantendo-se em uma faixa saudável para as funções as quais exercem dentro da PMSC. A principal recomendação do estudo foi a manutenção das atividades cotidianas em busca de um estilo de vida sempre ativo e saudável.

4795

66

RELAÇÃO ENTRE NÍVEIS DE COMPOSIÇÃO CORPORAL E DESEMPENHO MOTOR EM ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA DE MARINGÁ

LIGIA SILVA MARCON - Centro Universitário de Maringá - Cesumar/ Grupo de Pesquisa Obesidade na Adolescência
Sérgio Roberto Adriano Prati - Centro Universitário de Maringá/Grupo de Pesquisa Obesidade na adolescência

Índices de composição corporal e desempenho motor em adolescentes tem sido associados a capacidade de realizar tarefas, a saúde e qualidade de vida. Objetivo foi identificar níveis de composição corporal e desempenho motor em estudantes. Amostra desse estudo descritivo foi 173 escolares (14 a 17 anos), de ambos os sexos, do ensino médio de escola privada de Maringá. Os testes realizados foram: abdominal (rep/1 min), sentar-e-alcançar (cm) e corrida de 12 min (m/min) analisados pelo padrão de Guedes e Guedes (1987), e IMC e soma de duas dobras cutâneas (Lohman, 1987). Os resultados indicaram que em relação ao indicador IMC os adolescentes obtiveram índices dentro do esperado, com tendência a maior média nos rapazes. No somatório de dobras cutâneas detectou-se um elevado nível de gordura em ambos os sexos, com nítida tendência entre as moças de acumular maior quantidade de gordura corporal. O desempenho no teste abdominal em ambos os sexos e no teste de flexibilidade masculino apresentaram-se níveis de média baixa, já no teste de 12min os resultados estavam abaixo da média esperada. O percentual de alunos fora do ideal foi elevado em especial para o teste de corrida em ambos os sexos e em flexibilidade feminino. Percebeu-se que há tendência de que esses adolescentes apresentem nível de composição corporal relativamente acima da média e, associado aos índices de desempenho motor predominantemente insuficiente para a idade, indica-se prognóstico de riscos relacionados ao estilo de vida sedentário e ao excesso de peso. Acredita-se que intervenções populacionais possam auxiliar, assim como adequação de programas de Educação Física escolar.

4861

68

MEDIDAS CINEANTROPOMÉTRICAS E PREFERÊNCIAS ESPORTIVAS DE EDUCANDOS DO CEMIA DA CIDADE DE SÃO JOSÉ-SC

ROZANA APARECIDA DA SILVEIRA - CEFID/UEDESC
Cinara Sacomori - CEFID/UEDESC
Gustavo Levandoski - CEFID/UEDESC

A Educação Física é uma disciplina que possibilita mudanças significativas no processo ensino/aprendizagem no ambiente escolar. O índice de crescimento da criança deve estar em níveis normais em relação ao peso e altura para que possa desfrutar com o gozar de uma boa saúde e uma melhor expressão global. Descrever algumas variáveis cineantropométricas como peso, altura e IMC e identificar a preferência de suas escolhas esportivas. É uma pesquisa descritiva de campo, sendo composta por 139 alunos (72 meninos/ 67meninas) com idades entre 8 e 11 anos, estudantes do Centro Educativo Municipal Maria Iracema de Andrade. Em relação aos meninos observamos valores médios e desvio padrão sobre a variável peso, estatura e IMC de 34,59dp 10,37Kg; 1,37dp0,08metros;17,95dp 3,82Kg/m²respectivamente, e a preferência esportiva é de 53% na modalidade de futebol, 13,8% no basquetebol, 12,3% em jogos recreativos e 7,7% preferem bolinha de gude. Em relação às meninas observamos valores médios e desvio padrão também sobre as variáveis peso, estatura e IMC de 33,73dp8,73Kg; 1,38dp0,65metros; 17,51dp3,72Kg/m² respectivamente, e a preferência esportiva é de 44,6%envolvendo atividades com corda, 13,8%com voleibol, 12,3%em jogos recreativos, e 7,7%preferem basquete. Neste sentido, percebemos a importância do profissional antes de realizar o planejamento escolar, conhecer as preferências esportivas de seus alunos, para evitar a evasão durante as aulas, muitas vezes provocados pelo descontentamento de certas atividades que não propiciam o desenvolvimento físico e o bem-estar a todos os alunos.

INDICADORES AUTÔNOMICOS DE RECUPERAÇÃO APÓS TESTES EXAUSTIVOS NA POTÊNCIA CRÍTICA CONTÍNUA E INTERMITENTE

LÚCIO FLÁVIO SOARES CALDEIRA - Universidade Estadual de Londrina
 Nilo Massaru Okuno - Universidade Estadual de Londrina
 Marcelo Pereira Magalhães de Sales - Universidade Católica de Brasília
 Herbert Gustavo Simões - Universidade Católica de Brasília
 Fábio Yuzo Nakamura - Universidade Estadual de Londrina

Introdução: O modelo de potência crítica (PC) presume que, o indivíduo possa tolerar uma intensidade de esforço contínuo (PCc) e/ou intermitente (PCi) de forma infinita através de fontes aeróbias. Além disso, alguns indicadores autonômicos (IA) obtidos pela frequência cardíaca de recuperação (FCrec), demonstram que influência do sistema nervoso parassimpático (SNP), se mostra mais atuante em sujeitos treinados e menos em sujeitos cardiopatas. Objetivo: O objetivo do estudo foi comparar os IA após testes realizados na PCc e PCi. Métodos: Sete sujeitos (25,3±4,7 anos; 71,0±6,2 kg; 177±6,7 cm), realizaram inicialmente um teste incremental em cicloergômetro eletromagnético, iniciando a 30W, seguido de incrementos 10W/min a 70 rpm, até a exaustão voluntária, predizendo assim, o consumo máximo de oxigênio (VO₂max) e a máxima potência (Pmax) atingida ao final. A PCc foi estimada a partir de 4 testes preditivos exaustivos de forma aleatória com duração de 1-10 min. E igualmente a PCi, mas com a carga de recuperação à 50% da Pmax. Os testes tiveram intervalo mínimo de 24h. Os IA, sendo T30 e da cinética da FCrec foram calculados por algoritmos em resposta da FCrec de forma passiva após os testes exaustivos na PCc e PCi. Resultados: As cargas da PCc (~184 W) e PCi (~223W) foram diferentes, mas o tempo até a exaustão, T30 e não tiveram diferenças estatísticas através do teste "t" dependente. Conclusão: Desta forma, esforços realizados na PCc e PCi tiveram uma semelhante influência da reativação do SNP na FCrec, mesmo considerando o fato da carga na PCi ser maior a PCc. Contudo, sugerimos que a taxa de recuperação realizada a 50% da Pmax compensaria para que, o SNP não fosse tão suprimido, quando realizados os testes na PCi.

ESTUDO DAS PROPRIEDADES MECÂNICO-DINÂMICAS E BIOMECÂNICAS DE MATERIAIS PARA SOBREPALMILHA DE CALÇADOS DE USO DIÁRIO

WANDERLEI O. GONSALEZ - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC
 S. C. Domenech - Universidade do Estado de Santa Catarina
 N. G. Borges Jr - Universidade do Estado de Santa Catarina
 A. O. V. Ávila - Universidade do Estado de Santa Catarina
 A. M. C. Santos - Instituto Brasileiro de Tecnologia do Calçado

O estudo avaliou a espuma de PU flexível, espuma de látex de SBR e EVA expandido, usados em sobrepalmilhas de calçados, tendo como variáveis independentes a densidade aparente e espessura para detectar a influência no coeficiente de restituição de energia e, como dependente o pico de pressão plantar. Os instrumentos: máquina de ensaio mecânico e sistema Pedar - X (Novell GMBH) para a pressão plantar. Os procedimentos: pesquisar junto aos modelistas, técnicos de calçados e fabricantes para definir as espessuras mais empregadas e densidades aparentes; coletar o material; caracterizá-los através da densidade, dureza Asker C, transições térmicas e análise da micro-estrutura através de MEV; determinar as propriedades das variáveis dependentes. Os testes para avaliar os resultados foram: paramétricos e não paramétricos e o de normalidade Shapiro-Wilk. Concluiu-se que para o coeficiente de restituição deve-se reduzir a massa da ponteira piezométrica ou a altura da queda. Sob a ótica do material tem-se que a espessura afeta o pico de pressão para EVA, sendo que será maior ou menor o impacto à medida que diminui a densidade do expandido. Para a espuma de látex de SBR, embora não se possa determinar correlação entre densidade e pico de pressão, pode-se dizer que ela afeta o pico de pressão, como para o PU flexível. A relação entre pico de pressão e o coeficiente de restituição, não deve ser absoluta porque deve-se controlar as variáveis intervenientes. Entretanto, quanto maior o coeficiente de restituição maior o pico de pressão. Para o conforto a espessura de 2 mm é inadequada, quando em materiais tipo espuma com densidade aparente na faixa de 0,20 ou expandidos com densidade na faixa acima de 0,30 e com espessuras acima de 5 mm.

17 DE NOVEMBRO – TARDE – RELATOS DE EXPERIÊNCIA

GRUPO 1 – EMPRESA

001

A EXCELÊNCIA NA GESTÃO DOS PROCESSOS RELACIONADOS À ATIVIDADE FÍSICA

REPRESENTANTE – SESI - SC

O Prêmio Catarinense de Excelência é organizado anualmente pelo Movimento Catarinense de Excelência (MCE), associação sem fins lucrativos fundada em 2004. Tem como objetivos: Proporcionar uma oportunidade de avaliação externa, imparcial, especializada do sistema de gestão das candidatas, gerando uma realimentação formal para as organizações; Permitir à comunidade o acesso a informações sobre práticas bem-sucedidas de gestão; Preparar as organizações catarinenses para o Prêmio Nacional da Qualidade (PNQ). O PCE é dividido em duas categorias: Compromisso com a Excelência (250 pontos): para organizações que estão iniciando a implantação das práticas de gestão e iniciando o seu caminho rumo à excelência; Rumo à Excelência (500 pontos): organizações em estágio intermediário de implantação do Modelo de Excelência da Gestão. As organizações que já possuem um sistema de gestão delineado e implementado podem participar do Prêmio Nacional de Qualidade (1000 pontos). Em 2006 a área de Lazer participou e foi premiada na categoria 250 pontos. Em 2007 estão participando as áreas de Lazer no PCE 500 pontos e Serviço de Alimentação na categoria 250 pontos. A relevância deste registro reside na oportunidade de evidenciar a necessidade de capacitação voltada para o mercado de trabalho dos futuros profissionais de educação física, que nitidamente recebem uma exigência profissional que extrapola as grades curriculares das instituições de ensino superior da área. Oportuniza ainda a visualização de potenciais possibilidades de atuação, direcionadas para o planejamento, desenvolvimento, controle e avaliação de processos relacionados às atividades técnicas inerentes ao profissionais da área, estabelecendo nortes diferenciados na qualificação profissional pretendida.

003

PROGRAMA SESI ATLETA DO FUTURO – INCLUSÃO E DIVERSIDADE NA APRENDIZAGEM ESPORTIVA

LUCIANA REGUERA VENTOLA NABARRO – Serviço Social da Indústria – São Paulo

A Divisão de Esportes e Lazer do SESI/SP reconhece o processo transformativo do Esporte, superando a perspectiva do rendimento para a concepção renovada das questões sociais, ampliando a abrangência do conceito até as dimensões educativas. Dessa maneira, o Programa SESI Atleta do Futuro, o qual desde 1991 atende crianças e jovens no Estado, passou por uma remodelação metodológica no ano de 2002, onde contou com a parceria científica da Universidade Estadual Paulista – UNESP, campus de Rio Claro. Essa remodelação objetivou a diminuição do foco no aspecto competitivo, oportunizando maior participação e inclusão no processo educativo e social na formação esportiva. O desenvolvimento acontece pela transferência longa de aprendizagem, pois é previsto que a criança, conforme o seu desenvolvimento, passe por diferentes fases, experimentando as mais variadas vivências de habilidades motoras e de esportes, contribuindo assim para um amplo acervo motor no momento da iniciação específica do esporte escolhido. Essas fases de desenvolvimento foram embasadas seguindo as classificações de Piaget (1976), Gallahue (2001), Mosston (1986) e Bompa (2002), concretizando as fases do programa em Base Motora (7 e 8 anos), Pré-desportivos (9 e 10 anos), Iniciação Esportiva (11 e 12 anos) e Aperfeiçoamento Esportivo (13, 14 e 15 anos). São seguidos os princípios de não-exclusão, variabilidade da prática e alteridade, definidos por Mauro Betti (1999). Dois outros eixos de atuação consolidam o programa, sendo o desenvolvimento dos temas transversais (problemas da sociedade brasileira) e o envolvimento das famílias. Atualmente atendemos no estado de São Paulo mais de 26 mil alunos e no estado do Paraná mais de 5 mil alunos, com perspectivas de implantação em outros estados do Brasil.

002

CONTROLE DE INDICADORES PARA GESTÃO DO SESI FITNESS

TALITA S. MULLER – SESI-SC

O SESI *Fitness* é um dos produtos da área de Lazer do SESI / SC que tem por objetivo promover atividade física sistemática e orientada ao trabalhador da indústria. Na prática, o produto trata da gestão e implantação de academias de ginástica, nas unidades do SESI e / ou dentro das empresas (academias corporativas), oferecendo toda sua estrutura e conhecimento para o desenvolvimento, implantação e manutenção do projeto. O diferencial do produto é a gestão de indicadores de sucesso do produto, bem como monitorar resultados e benefícios aos praticantes. As academias são idealizadas como centro de condicionamento físico. O foco não se restringe somente a atividade física, mas sim, às ações viáveis a serem desenvolvidas no contexto de uma academia de ginástica, envolvendo outros aspectos comportamentais e do estilo de vida saudável como: alimentação balanceada, gerenciamento do estresse, comportamento preventivo e relacionamentos saudáveis. A academia corporativa é ideal para empresas que pretendem promover saúde do trabalhador, através do incentivo à prática da atividade física orientada, por meio, do aumento da atividade física habitual dos trabalhadores. Com o auxílio da empresa, a academia corporativa busca diminuir as barreiras para a prática de atividade física. É preciso manter a empresa interessada em investir nas pessoas, e manter as pessoas investindo nelas mesmas. Nesse contexto faz-se necessário dimensionar as necessidades de ambas as partes, e mostrar os resultados da academia a fim de garantir clientes fiéis e satisfeitos. A orientação e prescrição são planejadas, não só para atender pessoas ditas "saudáveis" que possuem como alternativa para manter ou promover a saúde, mas também atende a outros grupos os quais além de manter sua saúde, lutam para minimizar as consequências de uma vida sedentária e / ou mesmo no controle de patologias, melhorando sua condição de vida relacionada aos fatores modificáveis do estilo de vida e dentre esses a prática de atividades físicas.

004

CIRCUITO DO BEM ESTAR DO LAZER ATIVOCRISTIANE EMILIA DA SILVA - SESI Pernambuco
Kátya Albano Salomão - SESI Minas Gerais

GRUPO 2 – ESCOLA

3711

005

EDUCAÇÃO PARA UM ESTILO DE VIDA ATIVA: ANÁLISE DOS CONTEÚDOS ABORDADOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM MARECHAL CÂNDIDO RONDON – PR

EVANDRA HEIN MENDES - Unioeste - Universidade Estadual do Oeste do Paraná
 Ana Patrícia Bertipaglia
 Kely Cristina de Oliveira Dadalt

A partir das mudanças significativas que ocorreram nos últimos anos no estilo de vida das pessoas, o sedentarismo apresenta-se como um dos fatores de risco que pode causar inúmeras doenças hipocinéticas. Contudo, a adoção de hábitos de vida ativa pode contribuir para prevenção das mesmas e influenciar positivamente na qualidade de vida. A conscientização sobre essa problemática é parte integrante dos conteúdos da Educação Física Escolar, sendo assim, a presente pesquisa procurou analisar a prática pedagógica em relação aos conteúdos desenvolvidos e as estratégias de ensino e incentivo à adoção de um estilo de vida ativa. Além disso, verificou-se os hábitos de atividade física e conhecimento sobre os conteúdos relacionados à saúde dos escolares. Para tanto, realizou-se uma pesquisa descritiva, realizada através da aplicação de um questionário com questões abertas e fechadas diferentes para professores e alunos. A amostra foi constituída por um professor e 147 alunos dos ensinos fundamental e médio de uma instituição de ensino de Marechal Cândido Rondon - Pr. Os resultados evidenciaram que o tema qualidade de vida era abordado nas aulas de Educação Física da instituição investigada através de estratégias de ensino como aula expositiva e debates, cartazes, consultas a revistas e livros, palestras, pesquisas e envolvimento na feira de ciências. Todavia, eles não faziam parte do processo de avaliação. No que se refere aos hábitos de atividade física dos alunos, verificou-se que a maioria deles praticava além das aulas de Educação Física, atividades esportivas como futsal, tênis e voleibol. Além disso, os alunos demonstraram conhecer os benefícios da atividade física para a saúde.

4761

006

TEMA TRANSVERSAL SAÚDE: A ABORDAGEM FEITA POR PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM ESCOLAS PARTICULARES DO RIO DE JANEIRO

GIANNINA DO ESPÍRITO-SANTO - Centro Universitário Celso Lisboa
 Paulo Eduardo de Oliveira Borges - Centro Universitário Celso Lisboa
 Vitor Hugo Machado Rosa - Centro Universitário Celso Lisboa

A criação dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN) estabeleceu algumas propostas a serem desenvolvidas nas escolas que ressaltam a grande relevância social de alguns temas e a necessidade de serem tratados transversalmente, como é o caso da saúde. O objetivo de estudo é analisar a forma de abordagem do tema transversal saúde pelos professores de Educação Física no 4o ciclo do ensino fundamental que trabalham em dois bairros do subúrbio da cidade do Rio de Janeiro. Trata-se de um estudo qualitativo de cunho descritivo. Foram realizadas 15 entrevistas, seis com professoras e nove com professores. A entrevista foi pautada nos preceitos do tema transversal saúde, buscando localizar suas aplicabilidades no contexto escolar dos entrevistados. Para análise e interpretação dos dados utilizou-se a análise de conteúdo (FRANCO, 2003). Adotou-se a abordagem sobre saúde e qualidade de vida na ótica de Dejours (1986), Minayo et alii (2000), Buss (2000), Briceño-León (2000), Da Ros (2006). Os professores declaram trabalhar de alguma maneira o tema transversal saúde em suas aulas, entretanto verifica-se que as estratégias adotadas concentram-se na prevenção de doenças, negligenciando o papel da promoção da saúde que norteia os PCN. A forma como os(as) professores(as) vêem o papel da Educação Física escolar na perspectiva da promoção da saúde pode estar relacionado a sua formação acadêmica, visto que esta, em parte, é centrada numa educação fragmentada e que vê a Educação Física, principalmente, pelo viés biológico. Este fato pode, também, nos remeter a que esses profissionais não estão acompanhando as transformações sociais e acadêmicas, desapertadas pela crise paradigmática que estamos passando na atualidade (SANTOS, 2003).

4677

007

CONTRIBUIÇÃO DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES DE FLORIANÓPOLIS – SC

JANIRA AMÉRICO BELMIRO - Universidade Federal de Santa Catarina
 Rosane Carla Rosendo da Silva - Universidade Federal de Santa Catarina
 Priscila Marques - Universidade Federal de Santa Catarina

Nos últimos anos, pesquisas têm demonstrado aumentos na prevalência de sobrepeso e obesidade entre escolares, sendo o sedentarismo apresentado como um fator significativo para estes aumentos. Dessa forma, acredita-se que a Educação Física Escolar (EFE) possa contribuir para a meta recomendada de atividade física diária desta população. O objetivo do presente estudo foi comparar o nível de atividade física (NAF) entre os dias com e sem aula de EFE. Participaram do estudo 137 alunos (43 meninos) do Colégio de Aplicação da UFSC, com média de idade de 12,5±1,9 anos. Os sujeitos utilizaram o pedômetro por uma semana para registro do número de passos diários, sendo o mínimo de 5 dias para inclusão na amostra. Foram calculadas as médias para os dias de aula (2 ou 3 por semana), os demais dias de semana e os de final de semana. Aplicou-se o critério recomendado de 13.000 passos.dia-1 para o NAF. Na análise dos dados foram empregados a estatística descritiva e o teste de Wilcoxon na comparação entre os dias, com significância de 5%. Os escolares apresentaram média de 9.905, 11.114 e 13.742 passos.dia-1, respectivamente, no final de semana, nos dias sem aula e nos dias com aula de EFE (p<0,05). Verificou-se que 75% dos alunos não atingiram as recomendações do NAF durante a semana, porém nos dias de EFE, a prevalência diminuiu para 36,5%. Estes achados indicam que a EFE pode contribuir para o alcance das recomendações diárias de atividade física, sendo necessários estudos que quantifiquem essa contribuição. De qualquer forma, os jovens devem ser estimulados à prática de atividade física, especialmente nos dias sem aula de EFE e de final de semana, quando o NAF é menor.

3932

008

CONTEÚDOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE

ZELINA BERLATO BONADIMAN - UNIOESTE - PR
 Fábio Aparecido de Figueiredo

Este estudo teve como objetivo propor estratégias de ensino sobre conteúdos de Educação Física relacionados à promoção da saúde. Especificamente, os de Educação Física relacionados à saúde e Aptidão física para promoção da saúde; discutir metodologias adequadas; descrever formas de desenvolver as atividades e relatar experiências de aplicação dos conteúdos. A mostra foi composta por 23 alunos de uma 4ª série, da Escola Municipal Criança Feliz de Marechal C. Rondon. Foram aplicadas aulas de educação física com conteúdos voltados para a promoção da saúde. Nelas era apresentado às crianças uma pergunta, por exemplo: "quais os prejuízos da obesidade para nossa vida?" Assim no início da seguinte aula os alunos apresentavam suas respostas e o professor explicava os prejuízos decorrentes da obesidade e desenvolvia atividades motoras. Foi explicado e ensinado como verificar os batimentos cardíacos. Também como exemplo foi trabalhado atividades de equilíbrio estático e dinâmico para explicar como funciona o centro de gravidade e qual a base de sustentação necessária para melhor equilíbrio. Observou-se que os conteúdos necessários para esse entendimento podem ser desenvolvidos durante as aulas ou no início de cada aula, e que todos os conteúdos da área da saúde, principalmente os desenvolvidos na grade curricular do Curso de Educação Física. É necessário que se aplique uma metodologia de ensino em que os alunos tenham realmente oportunidade de participar ativamente sobre as discussões, foi proposto em cada aula discutir e criar com os alunos, as regras das atividades ou jogo, para que realmente se conscientizem sobre o que estão fazendo durante a aula e possam levar estes conhecimentos para toda a vida.

GRUPO 3 – COMUNIDADE

009

PROJETO VIVÊNCIAS E ESTÁGIOS NA REALIDADE DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE / VER – SUS / MS: A EXPERIÊNCIA INTERDISCIPLINAR NA PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NO SUL DA BAHIA

SILVIO APARECIDO FONSECA - Universidade Estadual de Santa Cruz – UESC;
Grupo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde – G-PAF / UESC
Samuel M. G. Araújo - Universidade Estadual de Santa Cruz – UESC
Soraya F. S. dos Anjos - Universidade Estadual de Santa Cruz – UESC
Roberta Costa Dias - Universidade Estadual de Santa Cruz – UESC
Ricardo Matos Santana - Universidade Estadual de Santa Cruz – UESC

O Projeto VER-SUS é desenvolvido pelo Ministério da Saúde do Brasil em conjunto com as entidades estudantis dos cursos da área da saúde e com as secretarias municipais de saúde, com o objetivo de oferecer aos universitários, vivências e estágios no Sistema Único de Saúde. Parte-se do pressuposto que a cultura de fragmentação do setor ainda é uma realidade na qual a falta da convivência multiprofissional é uma de suas causas. Diante deste problema, o VER-SUS tem a missão de promover a integração dos futuros profissionais à realidade da organização dos serviços, levando-se em consideração os aspectos de gestão do sistema, as estratégias de atenção, o controle social e os processos de educação na saúde. A Universidade Estadual de Santa Cruz tem atuado com quatro cursos na área de saúde (Educação Física, Medicina, Enfermagem, Biomedicina) e mais três cursos que atuam com suporte básico para as ações de forma interdisciplinar (Medicina Veterinária, Economia e Agronomia) em quatro municípios da região sul do Estado da Bahia. O presente relato refere-se ao Município de Canavieiras/BA, que conta com 37.002 habitantes e IDH de 0,639 (PNUD, 2000). Nesta cidade, nosso curso de Educação Física tem atuado com três objetivos centrais: 1) promover a atividade física baseada nos princípios do lazer ativo; 2) aumentar o conhecimento das Equipes de Saúde da Família e dos colegas do Projeto VER SUS acerca das recomendações e benefícios da atividade física; e, 3) promover a articulação com os serviços de referência. Durante a sessão de relatos, apresentaremos o modelo lógico, comunicaremos o que temos aprendido e, principalmente, os desafios da avaliação e da implementação.

011

“VIVA MELHOR NA PRAIA” – PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA RELACIONADO À SAÚDE

M^{re} ROSEANE TENORIO MENDONÇA - Departamento de Atenção à Saúde / UNIMED-MACEIÓ (AL)

Doenças crônicas não transmissíveis resultam de estilo de vida não saudáveis e constituem importante problema de saúde pública na atualidade. Intervenções focadas na prevenção de riscos e doenças e na promoção à saúde contribuem na melhoria da qualidade de vida das comunidades através de estímulo a comportamentos saudáveis. Todo adulto deve acumular 30 minutos ou mais de atividades físicas moderadas na maioria dos dias da semana, ou diariamente, de preferência (Patê et al., 1995). Programas de atividade física combatem o sedentarismo e a inatividade física nas comunidades além de serem oportunos, pois sensibilizam líderes comunitários, organizações e instituições governamentais a apoiarem e promoverem iniciativas dessa natureza. “Viva Melhor na Praia”, programa comunitário de atividade física relacionada à saúde, iniciado em janeiro de 2002, com objetivo de promover a adoção de estilo de vida ativo e saudável na comunidade da Jatiúca e de bairros circunvizinhos, além estimular demais comportamentos saudáveis. Na primeira etapa de estruturação foram identificadas as partes interessadas (participantes e organizações) seguida de avaliação sobre abrangência do programa e determinação das características do contingente de pessoas que utilizavam a orla dos bairros de Jatiúca e Ponta Verde para realizarem atividades físicas ao ar livre. Evidências relacionadas com risco à saúde e determinantes (barreiras e facilitadores) na prática de atividades físicas dessa comunidade fundamentaram e consolidaram parcerias com associação do bairro (ASTEMA), Prefeitura de Maceió (AL) e a UNIMED-Maceió. Intervenções subsequentes, após diagnóstico, foram planejamento, implementação e manutenção do programa que funciona até o momento numa dinâmica de renovação, focada nas prioridades das partes interessadas e fortalecimento das parcerias. O programa funciona numa jornada de oito horas/dia, disponibilizando atividades físicas, momentos de lazer ativo, oficinas educativas (temas relacionados à prevenção de risco e doenças crônicas), distribuição de panfletos e ampliação da socialização na comunidade. A equipe de saúde é constituída pelos seguintes profissionais: médico, professores de educação física, técnicos em atividades alternativas e estagiários de educação física. Em ações específicas temos também enfermeira, nutricionista e psicóloga. As intervenções recebem suporte do departamento de estatística da UNIMED para organização, manutenção de banco de dados e avaliações sistemáticas dos participantes. Além dos benefícios individuais, o programa devido a sua credibilidade e visibilidade teve sua sede ampliada e reestruturada recentemente, além da liberação permanente do espaço público que ocupa. Foi iniciado monitoramento, com grupo piloto, nos portadores de risco e/ou doença cardiovascular numa perspectiva de atenção à saúde, estimulando o auto cuidado. Ações futuras incluirão o fortalecimento de tal monitoramento e informatização no programa, com elaboração de relatórios fornecidos à comunidade, visando renovação periódica e participativa das estratégias implementadas. Atualmente, o programa visualiza com clareza as sementes das iniciativas individuais e a germinação da construção coletiva no âmbito comunitário e através das parcerias efetivas.

010

ATIVIDADE FÍSICA E PROMOÇÃO DA SAÚDE: O MODELO ACADEMIA DA CIDADE DE ARACAJU-SE

ANTONIO CESAR CABRAL DE OLIVEIRA - UFS/DEF/Núcleo de Pesquisa em Aptidão Física de Sergipe
Bráulio César Alcântara - UFS/DEF/Núcleo de Pesquisa em Aptidão Física de Sergipe
Jose Jean de Oliveira Toscano - UFS/DEF/Núcleo de Pesquisa em Aptidão Física de Sergipe

A Secretaria Municipal de Saúde (SMS) de Aracaju em parceria com o Núcleo de Pesquisa em Aptidão Física de Sergipe da UFS implantou o Programa Academia da Cidade no mês de Abril de 2004. Os principais objetivos do referido programa são conhecer, vivenciar e incorporar a prática de atividades físicas ao estilo de vida; intervir na promoção das condições de saúde da população; verificar alterações fisiológicas com o aumento do nível de atividade física; melhorar o nível de aptidão física relacionada à saúde e aumentar os escores de qualidade de vida relacionada à saúde. As atividades físicas são realizadas em pólos, distribuídos em 15 bairros da capital sergipana, que abrangem todos os seis distritos que a SMS de Sergipe atende. Cada bairro recebe a equipe três vezes por semana. As equipes são compostas de um avaliador, um professor e cerca de quatro estagiários. Esta estratégia permite a otimização dos recursos, uma vez que oferece a diferentes bairros a possibilidade de desfrutá-lo. A Academia da Cidade também é uma intervenção sobre o espaço urbano que considera a inexistência, ou escassez, de áreas para atividades ao ar livre como risco sócio-ambiental. Através deste enfoque, o programa pode ser parte de uma abordagem articulada sobre o território. Além disso, está inserida na rede de saúde do município de Aracaju, vinculada ao Programa Saúde do Adulto, que se propõe a organizar as ações direcionadas a prevenção e cuidado das doenças crônicas não transmissíveis prevalentes na população adulta. A Academia da Cidade consiste numa ação de promoção de saúde, podendo também ser considerada uma intervenção terapêutica, pois possibilita melhoria do cuidado de pacientes que já apresentam algum agravamento instalado.

4520

012

UTILIZAÇÃO DE PEDÔMETRO ONLINE EM PROGRAMA DE PERSONAL FITNESS TRAINING

CAROLINE DE OLIVEIRA MARTINS - DEF/CDS/UFSC

A aplicação de testes para avaliação cardiorrespiratória ao ar livre pelo personal fitness trainer pode ser dificultada pela carência de instrumentos necessários para delimitar a distância que deve ser percorrida pelo aluno, principalmente quando o mesmo se encontra em localidades que não apresentam áreas específicas para este fim. Contudo, já se pode contar com uma ferramenta virtual gratuita em inglês, que possibilita a demarcação (em metros) de percursos que podem ser visualizados por mapas de ruas e imagens por satélite, sem utilização de GPS. O objetivo deste estudo foi verificar, de acordo com a avaliação subjetiva de uma professora de Educação Física com conhecimento médio de informática e da língua inglesa, se a demarcação de um percurso de dois quilômetros pelas ruas do bairro Ingleses (Florianópolis/SC) por um pedômetro online seria rápida e fácil, possibilitando a aplicação de teste de avaliação cardiorrespiratória. Para tal, foi utilizado um computador HP mobile Athlon™XP2500+519MHz com 192MB de RAM e conexão ADSL de 400kbps, partindo-se do prévio conhecimento do instrumento virtual pela profissional (demarcação de dois trajetos, duas semanas antes da delimitação do referido percurso). Em dez minutos o pedômetro online viabilizou, pela visualização do mapa de ruas de Ingleses, a demarcação de seis diferentes percursos com facilidade, bem como possibilitou a impressão de um trajeto para a aplicação do teste. Os resultados sugerem que o pedômetro online foi utilizado de maneira rápida e fácil, inclusive viabilizando o personal fitness training virtual, pois permite o acompanhamento online da duração, frequência e intensidade de exercícios físicos de alunos que precisam ou optam por tal serviço.

GRUPO 4 – GRUPOS ESPECIAIS

013

ATIVIDADE FÍSICA COMO RECURSO TERAPÊUTICO NA REABILITAÇÃO PSICOSSOCIAL DE PESSOAS COM TRANSTORNOS MENTAIS CRÔNICOS.

ANGÉLICA NICKEL ADAMOLI - Escola Superior de Educação Física Universidade Federal de Pelotas; Secretária Municipal de Saúde de Pelotas: Departamento de Ações em Saúde Mental

Liliane Gonçalves Locatelli - Secretária Municipal de Saúde de Pelotas: Departamento de Ações em Saúde Mental

Já se sabe da importância da adoção de um estilo de vida ativo pelos inúmeros benefícios que a prática de atividade física (AF) cotidiana proporciona para saúde de todas as pessoas. Segundo a Organização Mundial da Saúde, os transtornos mentais e de comportamento (TMC) representam uma das principais causas de incapacitação em todo o mundo, representando um custo enorme em termos de sofrimento humano, incapacidade e prejuízos econômicos. A saúde mental da população está sendo um desafio, devido à exposição a diversos fatores de risco para a saúde, como alto nível de estresse, alimentação inadequada, sedentarismo, consumo de drogas e dificuldade de relacionamentos. Pessoas com TMC são menos ativas do que a população geral, devido a diversos fatores associados. Considerando os aspectos positivos que a prática de AF exerce para a manutenção da saúde, tratamento e prevenção de diversas doenças, como os TMC, o objetivo deste trabalho é relatar os benefícios e contribuições da AF na reabilitação de pessoas com TMC através da experiência nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) no município de Pelotas - RS. Neste contexto, o profissional de educação física desenvolve oficinas de diferentes AF e estão integrados a atividades cotidianas do serviço junto à equipe multidisciplinar. As AF realizadas nos CAPS parecem ser relevantes na diminuição de sintomas dos TMC e efeitos colaterais de medicações utilizadas. A valorização das potencialidades através de oportunidades criadas promovem melhoras na auto-estima, na condição física e no aspecto social do paciente, tendo melhoras significativas na qualidade de vida e prognóstico. A AF demonstra ser uma possibilidade viável de intervenção no processo terapêutico de pessoas com TMC.

015

OMDA: ATIVIDADES DESENVOLVIDAS PELA ORGANIZAÇÃO PARA O MOVIMENTO E O ESPORTE ADAPTADO

TIAGO COSTA BAPTISTA - UNISUL

A OMDA foi fundada em 21/12/05, sendo uma associação civil de caráter social, esportivo, educacional, artístico e ambiental e tem como finalidade facilitar o processo de inclusão da pessoa com deficiência através da prática de atividades físico-esportivas agregadas a programas de saúde integral, educação, capacitação e colocação no mercado de trabalho. Hoje são atendidas cerca de 25 pessoas com deficiência e o programa paradesportivo conta com parceiros importantes como a Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL, a FG&ts Corretora de Seguros e a WR Cópias. Desde maio de 2006 a OMDA, em parceria com a Unisul, através do Programa Unisul Paradesportiva está implementando núcleos paradesportivos e as atividades oferecidas atualmente são: Basquete em cadeira de rodas, Bocha Paraolímpica, Natação e Esportes de Aventura. Em todos os núcleos são oportunizadas atividades que vão desde a iniciação esportiva até o treinamento visando rendimento e participações em competições de nível local, regional e nacional. A idéia é oferecer um ambiente esportivo que respeite as características e anseios de cada praticante, pois na maioria das vezes os programas físico-esportivos oferecidos determinam o objetivo final do praticante. O pano de fundo de todas estas atividades paradesportivas oferecidas é o fomento a inclusão social. Diversos atletas chegaram ao programa relatando não ter nenhuma atividade no seu dia-a-dia e hoje estão estudando, buscando capacitação ou inseridos no mercado de trabalho. Além dos benefícios claramente observados para as pessoas com deficiência participantes do programa, outro ponto de extrema importância é a participação ativa de professores e acadêmicos de diversos cursos de graduação da Unisul. Esta oportunidade de experiência e vivência nesta área específica pode ampliar o número de futuros profissionais interessados em desenvolver o paradesporto e todas as atividades que podem estar agregadas a esta atividade. O trabalho da OMDA é formar parcerias e envolver o maior número de pessoas nesta idéia: “O esporte capacita para vida!”

014

CENTRO DE ESTUDOS DA ATIVIDADE DA ATIVIDADE MOTORA ADAPTADA – CEAMA/ULBRA

ROSILENE MORAES DIEHL - Universidade Luterana do Brasil

O Centro de Estudos da Atividade Motora Adaptada, CEAMA, da Universidade Luterana do Brasil, ULBRA completou dez anos em maio de 2007. O Centro tem como objetivo criar espaços de lazer esportivo para crianças, jovens e adultos com algum tipo de deficiência: cegos, baixa visão, surdos, com deficiência mental e/ou com deficiência física, das diversas cidades da região metropolitana de Porto Alegre. Os programas são ministrados por acadêmicos de educação física, após cursarem a disciplina de Atividade Motora Adaptada. Hoje atende-se gratuitamente cerca de 205 crianças, jovens e adultos, com atividades de capoeira (surdos), dança (Síndrome de Down e surdos), natação (deficiência mental, física, cegos e surdos), ginástica olímpica (cegos), judô (cegos) e basquete em cadeira de rodas (def. física). A capoeira para surdos utiliza o mesmo método de ensino/aprendizagem que alunos ouvintes. Na dança com Downs o método utilizado é embasado na teoria do Esforço/Formato, criado por Laban. O projeto de dança para jovens surdos leva o ensino da dança sinalizada. Na GO e judô as aulas seguem as técnicas de orientação e mobilidade esportiva. Basquete em cadeira de rodas foi criado em agosto de 2004 com o intuito de atender a comunidade adulta que tem deficiência física. O grupo de basquete participou de amistosos e de um campeonato do Rio Grande do Sul. Tinhamos como meta a primeira divisão do basquete em cadeira de rodas no Brasil. Porém com a dificuldade em patrocínio acabamos trabalhando com a iniciação ao basquete em cadeira de rodas. Seria muito bom se esses alunos que freqüentam o Centro tivessem incluído em grupos esportivos para a comunidade em geral. Sem necessidade de termos um centro apenas de atendimento para grupos específicos. Porém o que vimos são crianças e jovens sem educação física nas escolas, tanto especial como regular e clubes parques e academias sem acessibilidade.

Índice de Autores

ADERBAL SILVA AGUIAR JR - UNESC.....	102	ANDREA KARLA BREUNIG DE FREITAS - Universidade Federal de Santa Maria.....	147
ADILSON SANT'ANA CARDOSO - UDESC.....	125	ANDRÉA KRÜGER GONÇALVES - Universidade Luterana do Brasil/Canoas.....	134
ADRIANA BARNI TRUCCOLO - Universidade Luterana do Brasil.....	123	ANDRÉ DA SILVA NASCIMENTO - Universidade Federal de Santa Catarina.....	110
ADRIANA COUTINHO DE AZEVEDO GUIMARÃES - Cefid - Udesc.....	60	ANDRÉ DE CAMARGO SMOLAREK - Universidade Estadual de Ponta Grossa.....	166
ADRIANA SCHULER CAVALLI - Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, FEFID/Grupo de Pesquisa e Estudos Sociológicos de Educação Física e Esporte (GPES).....	140	ANDREIA PELEGRINI - Universidade Federal de Santa Catarina. CDS/UFSC/ NuCIDH.....	162
ADRIANA SEÁRA TIRLONI - Universidade Federal de Santa Catarina.....	146	ANDRÉIA SILVEIRA DE SOUZA - Universidade Federal do Rio Grande do Sul.....	155
ADRIANA SOARES LOBO - Universidade do Extremo Sul Catarinense.....	190	ANDRÉ LUIS MÜLLER DA SILVA - Universidade Luterana do Brasil (ULBRA).....	52
ADRIANA TAVARES JAPIASSU - UDESC.....	136	ANDRÉ LUIS OLIVEIRA DOS SANTOS - Serviço Social da Indústria - SESI DR Pa.....	193
ADRIANO AKIRA FERREIRA HINO - Pontifícia Universidade Católica do Paraná.....	116	ANDRÉ MARTINES DE ALBUQUERQUE - Universidade Federal do Paraná.....	108
ADRIANO FERRETI BORGATTO - UFSC.....	114	ANDRESSA RIBEIRO CONTREIRA - Universidade Federal de Santa Maria.....	149
AHÉCIO KLEBER ARAÚJO BRITO - Universidade Federal do Piauí.....	66	ANGÉLICA CRISTIANE OVANDO - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - Unijuí.....	107
AIRTON JOSÉ ROMBALDI - Escola Superior de Educação Física - Universidade Federal de Pelotas.....	139	ANGÉLICA NICKEL ADAMOLI - Escola Superior de Educação Física Universidade Federal de Pelotas.....	108
ALANA MARTINS GONÇALVES - Universidade da Região da Campanha - URCAMP.....	163	ANGÉLICA NICKEL ADAMOLI - Escola Superior de Educação Física Universidade Federal de Pelotas; Secretaria Municipal de Saúde de Pelotas: Departamento de Ações em Saúde Mental.....	202
ALAN A RODRIGUES - UNIP.....	159	ANGÉLISE MOZERLE - Universidade do Estado de Santa Catarina.....	177
ALAN GOULARTE KNUTH - UFPel.....	51	ÂNGELO MARCELO BELAS COUTINHO - GEEA - Gerência de Estudos de Ergonomia na Aviação Civil.....	161
ALBERTO SATURNO MADUREIRA - Universidade Estadual do Oeste do Paraná - UNIOESTE.....	127	ANNA REGINA GRINGS BARCELOS - Centro Universitário Feevale.....	130
ALBERTO ZEOLA VIEIRA - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal – Fundação Manoel de Barros.....	163	ANNE DAL MAGRO MELLO - Universidade Estadual de Maringá.....	165
ALESSANDRA BERTINATTO PINTO FONSECA - Universidade do Estado de Santa Catarina.....	155	ANNELIESE SCHONHORST ROCHA - Universidade Luterana do Brasil.....	90
ALEXANDRA FOLLE - Universidade Federal de Santa Catarina.....	57	ANNY MARRI VIANA FELICIANO - Universidade do Extremo Sul Catarinense - UNESC.....	126
ALEXANDRE ANDREIS - UNESC.....	187	ANTONIO ALBERTO DE LARA JUNIOR - Universidade do Sul de Santa Catarina.....	137
ALEXANDRE CARRICONE MARQUES - UFPel.....	81	ANTONIO CARLOS MUSSI DA SILVA - UFMS.....	83
ALEXANDRE RAMOS LAZZAROTTO - UFRGS - Feevale- La Salle.....	145	ANTONIO CESAR CABRAL DE OLIVEIRA - UFS/DEF/Núcleo de Pesquisa em Aptidão Física de Sergipe.....	201
ALEXANDRE SILVA ALVES - Universidade Católica Dom Bosco - UCDB/MS.....	175	ANTONIO JOSÉ GRANDE - Universidade Estadual de Londrina.....	100
ALEXANDRO TRINDADE MASCARENHAS - Universidade Luterana do Brasil - Ulbra.....	121	ANTONIO MARCOS TAVARES JUNIOR - Univille.....	195
ALEX PINHEIRO GORDIA - Universidade Federal do Paraná.....	165	ANTONIO STABELINI NETO - Universidade Estadual do Norte do Paraná.....	103
ALEXSSANDRO MORGENROTH - UNIOESTE - Universidade do Oeste do Paraná, campus de Mal. Cândido Rondon/PR.....	68	ARIANA DE SOUZA CAMPOS - Unioeste.....	151
ALINE HUBER DA SILVA - Universidade do Estado de Santa Catarina.....	125	ARMANDO FERREIRA DA FONSECA JÚNIOR - Universidade Federal do Paraná.....	166
ALINE REICHERT COELHO - SESI - Serviço Social da Indústria.....	92	AUGUSTO CÉSAR FERREIRA DE MORAES - Universidade Estadual de Maringá.....	112
ALVANDRO TEIXEIRA - Universidade do Vale do Rio dos Sinos - UNISINOS.....	132	ÁUREA SAKAMOTO PAIS - Universidade do Estado do Rio de Janeiro.....	142
AMANDA CRISTINA DE SOUZA GENEROSO - Univille Universidade da Região de Joinville.....	152	BEATRIZ CORDEIRO - UFSC.....	105
AMANDA PACHECO BECK - UFSC.....	113	BEATRIZ DOS SANTOS CAVALCANTE - Universidade Federal do Ceará.....	79
ANA ANGÉLICA SANTANA SOUZA - Universidade Federal de Sergipe (NUPAFISE).....	116	BERNARD'AUGUSTO FERRAZZA DIAS - Programa de Prevenção e Reabilitação Cardiorrespiratória – ProCor (CDS/UFSC).....	106
ANA CARINA NALDINO CASSOU - Universidade Federal do Paraná.....	74	BIANCA GAMA PENA - Serviço Social da Indústria.....	140
ANA CAROLINA KANITZ - Universidade Federal do Rio Grande do Sul.....	141	BIANCA GUIDINI SANTAGUITA - Associação Desportiva para Deficientes / Universidade Bandeirante de São Paulo.....	58
ANA CAROLINA PALUDO - Universidade Estadual do Oeste do Paraná.....	127	BRUNNO ELIAS FERREIRA - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul.....	89
ANA CLÁUDIA GARCIA DE OLIVEIRA DUARTE - Universidade Federal de São Carlos.....	68	BRUNO AGUILERA TOPPINI - Universidade do Estado do Rio de Janeiro.....	80
ANA CRISTINA CAMARGO IELO ZEMELLA MARTINS DE OLIVEIRA - Universidade do Estado de Santa Catarina.....	177	BRUNO C. MENDES FREIRE - Serviço Social da Indústria.....	106
ANA PAULA KUHNEN - Universidade Federal de Santa Catarina.....	131	BRUNO GUILHERME MORAIS PAGAN - Universidade Estadual de Maringá - UEM.....	167
ANA PAULA MORATELLI PRADO - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC/CEFID.....	128	BRYANNE SILVA FIGUEIREDO - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina.....	134
ANA PAULA RODRIGUES - Faculdades Integradas FACVEST.....	123	CAMILA ELIZANDRA ROSSI - Universidade Federal de Santa Catarina.....	54
ANATÁLIA BEZERRA DE ALBUQUERQUE - Universidade Federal do Ceará.....	98	CAMILA FAGUNDES MACHADO - Universidade Federal de Pelotas.....	152
ANDERSON LEANDRO PERES CAMPOS - Universidade Federal de Pelotas.....	60	CAMILA MACHADO RODRIGUES - UNESC - GEPES.....	118
ANDERSON MELLO - Faculdades Integradas Univest/FACVCEST.....	69	CARINE COLLET - Universidade Federal de Santa Catarina.....	175
ANDERSON ZAMPIER ULBRICH - UFPR.....	99	CARINE FERREIRA DE SOUZA - UNIOESTE - Universidade Estadual do Oeste do Paraná.....	127
ANDRÉA FERREIRA CARDOSO - Universidade Federal de Santa Catarina.....	87	CARLA CRISTIANE DA SILVA - Universidade Estadual Paulista-UNESP, Botucatu.....	85
		CARLA MARIA DE LIZ - Universidade do Estado de Santa Catarina.....	177

CARLA WERLANG COELHO - Universidade da Região de Joinville – UNIVILLE e Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC/Joinville.....	148	DANIELA LIMA DE AGUIAR - Universidade do Estado de Santa Catarina. Centro de Ciências da Saúde e do Esporte - CEFID/UDESC.....	124
CARLA ZANELATTO - Centro Universitário Feevale	145	DANIEL CIA KOIKE - Universidade São Judas Tadeu	153
CARLOS ALBERTO VEIGA BRUNIERA - Universidade Estadual de Londrina	91	DANIELE DETANICO - Universidade Federal de Santa Catarina	183
CARLOS ANDRÉ PAES - Universidade Federal do Paraná.....	194	DANIEL GIORDANI VASQUES - Universidade Federal de Santa Catarina.....	160
CARLOS AUGUSTO FOGLIARINI LEMOS - Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões.....	98	DANIELLE LEDUR ANTES - Universidade Federal de Santa Maria.....	130
CARLOS AUGUSTO VIEIRA DE CAMPOS - Universidade Federal de Santa Catarina.....	176	DANIEL PASINI MARAGNO - UNESC - GEPES.....	118
CARLOS A ZAMAI - Universidade Paulista.....	87	DANIEL ROGÉRIO PETREÇA - Universidade do Contestado Campus Mafra	151
CARLOS KEMPER - Universidade Regional Integrada URI Campus Santo Ângelo	173	DANIEL VICENTINI DE OLIVEIRA - CESUMAR	132
CARLOS RENATO DA SILVA - Nova Consultoria e Assessoria em Fitness.....	69	DANILO MARTINEZ SCREMIN - Universidade do Estado do Rio de Janeiro	149
CARMEM CRISTINA BECK - UFSC	55	DAYSY JUNG DA SILVA RAMOS - Unisul.....	96
CAROLINA AMÂNCIO LOULY CAMPOS - Centro Universitário UniEURO.....	79	DÉBORA ALVES GUARIGLIA - Universidade Estadual de Londrina	71
CAROLINA BOHNS MATTEA - ESEF - UPPEL	96	DÉBORA DE PINHO FREITAS - Universidade Estadual de Maringá.....	168
CAROLINA NORONHA FERNANDES - Universidade Federal de Santa Catarina.....	132	DÉBORA RIOS GARCIA - UFRGS.....	148
CAROLINA ROBOTELLA NOGUEIRA - Universidade Gama Filho	123	DEISYANY DA SILVA MIRANDA - Instituto de Educação Verde Norte.....	66
CAROLINE DE OLIVEIRA MARTINS - DEF/CDS/UFSC.....	201	DEIVIS ELTON SCLICKMANN FRAINER - Universidade Federal de Santa Catarina.....	188
CAROLINE MARIA DE OLIVEIRA - Bom Jesus/IELUSC	75	DEVISON MAICON GARCIA - Universidade do Estado de Santa Catarina.....	157
CAROLINE SILVA DE OLIVEIRA - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul.....	72	DIEGO AUGUSTO SANTOS SILVA - Núcleo de Pesquisa em Aptidão Física de Sergipe.....	141
CATALINA NAOMI KANETA - GEPETIJ - EEFEUSP	178	DIOGO CUNHA DOS REIS - Universidade Federal de Santa Catarina	132
CÉSAR DE ARAGÃO SILVA - Universidade Federal de Santa Catarina	62	DIONE MOREIRA NUNES - Projeto Brilhante	187
CHARLES SCHNORR - Prefeitura Municipal de Florianópolis.....	121	DORALICE ORRIGO DA CUNHA POL - ULBRA/ Canoas;Instituição Educacional São Judas Tadeu.....	178
CHRISTIANI SCHWEITZER ALMEIDA PEREIRA - UDESC	179	EDERLEI APARECIDA ZAGO - Unoesc	125
CIBELE LIMA DOS SANTOS - Universidade Federal de Santa Catarina	146	EDISON ROBERTO DE SOUZA - Universidade Federal de Santa Catarina.....	176
CICERO AUGUSTO DE SOUZA - Instituto de Cardiologia de Santa Catarina.....	115	EDUARDO KALININE - Universidade do Contestado - UnC.....	56
CILIANE VALERIO - Centro Universitário de Maringá- CESUMAR/grupo de pesquisa obesidade na adolescencia	85	EDUARDO MERINO - ULBRA - UCO	141
CINARA MARIA LIZE SAGGIORATTO - Universidade do Estado de Santa Catarina- UDESC.....	155	EDUARDO ROBERTO VICTORINO DE MOURA - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina.....	78
CINARA SACOMORI - Universidade do Estado de Santa Catarina.....	88	EDUARDO SKALSKI BILEK - UnicenP	100
CLÁUDIA DOS PASSOS HARTWIG - Escola Superior de Educação Física - UFPel	54	EDUARDO VIGNOTO FERNANDES - Universidade Estadual de Londrina.....	63
CLAUDIA FACHIN GUARDA - Faculdade da Serra Gaúcha	146	ELAINE CAROLINE BOSCATTO - Universidade Federal de Santa Catarina	109
CLAUDIA LEAL FREITAS - UFSC	61	ELIANE CELINA GUADAGNIN - UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA.....	187
CLAUDINEI FERREIRA DOS SANTOS - Universidade Estadual de Campinas.....	138	ELIANE R. DA ROCHA - UNIP	93
CLÁUDIO LUIS MIRANDA - Centro Universitário Feevale.....	91	ELIÉSER FELIPE LIVINALLI - UNOESC - Universidade do oeste de Santa Catarina - Campus São Miguel do Oeste.....	163
CLAUDIO ZAGO JR - Unip.....	159	ELISABETE BONGALHARDO ACOSTA - FURG	75
CLEBER AURINO DE PINHO - Universidade do Extremo Sul Catarinense- UNESC.....	143	ELISABETH BARETTA - UNOESC / JOACABA.....	88
CLEBER DE MEDEIROS - Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC - Grupo de Extensão e Pesquisa em Exercício e Saúde – GEPES	53	ELISÂNGELA WEIGEL SCHAPPO - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina	156
CLEILTON HOLANDA PEREIRA - Universidade Federal do Ceará	100	ELIZA MARIA NUNES DE OLIVEIRA - SESI	86
CLEONIR CALDEIRA JÚNIOR - Grupo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde - GPAQ/PUCPR.....	73	ELTO LEGNANI - Universidade Tecnológica Federal do Paraná.....	195
COSME FRANKLIM BUZZACHERA - Universidade Federal do Paraná	185	ELUSA SANTINA ANTUNES DE OLIVEIRA - UFSC	70
CRISTIAN CENCI GOMES - Centro Universitário La Salle	184	EMÍLIA MIWA NAKANO - Universidade Estadual de Londrina.....	183
CRISTIANE DE LIMA EIDAM - UFSC.....	70	ENEIDA MARIA TROLLER CONTE - Universidade Estadual do Oeste do Paraná.....	86
CRISTIANE EMILIA DA SILVA - SESI Pernambuco.....	199	ERASMO PAULO MILIORINI OURIQUES - União de Ensino do Sudoeste do Paraná.....	172
CRISTIANI DE FRANÇA - UDESC.....	67	ERIBERTO FLEISCHMANN - Universidade da Região de Joinville - UNIVILLE	174
CRISTIANO NEVES DA ROSA - Universidade Luterana do Brasil.....	120	ÉRICA MOTA DE OLIVEIRA - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina	80
CRISTIANO OLIVEIRA RODRIGUES - UNEB- Universidade do Estado da Bahia.....	115	ÉRICO FELDEN PEREIRA - Universidade Federal de Santa Catarina.....	128
CRISTINE LIMA ALBERTON - Universidade Federal do Rio Grande do Sul.....	194	EVANDRA HEIN MENDES - Unioeste - Universidade Estadual do Oeste do Paraná.....	200
CYNTHIA MARIA ROCHA DUTRA - CEBS - Colégio Brasileiro de Estudos Sistêmicos	133	EVELYN DE ALMEIDA HINDS - Universidade Federal de Santa Catarina	193
DAIANA PRISCILA ANDRADE - Fundições Tupy LTDA	95	EVERTON PILESKI PEREIRA - Faculdades Integradas Univest/FACVEST.....	60
DAIANE CRISTINA DE AMORIM - SESI Lazer / Joinville.....	87	EZEQUIEL MOREIRA GONÇALVES - Laboratório de Crescimento e Composição Corporal – Centro de Investigação em Pediatria (CIPED) – Faculdade de Ciências Médicas (FCM) – Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP)	172
DALMO ROBERTO LOPES MACHADO - EEFEUSP; FCT/UNESP	57	FABIANA ALONSO ROCHA - Universidade Estadual de Maringá.....	101
DALTON GRANDE - Sec. Mun. do Esporte e Lazer de Curitiba - Programa Curritativa.....	145	FABIANA CRISTINE DA SILVA BARBOSA CARNEIRO - SESI - Serviço Social da Indústria de Minas Gerais.....	101
DANIELA BRANCO LIPOSKI - Faculdades Integradas Facvest.....	122	FABIANA DE SANT'ANNA EVANGELISTA - EACHUSP	93
DANIELA DE FARIAS BRUNO - Universidade da Região de Joinville - UNIVILLE/Joinville	154	FABIANA MALUF RABACOW - Universidade Federal de Santa Catarina.....	93
DANIELA DRESSLER DAMBROS - Universidade Federal de Santa Maria.....	62	FABIO AUGUSTO BRUGNEROTTO - Faculdade Assis Gurgacz.....	152

FÁBIO DE OLIVEIRA SANTOS - Sintonia Assessoria em Promoção de Saúde e Qualidade de Vida	97	HECTOR LUIZ RODRIGUES MUNARO - UESB	141
FABIO LUIZ GOUVEA - Universidade Paulista	58	HEIDE GAUCHE - Universidade Federal de Santa Catarina.....	84
FÁBIO MARTINS - Unicamp	110	HEILIANE DE BRITO FONTANA - Universidade do Estado de Santa Catarina.....	189
FÁBIO ROSA DOS SANTOS - Universidade Luterana do Brasil	195	HÉLCIO KANEGUSUKU - Laboratório de Hemodinâmica da Atividade Motora da Escola de Educação Física e Esporte da USP.....	142
FÁBIO SPRADA DE MENEZES - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina.....	76	HELEN LETICIA RAMON GATELLI - Universidade de Caxias do Sul.....	119
FABRICIO CESAR DE PAULA RAVAGNANI - Universidade Católica Dom Bosco / Universidade Federal Mato Grosso do Sul	59	HERCULES JOSÉ PELEGRINA - Universidade Estadual de Londrina.....	89
FABRÍCIO CIESLAK - Universidade Federal do Paraná.....	91	HERIBERTO COLOMBO - Centro de Pesquisa em Exercício e Esporte, UFPR, Curitiba, Paraná.....	187
FABRÍCIO DE MELLO VITOR - Universidade de São Paulo/Faculdades Uirapuru ...	192	HERTON XAVIER CORSEUIL - Universidade Federal de Santa Catarina	136
FELIPE FOSSATI REICHERT - Universidade Estadual de Londrina e Universidade Federal de Pelotas.....	108	HUMBERTO JOSE CARDOSO PIANCA - Universidade Estadual de Londrina.....	135
FERNANDA AQUINO COSTA - UFSM	150	IGOR AUGUSTO BRAZ - Universidade Estadual de Londrina	74
FERNANDA CRUCIANI - Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo -FSP/USP.....	77	IGOR RAINNEH DURAES CRUZ - Instituto de Educação Verde Norte	65
FERNANDA DA SILVA FERREIRA - Universidade do Estado do Rio de Janeiro.....	90	IGOR SOARES LOSS - Serviço Social da Indústria.....	173
FERNANDA DE MATOS LOPES - Universidade Estadual de Santa Cruz.....	186	ILCA MARIA SALDANHA DINIZ - Universidade Federal de Santa Catarina.....	55
FERNANDA FAUTH - Universidade Federal de Santa Catarina.....	97	INÁCIO CROCHEMORE MOHNSAM DA SILVA - Escola Superior de Educação Física - Universidade Federal de Pelotas.....	51
FERNANDA SEGALA - UDESC	130	INARA MARQUES - Gepedam/CEFE/UEL.....	193
FERNANDO ADAMI - Universidade Federal de Santa Catarina	188	INÊS ALESSANDRA XAVIER LIMA - Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL	110
FERNANDO HENRIQUE BUSNARDO DA SILVA - Universidade Federal de Santa Catarina.....	64	INGRID MONTARDO SERRI DE CASTRO - UFSC.....	106
FERNANDO MILCZEWSKI - Unicamp	96	IOURI KALININE - Universidade do Contestado	144
FERNANDO PAULO ROSA DE FREITAS - Unesp - Rio Claro.....	117	ITANA LISANE SPINATO - Universidade de Fortaleza -UNIFOR.....	73
FLAVIO DA SILVA - Universidade de Mogi das Cruzes	196	IVETE BALEN - Universidade Tecnológica Federal do Paraná	184
FRANCIELE RAMOS FIGUEIRA - Centro Universitário Feevale.....	121	JACKSON BARBOSA JORGE - Sesi - Serviço Social da Indústria.....	149
FRANCINE RODRIGUES SILVA - Faculdades Integradas Facvest.....	122	JACQUELINE MARCHAR - PUCPR	170
FRANCISCA MARIA ALEUDINELIA MONTE CUNHA - Universidade de Fortaleza ...	133	JAIR SINDRA VIRTUOSO JÚNIOR - Universidade Estadual de Santa Cruz/FAPESB ..	82
FRANCISCO GOMES QUEIROZ - Universidade Federal do Acre - Departamento de Educação Física e Desporto	57	JAISSON RICARDO BONA - Faculdades Integradas Unives/FACVEST	64
FRANCISCO JOSÉ FORNARI SOUSA - Faculdades Integradas UNIVEST	97	JANAINA DE MOURA NOTARI - Universidade Federal de Pelotas	96
FREDERICO LEMOS ARAÚJO - Universidade de Fortaleza	165	JANAINA VASCONCELOS MARTINS - PET- Educação Física- UFMS	92
GABRIELA DALSSASSO RICARDO - Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício - CEFID/UDESC.....	162	JANIRA AMÉRICO BELMIRO - Universidade Federal de Santa Catarina.....	200
GABRIELA MORALES - UFMS.....	98	JAQUELINE COPETTI - Universidade Federal de Pelotas.....	160
GABRIEL D'OLIVEIRA DA SILVA - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC / CEFID.....	129	JAQUELINE DE FÁTIMA BIAZUS - Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL	156
GABRIELLA FERREIRA BRAGA - Universidade Federal de Uberlândia	153	JAQUELINE SELMA DE SOUZA - Centro Universitário Estácio de Sá - Santa Catarina.....	150
GELCEMAR OLIVEIRA FARIAS - Universidade Luterana do Brasil	137	JARINA GOMES GABILAN - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul.....	77
GEOVANILDO NUNES DE OLIVEIRA - Universidade Estadual da Paraíba e Prefeitura Municipal de Cabaceiras/PB (Secretaria de Educação, Cultura e Desportos)...	131	JEAN FUZZETTI CAVAZZA - Universidade Federal Do Paraná	196
GIANNINA DO ESPÍRITO-SANTO - Centro Universitário Celso Lisboa	200	JEFERSON COUTINHO DE SOUSA - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC	180
GIOVANA ZARPELLON MAZO - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC/ CEFID	127	JOANA VIEIRA DE BONA - Universidade Federal de Santa Catarina.....	154
GIOVÂNI FIRPO DEL DUCA - Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia - Universidade Federal de Pelotas.....	105	JOÃO CARLOS OLIVA - Universidade Federal do Rio Grande do Sul/Pontifícia Universidade Católica	179
GISELLE NOCETI AMMON XAVIER - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC	74	JOÃO EGDOBERTO SIQUEIRA - Secretaria Municipal do Esporte e Lazer de Curitiba.....	129
GIULIANO TAVARES MARRAMARCO - IPA e UFRGS	119	JOÃO MARCELO DE QUEIROZ MIRANDA - Universidade São Judas Tadeu	160
GLAUBER CARVALHO NOBRE - Centro Federal de Educação Tecnológica do Ceará	183	JOÃO MARCOS FERREIRA DE LIMA SILVA - Nucleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano - NUCIDH/CDS/ UFSC - Bolsista CAPES.....	70
GLAUCO BARNEZ PIGNATA CATTAL - Universidade Estadual de Maringá.....	168	JOÃO RICARDO NICKENIG VISSOCI - Universidade Estadual de Maringá	171
GRACE ANGÉLICA DE OLIVEIRA GOMES - Unicamp.....	124	JOIE DE FIGUEIREDO NUNES - Faculdade Educacional de Dois Vizinhos- FAED/ UNISEP	81
GRASIELA CARDOSO LUDVIG - Instituto de Cardiologia de Santa Catarina	98	JONATHAN ACHE DIAS - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC.....	191
GRASIELY FACCIN BORGES - Faculdade do Futuro-FAF/MG	52	JORGE BOTH - UFSC - Universidade Federal de Santa Catarina	139
GRÉGORE IVEN MIELKE - Escola Superior de Educação Física -UFPEl.....	104	JORGE DIAS LUZ - UFSC	78
GUILHERME MARDER - UNIVATES/CETAÉ	60	JORGE LUIZ DA SILVA - USP	82
GUSTAVO LEVANDOSKI - UFPR.....	185	JORGE LUIZ DOS SANTOS DE SOUZA - Universidade Federal de Santa Maria.....	183
GUSTAVO LOPES FERNANDES - Universidade Católica de Brasília - UCB/DF	63	JORIS PAZIN - Universidade Federal de Santa Catarina	190
GUSTAVO LUCIO BISCUOLA - Universidade Estadual de Campinas	113	JOSÉ AUGUSTO AYRES FLORENTINO - Faculdade Cenequista de Osório.....	133
GUSTAVO ROESE SANFELICE - FEEVALE/RS	117	JOSÉ CARLOS OLIVEIRA CAVALCANTE - Universidade Federal do Acre - Departamento de Educação Física e Desporto	104
HASSAN MOHAMED ELSANGEDY - Universidade Federal do Paraná	189	JOSÉ CAZUZA DE FARIAS JÚNIOR - CCS/DEF/UFPB.....	55

JOSÉ CLAUDIO JAMBASSI FILHO - Grupo de Estudo e Pesquisa em Metabolismo Nutrição e Exercício (GEPEMENE) – Universidade Estadual de Londrina (UEL).....	194	LETICIA MIRANDA DE MIRANDA - UFSC.....	179
JOSÉ DIEGO BOTEZELLI - Universidade Júlio de Mesquita Filho- UNESP.....	159	LEWIS MATÉ HEINECK - Universidade Federal de Santa Maria.....	184
JOSÉ GERALDO SOARES DAMICO - ULBRA (LAFIMED E NUPÉ DA CIDADE).....	179	LIANE SARDI DE OLIVEIRA - Universidade Estadual de Londrina.....	170
JOSÉ HENRIQUE RAMOS - Programa de Prevenção e Reabilitação Cardiorrespiratória - ProCor (Centro de Desportos/UFSC).....	110	LIGIA SILVA MARCON - Centro Universitário de Maringá - Cesumar/ Grupo de Pesquisa Obesidade na Adolescência.....	197
JOSÉ VÍTOR VIEIRA SALGADO - FEF - Universidade Estadual de Campinas.....	138	LISANDRA MARIA KONRAD - Universidade Federal de Santa Catarina.....	71
JOSIAS FERREIRA DA SILVA - UNIDERP.....	169	LISIANE NEUBERT DE SOUZA - Universidade da Região de Joinville/UNIVILLE.....	153
JOSIMARA DAYANA PEREIRA DOS SANTOS - SESI-PR.....	148	LOUISE FARAH SALIBA - Pontifícia Universidade Católica.....	79
JOSI MARA SARAIVA DE OLIVEIRA - Universidade Federal de Santa Maria.....	104	LUANA MENEZHINI - Universidade do Sul de Santa Catarina.....	180
JOSIMERI NICOLODI NESPECA - SESI.....	144	LUCÉLIA JUSTINO BORGES - Universidade Federal de Santa Catarina.....	82
JOSY CARLA DE MOARES - UNIP.....	161	LUCIANA CARVALHO COSTA - Universidade do Extremo Sul Catarinense.....	182
JUCEMAR BENEDET - UFSC - Universidade Federal do Estado de Santa Catarina.....	161	LUCIANA DENICOL - Universidade Federal de Santa Catarina.....	136
JULIA MATZENBACHER DOS SANTOS - Faculdade de Desporto - Universidade do Porto.....	123	LUCIANA PEREIRA MIRANDA - Universidade Estadual de Montes Claros.....	78
JULIANA DA SILVA - Universidade do Estado de Santa Catarina.....	63	LUCIANA REGUERA VENTOLA NABARRO – Serviço Social da Indústria – São Paulo.....	199
JULIANA EWELIN DOS SANTOS - Cesumar - Centro Universitário de Maringá.....	120	LUCIANA SEGATO - Universidade do Estado de Santa Catarina.....	86
JULIANA NUNES DE OLIVEIRA - Universidade Federal de Rondônia - UNIR.....	68	LUCIANA ZARANZA MONTEIRO - UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ -UFC.....	181
JULIANA TELLES DE CASTRO - Universidade Federal de Santa Catarina.....	169	LUCIANE CONTERATO BERGUEMMAYER - Universidade Federal de Santa Maria.....	94
JULIANO BRANDIELLE - união do ensino do sudoeste do paraná (UNISEP).....	194	LUCIMARA DA SILVA ROSA POSSA MANZOLI - Universidade Federal de Santa Catarina.....	64
JULIANO FERNANDES DA SILVA - Universidade Federal de Santa Catarina.....	80	LÚCIO FLÁVIO SOARES CALDEIRA - Universidade Estadual de Londrina.....	198
JULIE TATIANE ZIMMER - Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL.....	107	LUDEMYLLA LUANNA BARRETO SILVA - Núcleo de Pesquisa em Aptidão Física de Sergipe/DEF/Universidade Federal de Sergipe.....	88
JULIO CESAR SCHMITT ROCHA - Universidade Federal de Santa Catarina.....	77	LUDE REGINALDO SOL - Universidade Católica Dom Bosco - UCDB/MS.....	117
JULIVAL QUEIROZ DE SANTANA - PMSC - BOPE - COBRA.....	197	LUIS ANGELO GRICIO JUNIOR - Universidade Estadual Paulista-UNESP- Campus Presidente Prudente.....	65
JUNIOR VAGNER PEREIRA DA SILVA - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal.....	164	LUIS FERNANDO ARZAMENDIA - SESI.....	157
JUSIMAR GONÇALVES - Unoesc.....	125	LUIS FERNANDO GUERREIRO - Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas.....	59
KAIMI PEREIRA COSTA - Secretaria Municipal do Esporte e Lazer de Curitiba.....	62	LUIS GONZAGA DE OLIVEIRA GONÇALVES - Universidade Federal de Rondônia.....	83
KARINA ELAINE DE SOUZA SILVA - Universidade Estadual de Campinas / Faculdade Assis Gurgacz.....	70	LUÍS ROBERTO FERNANDES JÚNIOR - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC.....	154
KARINE DA CRUZ COUTO - Universidade Luterana do Brasil.....	79	LUIS SÉRGIO PERES - Universidade Estadual do Oeste do Paraná.....	175
KARINI BORGES DOS SANTOS - UFPR.....	167	LUJZ ANTONIO CRESCENTE - LAFIMED - EFI - ULBRA.....	196
KARLA MENDONÇA MENEZES - Universidade Federal de Santa Maria.....	161	LUJZ AUGUSTO OLIVEIRA BELMONTE - Universidade do Estado de Santa Catarina.....	136
KARLA OLIVEIRA DE BRUM - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC.....	126	LUJZ CARLOS DE BARROS RAMALHO - Grupo de Saúde Coletiva/Epidemiologia e Atividade Física - FEF-UNICAMP-Campinas/SP - Brasil.....	76
KAROLINY DEBIASI GHEDIN - Universidade Federal de Santa Catarina.....	69	LUJZ ERNANI SANTOS BRAGA - Universidade Paulista.....	118
KATIA CRISTINE SCHMIDT - UFSC.....	68	LUJZ FERNANDO MAFRA - Universidade Federal de Santa Catarina.....	189
KÁTIA MERY VIANA PRADO - Faculdade de Tecnologia e Ciências.....	172	LUJZ HENRIQUE DA SILVA - Faculdades Integradas Fafibe; Bebedouro – SP; Universidade do Vale do Sapucaí – Pouso Alegre - MG.....	117
KELSER DE SOUZA KOCK - Universidade do Sul de Santa Catarina.....	56	LUJZ RODRIGO AUGUSTEMAK DE LIMA - Universidade Estadual de Ponta Grossa.....	165
KENNY WILLIAN GELAIN - UFSC.....	109	Mª ROSEANE TENORIO MENDONÇA - Departamento de Atenção à Saúde / UNIMED-MACEIÓ (AL).....	201
KLEBER BRUM DE SÁ - Universidade do Vale do Rio dos Sinos e Universität Bayreuth.....	140	MADLA ADAMI DOS PASSOS - UNICAMP.....	53
LANA OLIONE PESSOA - EACH.....	94	MAGDA PATRÍCIA FURLANETTO - Universidade Luterana do Brasil.....	67
LARISSA ROSA DA SILVA - UFPR.....	168	MAICK DA SILVEIRA VIANA - Universidade do Estado de Santa Catarina.....	178
LEANDRO AUGUSTO ROMANSINI - UDESC.....	164	MAICON RAFAEL LINHARES - Universidade Federal de Santa Catarina.....	86
LEANDRO CAMARGO - CESAFEPP - Centro de Estudos em Saúde Atividade física e Esporte de Presidente Prudente.....	102	MÁIRA CARLINE SCHU - Universidade Federal de Santa Catarina.....	62
LEANDRO DE MATTOS COELHO - Universidade Estadual de Londrina.....	196	MANOELA MACIEL OLIZ - Universidade Federal de Pelotas.....	106
LEANDRO QUADRO CORRÊA - Escola Superior de Educação Física - UFPEL.....	61	MARCELA MOTA FREITAS - União Metropolitana de Educação e Cultura.....	56
LEANDRO SILVA ALVES - Faculdade de Tecnologia e Ciência FTC.....	115	MARCELA SENE-FIORESE - Universidade Federal de São Carlos.....	99
LEDIMAR BRIANEZI - Faculdade Adventista de Educação Física.....	172	MARCELO COSTA DE PAULA - Universidade Estadual de Campinas.....	188
LEILANE LAZAROTTO - Universidade Federal do Paraná.....	156	MARCELO COZZENSA DA SILVA - Escola Superior de Educação Física/Universidade Federal de Pelotas.....	81
LENITA ANA BIANCHETTI - CEFETSC Unidade de Jaraguá do Sul.....	94	MARCELO DE PAULA NAGEM - Universidade Estadual de Montes Claros.....	66
LEONARDO DALLA VECCHIA - SESI - Serviço Social da Indústria.....	147	MARCELO DIEDERICHS WENTZ - Universidade Federal de Santa Maria.....	186
LEONARDO LIZIERO - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul.....	156	MARCELO GONÇALVES DUARTE - Universidade Estado Santa Catarina-UDESC/CEFID.....	128
LEONARDO NEGRI MUELLER - Universidade Federal de Pelotas.....	63	MARCELO LUJZ OLIVEIRA WEBER - Associação Catarinense de Ensino - ACE.....	53
LEONARDO ROCHA DE OLIVEIRA - Universidade Estadual de Maringá.....	180		
LEONARDO TREVIZAN COSTA - Universidade Estadual Paulista - UNESP - Presidente Prudente.....	184		
LETÍCIA CALADO CARNEIRO - Universidade do Estado de Santa Catarina.....	190		
LETICIA DE VARGAS POGORZELSKI - Universidade Federal de Pelotas.....	126		

MARCELO VITOR DA COSTA - Grupo de Estudo e Pesquisa em Atividade Física e Exercício – GEPAFE (UEL).....	65	MIGUELINA AYSE-ANNY BESERRA DE MORAIS - Centro Federal de Educação Tecnológica do Ceará (CEFET/CE)– Unidade de Ensino Descentralizada (UnED) de Juazeiro do Norte	174
MARCELO ZAGER - Faculdade Estácio de Sa de Santa Catarina.....	109	MIGUEL SOARES CONCEIÇÃO - Universidade da Região da Campanha	113
MARCELO ZANUSSO COSTA - Universidade Federal de Pelotas	94	MILTON APARECIDO ANFILO - Universidade Estadual de Ponta Grossa	171
MARCIO ADRIANO BIRCK - Colégio Brasileiro Estudos Sistêmicos - CBES.....	107	MIRELE PORTO QUITES - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC	155
MÁRCIO BOTELHO PEIXOTO - Universidade Federal de Pelotas	112	MIRIAM CARLA SCHLICHTING - sem instituição	87
MÁRCIO DE ALMEIDA MENDES - Escola Superior de Educação Física - UFPEL	112	MIRIAN WERBA SALDANHA - Serviço Social da Indústria	139
MARCIO ROBSON VERZOLA - Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Santa Catarina – CBMSC	192	MONICA POSSEBON - Centro Universitário FEEVALE	162
MARCIUS DE ALMEIDA GOMES - Universidade do Estado da Bahia	114	MYLA DE AGUIAR BITTENCOURT - UFSC	131
MARCOS ALFREDO NEIVA SOUZA - Universidade do Estado da Bahia	124	NALDIANE BORELLA - Universidade Estadual do Oeste do Paraná-UNIOESTE	72
MARCOS ANTONIO DELAVEDOVA - Facvest.....	122	NATHALIA ANTIQUEIRA ASSUNÇÃO - Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo.....	78
MARCOS BERGANTIN - Unicamp	173	NATHALIA CRISTINA MATOS - Universidade Federal de Santa Catarina.....	169
MARCOS CORRÊA JUNIOR - Universidade Estadual de Londrina	91	ODIONE REIS MACHADO - Faculdade da Serra Gaúcha	159
MARCOS PRADO BARBOSA - Universidade do Estado de Santa Catarina.....	77	OLGA DENISE OLIVEIRA WAGNER - SESI - RS.....	145
MARCOS ROBERTO QUEIROGA - Universidade Estadual do Centro-Oeste - UNICENTRO-PR	182	OSMAR ANTONIO CONTE - Fasul	89
MARCUS PEIKRISZWILI TARTARUGA - Universidade Federal do Rio Grande do Sul	195	OSVALDO D. SIQUEIRA - LAFIMED/EFI ULBRA.....	134
MARCUS VINÍCIUS PALMEIRA - Universidade São Judas Tadeu - USJT	192	PAOLA NEIZA CAMACHO ROJAS - UnicenP	97
MARIA ANGÉLICA BINOTTO - Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC	135	PATRÍCIA APARECIDA GAION - Universidade Estadual de Maringá	191
MARIA CECILIA MARINHO TENORIO - Universidade de Pernambuco.....	112	PATRICIA DAURA DE SOUZA - Universidade Federal de Santa Catarina.....	113
MARIA CLARA MENEZES DE SANTANA - Faculdade Social da Bahia	72	PATRICIA ESTHER FENDRICH MAGRI - UNVILLE;BOM JESUS/IELUSC;FELEJ	73
MARIA ELIZETE POZZOBON - Universidade Comunitária Regional de Chapecó.....	58	PAULA AVER BRETANHA RIBEIRO - UNESP	114
MARIA FÁTIMA GLANER - Universidade Católica de Brasília - UCB/DF.....	142	PAULA CAROLINA TEIXEIRA MARRONI - Universidade Estadual de Maringá	171
MARIA FERMINIA LUCHTEMBERG DE BEM - UFSC.....	133	PAULA CIOL - UNIP	160
MARIA JOANA DUARTE CAETANO - Universidade Estadual Paulista - UNESP/Rio Claro	116	PAULA DA ROSA WERNKE - Universidade Federal de Santa Catarina.....	129
MARIANA AFONSO OST - Escola Superior de Educação Física - UFPel	82	PAULA DE ANDRADE HERZBERG - Universidade Federal de Pelotas	139
MARIANA JORGE DE CARVALHO STACKE - Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC)	101	PAULA MARIA DALVIO GONÇALVES - Universidade São Judas Tadeu.....	143
MARIANA ROTTA BONFIM - Unesp Presidente Prudente.....	108	PAULO FERNANDO ARAUJO DE SOUZA - Universidade Católica de Brasília.....	191
MARI DIONE FERREIRA - ULBRA	120	PAULO RICARDO MARTINS NUNEZ - UNIDERP	192
MARILISA TERESINHA DE PAULA - Centro Universitário Feevale	130	PAULO ROBERTO JANNIG - Universidade da Região de Joinville - UNVILLE.....	186
MARINA KANTHACK PACCINI - Universidade Católica de Brasília.....	102	PAULO TSUNETI - Colegio Marista de Maringá.....	166
MARINA WEIRICH DE PAULA - Pontifícia Universidade Católica do Paraná.....	170	PHILIFE GUEDES MATOS - UNISUL - Universidade do Sul de Santa Catarina	178
MARINEI LOPES PEDRALLI - Universidade de Santa Cruz do Sul	52	PRISCILLA RADEL VOLPATO - UNISUL	135
MÁRIO CARLOS WELIN BALVEDI - Universidade Estadual de Londrina	142	PRISCILLA BERTOLDO SANTOS - UFPR.....	75
MARIO RENATO DE AZEVEDO JÚNIOR - Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia. Universidade Federal de Pelotas.....	114	PRISCILLA DE LIMA ARAUJO - FACVST	122
MARIO ROBERTO GUARIZI - UNESP - Faculdade de Ciencia e Tecnologia - Pres. Prudente.....	118	PRISCILLA SEVERO RODRIGUES - UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA	93
MARISE BOTTI - Universidade Federal de Santa Catarina.....	76	RAFAELA MENDES - Faculdade Estácio de Sá Santa Catarina.....	158
MARLOS RODRIGUES DOMINGUES - Universidade do Vale do Rio dos Sinos e Universidade Federal de Pelotas	54	RAFAELA PILEGI DADA - cesumar	81
MARLY BARETTA - Universidade do Oeste de Santa Catarina / Unoesc / Joaçaba.....	88	RAFAEL DA SILVA FERNANDES - Universidade Federal de Santa Catarina.....	181
MARTINA KIELING SEBOLD BARROS ROLIM - UDESC / Unisul.....	90	RAFAEL DE WERK - UNIDERP - Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal / CNPQ Conselho Nacional de Desenvolvimento e Pesquisa.....	61
MARUÍ WEBER CORSEUIL - Universidade Federal de Santa Catarina.....	162	RAFAEL MIRANDA TASSITANO - Universidade de Pernambuco.....	84
MATEUS BAPTISTA DO NASCIMENTO - Associação Desportiva para Deficientes / Universidade Paulista.....	59	RAILDO DA SILVA COQUEIRO - Programa de Pós-graduação em Educação Física – PPGEF/UFSC. Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria & Desempenho Humano. Bolsa: CNPq.....	137
MATHEUS AMARANTE DO NASCIMENTO - Universidade Estadual de Londrina.....	61	RANIELI GEHLEN ZAPNELINI - Centro Universitário Feevale	102
MATHEUS EMMANUEL VAN TOL AMARAL GUERRA - Universidade Federal de Santa Catarina.....	75	RAPHAEL MAFRA - Universidade Católica de Brasília	57
MATHEUS GIACOBBO GUEDES - Universidade Federal do Rio Grande do Sul	189	RAQUEL KERPEL - UFSC - Universidade Federal do Estado de Santa Catarina	84
MAUREN DA SILVA SALIN - Associação Educacional Luterana Bom Jesus - IELUSC	134	RAQUEL PETRY - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC	103
MAYARA HÖRNER BRUCZNITSKI - Universidade Federal de Santa Catarina.....	105	RAQUEL PINHEIRO GOMES - Universidade Estadual de Santa Catarina- CEFID/ UDESC.....	104
MICHEL BARBOSA DE ARAUJO - Universidade Estadual Paulista - Unesp - Rio Claro	174	RAYMUNDO PIRES JUNIOR - Unopar - Universidade Norte do Paraná	89
MICHELE MEDEIROS SILVEIRA - Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC.....	144	REINALDO DO NASCIMENTO DA SILVEIRA - Universidade do Extremo Sul Catarinense- UNESC.....	116
MICHELE SCHULTZ RAMOS DE ANDRADE - Universidade de São Paulo.....	174	RENAN MAGALHÃES MONTENEGRO JÚNIOR - UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ - UFC.....	181
MICHELI OTT PIRES - Universidade Federal de Pelotas	51	RENATA GOMES DOS SANTOS - Universidade Federal de Santa Maria/UFSM	92
		RENATA LABRONICI BERTIN - UFPR	99
		RENATA MORAES BIELEMANN - Centro de Pesquisas Epidemiológicas - UFPEL.....	173
		RENATA TISCOSKI NESI - UNESC - Universidade do Extremo Sul Catarinense.....	143

RENATO ANDRÉ SOUSA DA SILVA - Centro Universitário UNIEURO.....	53	SILVIO APARECIDO FONSECA - Universidade Estadual de Santa Cruz – UESC; Grupo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde – G-PAF / UESC	201
RICARDO AMBONI - Universidade Federal de Santa Catarina	67	SIMONE APARECIDA PEREIRA MARQUES - Universidade Federal de Santa Maria ..66	
RICARDO DE ALMEIDA PIMENTA - UFSC	152	SIMONE KRABBE - Escola Estadual Marquês de Maricá - Vila Lângaro/RS.....	121
RICELLY CRISTIANE NAZÁRIO - Universidade do Extremo Sul Catarinense - UNESC.....	126	SIMONE TERESINHA MEURER - Universidade Federal de Santa Maria.....	90
RICHARD FERREIRA SENE - Universidade do Sul de Santa Catarina.....	109	STEFANIA XAVIER DA SILVA - Unimontes	153
RITA DE CÁSSIA CLARK TEODOROSKI - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina.....	157	STEPHANIE SANTANA PINTO - Universidade Federal do Rio Grande do Sul	197
ROBERTA LIDIANE DE OLIVEIRA ESTEVES - Universidade Estadual de Londrina...103		SUELEN MEIRA GÓES - Universidade Federal do Paraná.....	105
ROBERTO CARLOS BARRERA GARCIA - UDESC	193	SUSANE GRAUP - UFSC	111
ROBSON GEIGER BRAGA - Unilasalle.....	120	SUZIANE DE ALMEIDA PEREIRA MUNARO - IERP.....	67
ROCHELLI VILMA DE OLIVEIRA - Associação Educacional Luterana Bom Jesus/ IELUSC	190	TAÍS GAUDENCIO MARTINS - Universidade Federal de Santa Catarina.....	51
RODOLFO ANDRÉ DELLAGRANA - Universidade Estadual de Ponta Grossa	107	TALES EMILIO COSTA AMORIM - ESEF/UFPeL	170
RODRIGO DA ROSA IOP - Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL.....	103	TALITA LIMA CHECHIN CAMACHO ARREBOLA - UNOPAR - Universidade Norte do Paraná.....	154
RODRIGO MENDES COSTA - E.E.M.A.S.A.-Escola Estadual Maria Augusta Silva Araújo.....	95	TALITA S. MULLER – SESI-SC	199
ROGÉRIO CÉSAR FERMINO - Laboratório de Cineantropometria e Gabinete de Estatística Aplicada. Faculdade de Desporto. Universidade do Porto, Porto - Portugal	85	TÂNIA R.BERTOLDO BENEDETTI - UFSC	140
ROGÉRIO TOSTA DE ALMEIDA - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia / Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva-UEFS.....	163	TATIANA MONTENEGRO - UniFMU	144
RONEI SILVEIRA PINTO - Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS).....	168	TATIANE HALLAGE - Universidade Federal do Paraná	131
ROSEMARY RAUCHBACH - Secretaria Municipal do Esporte e Lazer de Curitiba - Programa Curitibatva.....	129	TATIANE TROMBINI - Secretaria Municipal de Saude	137
ROSEMERI PEIRÃO - Universidade Federal de Santa Catarina	186	TERESA MARIA BIANCHINI DE QUADROS - Universidade Federal de Santa Catarina.....	55
ROSILENE MORAES DIEHL - Universidade Luterana do Brasil.....	202	THAIS DE OLIVEIRA SAGAWA - Universidade de São Paulo	175
ROSIMEIDE FRANCISCO SANTOS LEGNANI - UEL - Universidade Estadual de Londrina	119	THIAGO BRUDER NASCIMENTO - Unesp.....	143
ROZANA APARECIDA DA SILVEIRA - CEFID/UDESC.....	197	THIAGO HENRIQUE MACHADO MADUREIRA - Universidade Paranaense - UNIPAR.....	128
RUBENS JOSÉ BABEL JUNIOR - Universidade Federal de Santa Catarina.....	65	THIAGO KRZESINSKI DOS SANTOS - Universidade Federal do Paraná	95
RÚBIA BERNARDES - Universidade Luterana do Brasil	146	THIAGO ROZALES RAMIS - Escola Superior de Educação Física-Universidade Federal de Pelotas.....	73
RUI GONÇALVES MARQUES ELIAS - Universidade Estadual de Maringá	64	THIAGO TERRA BORGES - ESEF/UFPeL	59
SABRINA RIBEIRO JORGE - UFPR.....	167	TIAGO CETOLIN - Faculdade da Serra Gaúcha	80
SABRINA SILVA DA ROSA - Universidade Federal de Santa Catarina.....	185	TIAGO COSTA BAPTISTA - UNISUL	202
SABRINA TOFFOLI LEITE - Universidade Estadual de Campinas.....	138	TIAGO MANJOURANY LEIVAS - Universidade de Caxias do Sul.....	176
SANDRA AIRES FERREIRA - Núcleo de Atividade Física, Esporte e Saúde - NAFES/ UNESP-Rio Claro-SP.....	150	TIAGO PAIVA MENANDRO GARCIA DE FREITAS - UDESC	76
SANDRA APARECIDA BENITE RIBEIRO - Universidade do Porto - FADEUP; Universidade Federal de Goiás, Campus Jataí.....	84	TÚLIO RANGEL DE CAMARGO PACHECO - Universidade Estadual de Londrina.....	58
SANDRA FACHINETO - Universidade do Oeste de Santa Catarina - UNOESC, campus de São Miguel do Oeste.....	188	UBIRATAN ROEHRIS PEREIRA - Universidade Luterana do Brasil.....	177
SARA TERESINHA CORAZZA - Universidade Federal de Santa Maria.....	72	VALBÉRIO CANDIDO DE ARAÚJO - Universidade Federal de Santa Catarina	83
SARAY GIOVANA DOS SANTOS - Universidade Federal de Santa Catarina.....	181	VALERIA AUCAR DE TOLLA - UFSC.....	101
SARILA HALI KLOSTER - Cesumar - Centro Universitário de Maringá.....	69	VALÉRIA CALEGARI DOS SANTOS - Faculdade Euclides da Cunha - FEUC.....	124
SCHELYNE RIBAS DA SILVA - Universidade Estadual de Maringá	164	VALÉRIA HEYDRICH - Faculdade da Serra Gaúcha.....	164
SCHEYLA PAULA BOLLMANN OLESKOVICZ - Faculdade Estácio de Sá de Santa Catarina.....	135	VALTER CORDEIRO BARBOSA FILHO - Universidade Federal do Ceará.....	99
SELMA REGINA S. BARBOSA - UNIVERSIDADE DE FORTALEZA - UNIFOR	74	VANESSA CAROLINE CAMPOS - Universidade Federal de Santa Catarina	115
SELVA MARIA GUIMARÃES BARRETO - Universidade Federal de São Carlos - UFSCar.....	149	VANESSA ROCHA MATHIAS - Faculdades Integradas Fafibe.....	56
SHANA GINAR DA SILVA - Escola Superior de Educação Física/UFPeL	150	VÂNIA DE FÁTIMA MATIAS DE SOUZA - Universidade Estadual de Maringá.....	119
SHELLA TRIBESS - Universidade Federal do Piauí.....	52	VANUSA MENDES - Unioeste- Universidade Estadual do Oeste do Paraná	185
SILENE BARBOSA MONTORO - Depto. de Pediatria / Faculdade de Ciências Médicas / Unicamp.	166	VIKTOR SHIGUNOV - Universidade Federal de Santa Catarina	176
SILVANO KRUCHELSKI - Secretaria Municipal do Esporte e Lazer de Curitiba - Programa Curitibatva.....	182	VINICIUS POLONI LOPES - UNICENP.....	151
SILVANA SILVA DE ARAÚJO - Universidade Tiradentes	157	VITOR CESAR MOREIRA - Faculdade Assis Gurgacz	95
SÍLVIA DO NASCIMENTO AQUINI - Universidade do Estado de Santa Catarina	92	VITOR HUGO STELLE - Universidade Estadual de Londrina.....	167
SÍLVIA SALETE OZELAME - Universidade Federal de Goiás.....	147	VIVIANE APARECIDA PEREIRA DOS SANTOS - Universidade Estadual de Maringá	171
SILVIA TREVISAN - SESI.....	151	WAGNER MORAES DA SILVA - SESI.....	148
SILVIO APARECIDO FONSECA - Universidade Estadual de Santa Cruz - UESC.....	54	WALLACY MILTON DO NASCIMENTO FEITOSA - Associação Caruaruense de Ensino Superior.....	147
		WANDERLEI O. GONSALEZ - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC	198
		WHYLLERTON MAYRON DA CRUZ - CEFID UDESC	100
		WILLIAM ALVES LIMA - UniEvangélica Centro Universitário	85
		WILLIANN BRAVIANO MARIA - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC/ CEFID	83
		WINSTON ISIO BOFF PEREIRA DE SOUZA - Universidade Estadual de Santa Catarina.....	182
		WLADYMYR KÜLKAMP - Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC	191
		ZELINA BERLATO BONADIMAN - UNIOESTE - PR.....	200