



**Unit**  
UNIVERSIDADE TIRADENTES

 **LABIMH**  
LABORATÓRIO DE BIOCÊNCIAS  
DA MOTRICIDADE HUMANA

## II CIAFIS

UNIVERSIDADE TIRADENTES

# FICHA CATALOGRÁFICA

Congresso internacional de atividades física, nutrição e saúde (21 set 2016)  
Aracaju-SE)

C749

Anais do 2º Congresso internacional de atividade física, nutrição e saúde. /  
Coordenação [de] Carla Daniela Kohn , Estélio Henrique Marin Dantas. –  
Aracaju: UNIT, 2016.

**Inclui bibliografia.**

**ISSN 2526-3412**

1. Anais – congresso, 2. Trabalhos. 3. Resumos. I. Kohn, Carla Daniela. II.  
Dantas, Estélio Henrique Marin. III. Universidade Tiradentes - UNIT. IV.  
Titulo.

CDU: 62:061

## **2º CONGRESSO INTERNACIONAL DE ATIVIDADE FÍSICA, NUTRIÇÃO E SAÚDE - Setembro de 2016**

**Realização UNIT:** Curso de Educação Física da Universidade Tiradentes  
Curso de Nutrição da Universidade Tiradentes  
Curso de Fisioterapia da Universidade Tiradentes

## **GRUPO TIRADENTES**

Luiz Alberto de Castro Falleiros  
Mozart Neves Ramos  
Richard Doern

**Conselho de Administração**

Jouberto Uchôa de Mendonça Júnior  
**Superintendente Geral**

Temisson José dos Santos  
**Superintendente Acadêmico**

Ihanmarck Damasceno dos Santos  
**Superintendente de Relações Institucionais e Mercado**

André Tavares Andrade  
**Superintendente Administrativo Financeiro**

## **UNIVERSIDADE TIRADENTES**

Jouberto Uchôa de Mendonça  
**Reitor**

Amélia Maria Cerqueira Uchôa  
**Vice – Reitora**

Juliana Cordeiro Cardoso  
**Diretora de Pesquisa e Extensão**

Arleide Barreto  
**Diretora de Graduação**

Silvio Gusmão de Holanda Melo  
**Coordenador do Curso de Educação Física**

Estélio Henrique Martin Dantas  
**Coordenador Adjunto do Curso de Educação Física**

Hugo José Xavier Santos  
**Coordenador do Curso de Nutrição**

Luciana Beatriz Silva Zago  
**Coordenador do Curso de Fisioterapia**

# APRESENTAÇÃO

O 2º Congresso Internacional de Atividade Física, Nutrição e Saúde proporcionou discussão, reflexão e prática acerca das bases teórico-metodológicas dirigidas às intervenções na área de Atividade Física, Nutrição e Saúde, apontando novas perspectivas relacionadas ao legado das olimpíadas e parolimpíadas realizadas no Brasil no corrente ano.

Além do crescimento econômico das cidades que sediaram as olimpíadas, observa-se investimentos em infraestrutura esportiva, com centros de treinamentos que envolvem as áreas foco desse congresso poderão auxiliar na qualidade de vida dos atletas brasileiros. Outro legado importante é a mudança de hábitos de saúde da população brasileira, podendo causar um impacto positivo entre crianças e jovens.

Tais discussões realizadas servirão para subsidiar uma análise crítica sobre a atuação do profissional de Educação Física, Nutrição e das áreas envolvidas na saúde humana, no Brasil e no Estado de Sergipe. É inadiável, portanto, que os acadêmicos e os professores de todas as áreas do conhecimento, conscientizem-se de que é necessário atualização e capacitação constante.

Aracaju, setembro de 2016.

Nara Michelle Moura Soares  
**Presidente do Comitê Científico**

## Legado Olímpico: uma herança multidisciplinar”

Por que a mídia se preocupou tanto com o legado olímpico, ao longo do ciclo 2012/2016? É fácil entender. Diante dos gastos anunciados e baseado no que aconteceu nos países que sediaram anteriormente o maior evento esportivo do planeta, todos querem saber o que acontecerá “depois dos Jogos”.

Para a imensa maioria, legado se resume às construções, obras, edifícios, estádios, ginásios, pistas, linhas de metrô, ônibus, trens, aeroportos, etc., implantados ou reformados, na cidade-sede, no caso, o Rio de Janeiro. Nada mais natural, uma vez que aí se concentram os aspectos que mais influem no dia a dia da população: mobilidade urbana, parques olímpicos, urbanização, saneamento, meio ambiente, escolas.... No entanto, o país, como um todo, acaba se beneficiando de um leque bem mais amplo de benefícios, tangíveis e intangíveis.

No caso brasileiro, considerando as atividades ligadas diretamente ao campo esportivo, vale a pena uma análise mais acurada:

- o Comitê Olímpico do Brasil (COB), a partir de 2009, elaborou um plano estratégico e estabeleceu uma meta ousada a ser atingida em 2016. Em colaboração estreita com as Confederações e com apoio dos Ministérios do Esporte e da Defesa, trabalhou baseado em projetos, submetidos a um conselho estratégico, e acompanhados de perto, em sua execução, pela Diretoria de Esportes. Essa profissionalização garantiu e garantirá o emprego judicioso de recursos e um aperfeiçoamento irreversível e crescente da estrutura esportiva das Confederações;

- a partir daquela mesma data, o Instituto Olímpico Brasileiro (IOB), braço de educação do COB, qualificou, em sucessivos cursos gratuitos, de indiscutível qualidade, mais de trezentos treinadores de alto rendimento e duzentos gestores de alto nível, ligados, em sua grande maioria, a Confederações, Federações, Clubes e Forças Armadas. Desse trabalho, esperam-se grandes resultados, em futuro próximo;

- as equipes multidisciplinares consolidaram sua importância na preparação das equipes do Time Brasil. Trabalhando em conjunto, treinadores, pesquisadores, médicos, psicólogos, fisioterapeutas, biólogos e nutricionistas, ganharam experiência e bagagem de conhecimentos;

- as Forças Armadas, preocupadas em se apresentar com destaque nos Jogos Mundiais Militares de 2011, criaram o Programa Atletas de Alto Rendimento. Exército, Marinha e Aeronáutica selecionaram atletas por meio de editais públicos e proporcionaram a eles um estágio idêntico aos dos sargentos temporários de outras especialidades. Os aprovados passaram a contar com um apoio efetivo de hospedagem, alimentação, locais de treino, saúde e outros benefícios. O sucesso da iniciativa fica provado pela presença de 145 militares entre os 465 atletas da delegação brasileira;

- a fantástica cobertura da mídia, durante os jogos, concedeu visibilidade e publicidade inéditas às 42 modalidades em disputa. Inúmeros brasileiros, principalmente as crianças, poderão se tornar praticantes de algumas modalidades pouco conhecidas por aqui;

- para fazer face aos grandes eventos que, desde 2007, se sucederam, no Brasil, (Pan-americano, Jogos Mundiais Militares, Copa das Confederações, Copa do Mundo e Jogos Olímpicos), os três níveis de governo destinaram recursos para construção de instalações esportivas, em todo o país. Essas instalações ajudarão muito na busca de talentos e poderão sediar competições de nível internacional. As “cerejas do bolo” são, obviamente, os Parques Olímpicos da Barra da Tijuca e de Deodoro, no Rio de Janeiro, que devem se transformar em modernos e bem estruturados Centros de Treinamento;

- as operações de suporte aos atletas - plano de treinamento, alojamento, uniforme, equipamento, alimentação, ciências do esporte. Atualmente, nossas equipes competem em igualdade de condições com as dos países mais desenvolvidos do mundo;

- finalmente, a contratação de mais de quarenta renomados treinadores estrangeiros para dirigir as equipes do Time Brasil possibilitou a assimilação de ensinamentos valiosos por suas respectivas equipes técnicas e por nossos atletas.

Dentro do amplo conceito de legado olímpico, essas expressivas conquistas merecem ser preservadas e aperfeiçoadas. Recursos humanos e manutenção de instalações dependem de investimento permanente e gradual. Entretanto, mais do que isso, precisamos, com urgência, não só atrair o apoio de empresas privadas ao esporte de alto rendimento, mas, sobretudo, implantar uma Política Nacional do Esporte, conduzida pelo Estado Brasileiro, sem cunho partidário, que restabeleça a prática regular, curricular e pedagógica da Educação Física. Esse tem sido o instrumento das grandes potências olímpicas para proporcionar aos jovens formação corporal, higidez funcional e, paralelamente, buscar talentos, capazes de chegar ao pódio.

**Augusto Heleno Pereira**  
**Diretor de Comunicação e Educação Corporativa do Comitê Olímpico Brasileiro**

# COMISSÃO ORGANIZADORA

Mcs Prof<sup>a</sup>. Carla Daniela Kohn  
Phd. Prof. Estélio Henrique Marin Dantas  
**Coordenação Geral**

Mcs. Prof. Ayrton Moraes Ramos  
**Comissão de Credenciamento**

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Nara Michelle Moura Soares  
**Comissão Científica**

# COMISSÃO CIENTÍFICA

## **Presidente**

Profª Drª Nara Michelle Moura Soares

## **Editores de Seção**

Esp. Gracielle Costa Reis – Universidade Tiradentes  
Esp. Layanne de Oliveira Barros – Universidade Tiradentes  
Esp. Mona Gizelle Dreger de Oliveira – Universidade Federal De Sergipe  
Esp. Thaysa Passos Nery Chagas – Universidade Federal De Sergipe  
Profª. Andressa Melo Alves – Universidade Federal De Sergipe  
Profª. Dyna Rosy Alves de Oliveira – Secretaria Do Estado Da Educação  
Profª. Kenia Rejane de Oliveira Batista – Universidade Federal De Sergipe

## **Pareceristas**

Dr. Fábio Neves Santos – Universidade Tiradentes  
Dr. Hugo José Xavier Santos – Universidade Tiradentes  
Dr. Paulo Autran Leite Lima – Universidade Tiradentes  
Dr. Pedro Jorge Maraes Menezes – Universidade Federal de Sergipe  
Dr. Robélius De Bortoli – Universidade Federal de Sergipe  
Dr. Rudy José Nodari Júnior - Universidade do Oeste de Santa Catarina  
Drª. Camila Ferreira Vorkapic – Universidade Tiradentes  
Drª. Carla Menêses Hardman – Faculdade De Comunicação, Tecnologia e Turismo de Olinda  
Drª. Ingrid Ganda – Universidade Tiradentes  
Drª. Livia De Melo Barros – Universidade Tiradentes  
Drª. Melina Silva Alves – Universidade Tiradentes  
Drª. Núbia Josania Paes de Lira – Universidade Tiradentes  
Drª. Valéria Reis Barcellos – Laboratório de Biomotricidade Humana (Unit)  
Msc. Ayrton Moraes Ramos – Universidade Tiradentes  
Msc. Eduardo Teles de Oliveira – Universidade Tiradentes  
Mcs. Eliane Gomes da Silva Borges - Universidade Castelo Branco  
Msc. Felipe Lima de Cerqueira – Universidade Tiradentes  
Msc. Jadson Lima – Instituto Federal Da Bahia  
Mcs. Jorge Rollemberg dos Santos – Universidade Tiradentes  
Mcs. Luís Paulo Souza Gomes – Universidade Tiradentes  
Mcs. Marcus Vinícius Santos do Nascimento – Universidade Tiradentes  
Mcs. Raphael Fabrício de Souza – Universidade Federal De Sergipe  
Mcs. Talita Kizzy Barbosa dos Santos – Universidade Tiradentes  
Mcs. Tatiana Maria Palmeira dos Santos – Universidade Tiradentes



# PROGRAMAÇÃO

## CREENCIAMENTO

Local: Terraço da Biblioteca Data:21.09.2016 Horário: 18:00h

## SOLENIDADE DE ABERTURA

**Local: Terraço da Biblioteca Data:21.09.2016 Horário: 19:00h**

**Palestra de Abertura:** Perspectivas Futuras da Ciência da Nutrição aplicada ao Esporte - Dr. Erick Prado de Oliveira

## PROGRAMAÇÃO- Educação Física

### Dia 21.09.2016- Auditório Padre Melo

8:00 às 9:00h: **Conferência:** Legado Olímpico e o Esporte Brasileiro – Dr. Arnaldo Tenório (UFAL)

9:00 às 10:30h: **Mesa Redonda:** Olimpíada, Esporte e Ciência –Me. Ayrton Moraes (UNIT), Jorge Rollemberg (UNIT), Dr. Afrânio de Andrade Bastos (UFS)

11:00 às 12:00h: **Conferência:** Psicologia, Esporte Olímpico e Paralímpico – Dr<sup>a</sup>. Maria Regina Brandão (USJT)

8:00 às 22:00h: **Atividades Científicas-** apresentação de banners e trabalhos orais

### Dia 21.09.2016- Auditório 2 do Bloco G

8:00 às 9:00h: **Conferência:** Formação e Legado Olímpico: a experiência IOB – Dr. Augusto Heleno (AOB)

9:00 às 10:30h: **Mesa Redonda:** Multidisciplinaridade e Legado Olímpico – Dr<sup>a</sup>. Andrea Guimarães (UFSJ), Prof. Ailton Oliveira (UFS), Me. José Robson (UNIT)

11:00 às 12:00h: **Mesa Redonda:** Core Training e Treinamento Funcional na Terceira Idade – Prof. Antônio Gomes de Resende Neto (UFS), Prof<sup>a</sup>. Marta Silva Santos (UFS)

### Dia 22.09.2016- Auditório Padre Melo

8:00 às 9:00h: **Conferência:** Programas de Intervenção Comunitária em Atividade Física e Saúde – Dr. Roberto Jerônimo dos Santos Silva (UFS)

9:00 às 10:30h: **Mesa Redonda:** Novas Contribuições para as Ciências do Esporte –Dr. Marzo Edir da Silva Grigoletto (UFS), Madson Rodrigo (UNIT)

11:00 às 12:00h: **Conferência:** Factores determinantes del desempeño de los deportistas en Chile. El caso de los deportistas de alto rendimiento – Dr. Jorge Flandez (Chile), Dr. Victor Jacques (Chile)

19:00 às 20:00h: **Conferência:** Perspectivas Futuras das Ciências do Esporte – Dr. José Moncada (Costa Rica)

20:00 às 21:30h: **Mesa Redonda:** Legado Olímpico para a Educação Física de Sergipe – Prof. Gilson Dória (CREF), Me. Silvio Gusmão (UNIT), Carlos Eloy (Prefeitura de Aracaju)

08:00 às 22:00h: **Atividades Científicas-** apresentação de banners e trabalhos orais

### **Dia 22.09.2016- Auditório 2 do Bloco G**

8:00 às 9:00h: **Conferência:** Marcas Genéticas Dermatológicas e Rendimento Esportivo – Dr. Rudy Nodari (UNOESC)

9:00 às 10:30h: **Mesa Redonda:** Olimpíada, Ciência e Inovação – Prof. Francisco Miguel Pinto (EPB), Prof. Felipe Aidar (UFS)

11:00 às 12:00h: **Mesa Redonda:** Novas Evidências do Treinamento Físico – Me. Hugo Nivaldo Melo (UFS), Me. Rodrigo Miguel dos Santos (UFS), Luan Morais Azevêdo (UFS)

19:00 às 20:00h: **Conferência:** Software da avaliação técnico-tática do futebol – Dr. Robélius de Bortoli (UFS)

20:00 às 21:30h: **Mesa Redonda:** Biotecnologias e Esporte – Dr. Eduardo Seixas Prado (UFAL), Dr<sup>a</sup>. Ingrid Ganda (UNIT).

### **Dia 23.09.2016- Auditório Padre Melo**

8:00 às 9:00h: **Conferência:** Sistema CONFEEF/CREF e o Legado Olímpico – Dr. Sérgio Sartori

9:00 às 10:30h: **Palestra:** Abordagem Sistêmica aplicada no Ensino e Treinamento dos Esportes Coletivos: moda ou necessidade – Dr. Marcos Antônio Mattos dos Reis

20:00 às 21:30h: **Mesa Redonda:** Formação de recursos humanos para o Esporte de Rendimento – Dr. Antônio Carlos Gomes (ABT), Me. Ivaldo Brandão Vieira (CPB), Jorge Rollemberg (UNIT)

08:00 às 22:00h: **Atividades Científicas-** apresentação de banners e trabalhos orais

### **Dia 23.09.2016- Auditório 2 do Bloco G**

8:00 às 9:00h: **Conferência:** Gestión Deportiva FIFA-CIES – Dr. Yamileth Chacón (UCR)

9:00 às 10:30h: **Mesa Redonda:** Olimpíada, Psicologia e Psiquiatria Esportiva.– Dr<sup>a</sup>. Camila Vorkapic. (UNIT), Dr. Marcelo Mingon (UNIRIO), Dr. Alvaci Resende. (UNIT)

19:00 às 20:00h: **Conferência:** A EsEFEx e o Esporte Nacional – Dr. Luiz Fernando Medeiros Nóbrega (EsEFEx)

20:00 às 21:30h: **Mesa Redonda:** Esporte Militar: Celeiro de Atletas Olímpicos? – Me. Rafaella Bauerfeldt Lopes (MB), Me. Josué Moraes (Rio 2016), Me. Marcelo Aquino (UNIT)

### **Dia 22.09.2014 – MINICURSOS**

**Curso 1** – Step e Jump: ritmo e contagem do “oito” para a aula de ginástica aeróbica- Ministrante: Esp. Simone Araújo da Silva

**Curso 2-** Abordagem cognitivista e ecológica no ensino do futebol – Ministrante: Me. Marcos Antônio Mattos

**Curso 3** – Treinamento a longo prazo e sua relação com o processo de formação do atleta de alto rendimento – Ministrante: Esp. Arnaldo Tenório da Cunha Júnior

### **23.09.2016 – MINICURSOS**

**Curso 3** – Treinamento a longo prazo e sua relação com o processo de formação do atleta de alto rendimento – Ministrante: Esp. Arnaldo Tenório da Cunha Júnior

**Curso 4** – Hidrocinesioterapia- Ministrante: Esp. Lenita Ferreira Caetano

**Curso 5** – Ritmo e contagem do “oito” para aulas neuromusculares: localizada, alongamento e flexibilidade – Ministrante: Esp. Simone Araújo Silva

**Curso 6** - ARDM – Reeducação Dinâmica Muscular: análise e exercícios corretivos – Ministrante: Dr. Francisco Miguel

## **24.09.2016 – MINICURSOS**

**Curso 7** - Aspectos Táticos Do Futsal: Teoria e Prática – Ministrante: Esp. Graciele(Unit)

**Curso 8** - Dermatoglífia na Prescrição de Exercícios e na Orientação de Talentos – Ministrante: Dr. Rudy Nodari

**Curso 9** - Treinamento Funcional e Core Training – Ministrante: Me. Eduardo Teles

**Curso 10** - Exercício Físico para a melhora da autonomia e qualidade de vida de idosos – Ministrante: Me. Andrea Carmem

**Curso 11** - Pilates para Gestantes – Ministrante: Esp. Jeison

**Curso 12** - Esporte Paralímpico – Ministrante: Esp. Ivaldo Brandão (CPB)

**Curso 13** - Psiquiatria Esportiva– Ministrante: Dr. Marcelo Mingon (UNRIO)

**Curso 14** - Jogos Corporativos – Ministrante: Me. Maria de Fátima Mendonça da Silva

**Curso 15** - Estratégias Motivacionais em Fitness – Ministrante: Dr. Camila V.

**Curso 16** - Preparação Física para o Basquete – Ministrante: Rafaella Bauerfeld (MB)

**Curso 17** - Preparação Física para o Judô – Ministrante: Josué Moraes, Ph.D. (Rio 2016)

**Curso 18** - Treinamento de Força para Hipertensos – Ministrante: Rodrigo Miguel dos Santos

**Curso 19** - Mat Pilates – Ministrante: Jeison

**Curso 20** - Iniciação A Ginástica Artística – Ministrante: Danillo Reis dos Santos

**Curso 21** - Personal Training– Ministrante: Madson Rodrigo

**Curso 22** - Análise de jogo aplicada ao futebol profissional – Ministrante: Me. Marcos Antônio Mattos dos Reis

## **PROGRAMAÇÃO- Fisioterapia**

### **Dia 22.09.2016- Auditório B- Bloco G**

8:00 às 9:00h: **Conferência:** Impacto da Sarcopenia na funcionalidade dos idosos- Tássia Virginia de Carvalho Oliveira (Se) .

9:00 às 10:00h: **Conferência:** Tratamento e prevenção de entorses de tornozelo- Aline Carla Araújo Carvalho

11:00 às 12:00h: **Conferência:** Agachamento: Mitos e verdades – Hugo Gustavo Franco Sant'ana

14:00 às 15:30hs: **Mesa Redonda:** Experiência internacional em fisioterapia esportiva Hugo Gustavo Franco Sant'ana (Al),

Arivan Oliveira Gomes Junior (Ba),

Caroline Dias Lebre Dantas (Se)

15:30 às 16:30hs – **Conferência:** Crioterapia com compressão computadoriza- Felipe Willian Maia

16:30 às 17:30hs- **Conferência-** Reabilitação Aquática- Lenita Ferreira Caetano

17:30 às 18:30hs- **Conferência-** Prevenção de lesões no esporte- Arivan Oliveira Gomes Junior (Ba)

18:30 às 20:00hs- **Mesa Redonda-** Fisioterapia esportiva em Sergipe

Emmanoel Aragão Sampáio (Se)

Felipe Lima De Cerqueira

8:00 às 22:00h: **Atividades Científicas**- apresentação de banners e trabalhos orais

### **Dia 23.09.2016- Auditório B do Bloco G**

8:00 às 9:00h: **Conferência:** O uso da CIF na construção de indicadores de tratamento – Jader Pereira De Farias Neto (Se)

9:00 às 10:00h: **Conferência:** Pilates Nas Lesões Esportivas

Gleiviane Matos Do Nascimento

10:00 às 11:00h: **Conferência** Evidências para o tratamento da dor patelofemoral- Gabriel Peixoto Leão Almeida

11:00 às 12:30hs - **Mesa Redonda**- Atualidades em reabilitação do LCA em atletas- Paulo Márcio Pereira Oliveira (Se) E Protasio Vasconcelos

15:00 às 16:00hs- Conferência- Lesão em corredores- **GUILHERME DE ANDRADE LYRA BARBOSA (AL)**

16:00hs às 17:00hs - **Conferência**- Fatores preditores para alta após reconstrução do LCA- Gabriel Peixoto Leão Almeida

17:00 às 18:00hs- **Conferência**- A complexidade das lesões musculares em jogadores de futebol- Guilherme de Andrade Lyra.

18:00 às 19:00hs- **Conferência** - Discinesia do abro no atleta arremessador- Marcos Tadeu Grzelczak

### **PROGRAMAÇÃO- Nutrição**

#### **Dia 21.09.2016-**

08h as 12h - **Minicurso 12** – Educação Nutricional e Qualidade de Vida

Palestrante: Thays Ataíde e Silva Ph.D (UFPE)

Local: Auditório Bloco C

08 as 12h - **Minicurso 13** – Obesidade e Plantas Medicinais: Uso popular x Evidências científicas.

Palestrante: Luana Mendonça Cercato (UNIT)

Local: Auditório Padre Arnóbio

19 as 19:30 **Cerimônia de Abertura** – Teatro Tiradentes – Campus Centro

19:30 as 20:30 **Conferência Magna** - Perspectivas Futuras da Ciência da Nutrição aplicada ao Esporte - Erick Prado de Oliveira PhD

21:30 as 22h **Apresentação Cultural** – teatro tiradentes – Campus Farolândia

#### **Dia 22.09.2016- Auditório Padre Arnóbio**

08 as 09hs - **Conferência:** Esportes coletivos: Como a intervenção do nutricionista pode fazer diferença no rendimento da equipe

Palestrante: Mirtes Stancanelli

Local: Auditório Padre Arnóbio – Bloco D

09h as 10:30 **Mesa Redonda:** Novas Contribuições para as Mudanças do Comportamento Alimentar

Palestrantes: Paradesporto – Talita Kizzy MSc (UNIT)

Golbol – Mirtes Stancanelli, Ph.D.(UNICAMP)

Criança e adolescente - Márcia F. Cândido de Souza Msc. (UFS)

Local: Auditório Padre Arnóbio – Bloco D

11hs as 12hs **Conferência:** Pesquisas Científicas e Obesidade: Estudos *ex vivo* e *in vivo*

Palestrante: Luana Mendonça Cercato (UNIT)

Local: Auditório Padre Arnóbio – Bloco D

**Dia 22.09.2016- Auditório Bloco C**

08 as 09hs - **Conferência:** Alimentos x Suplementos: uma análise da real contribuição no desempenho esportivo

Palestrante: Raquel Simões Mendes Netto, Ph.D. (UFS)

Local: Auditório Bloco C

09hs as 10:30hs - **Mesa Redonda:** Aspectos Nutricionais do desempenho esportivo

Palestrantes: Lutas - Marcus Vinicius MSc (UNIT)

Ginástica - Renata Rebello Mendes, Ph.D.(UFS)

Corridas – Washington Paixão, (UFS)

Local: Auditório Bloco C

11hs as 12hs **Conferência:** Efeitos da suplementação de B-alanina sobre a performance esportiva

Palestrante: Renata Rebello Mendes, Ph.D.(UFS)

Local: Auditório Bloco C

**14hs as 18hs -Minicurso Gastronômico 14:** Alimentação Natural

Palestrante: Nut. Suellen Dalbosco

**Local: Espaço Gourmet**

Simpósio de Pesquisa do NUPANH/UNIT HORÁRIO

**Mesa Redonda** – Cenário Atual da Pesquisa em alimentos no ITP

Programa Saúde e Ambiente – Rubens Riscala,Ph.D (UNIT)

Pesquisa: Peixes - Tatiana Palmeira MSc (UNIT)

Pesquisa: Beterraba – Heriberto Anjos MSc (UNIT)

**Local: Auditório Padre Arnóbio – Bloco D**

19 as 21hs **Mesa Redonda:** Desenvolvimento da pesquisa e ensino em Nutrição Esportiva

Palestrante: Raquel Simões Mendes Netto, Ph.D. (UFS)

Thays Ataíde e Silva, Ph.D (UFPE)

Erick Prado de Oliveira, Ph.D. (UFU)

Local: Auditório Bloco C

19hs as 20hs - **Conferência:** Novas Diretrizes da Nutrição Clínica para as Doenças Crônicas Vasculares

Palestrante: Sandra Meire Vasconcelos, Ph.D. (UFAL)

Local: Auditório Padre Arnóbio – Bloco D

20 as 22hs - **Mesa Redonda:** Novas Diretrizes das Doenças Crônicas Não Transmissíveis

Moderadora - Sandra Meire Vasconcelos, Ph.D. (UFAL)

Palestrante: Diabetes – Nut. Mayra Maynard (UNIT)

Obesidade - Cecília Vasques (HUSE)

Câncer – Marcela Nascimento

Local: Auditório Padre Arnóbio – Bloco D

### **Dia 23.09.2016**

08hs às 12hs - **Minicurso 15:** Nutrição na era pós-genoma

Ana Mara de Oliveira e Silva (Ph.D – UFS)

Liliane Viana Pires (Ph.D – UFS)

**Local: Auditório Bloco C**

**08hs às 12hs Minicurso 16:** Recomendações nutricionais e de suplementação para hipertrofia muscular para o jovem e o idoso

Palestrante: Erick Prado de Oliveira, Ph.D. (UFU)

**Local: Local: Auditório Padre Arnóbio – Bloco D**

**08 às 12hs Minicurso 17:** Estratégias Dietéticas na perda de peso entre participantes de exercícios e atletas

Palestrante: Raquel Simões Mendes Netto, Ph.D. (UFS)

**Local: Sala de Aula**

08 às 12hs - **Minicurso 18:** Nutrição e atividade Física na Infância e Adolescência

Palestrante: Márcia Ferreira Cândido, MSc (UFS)

**Local: Sala de Aula**

**14 às 18hs - Minicurso Gastronômico 19:** Alimentação e Gastronomia esportiva

Palestrante: Marcela Mori (UNIT)

**Local: Espaço Gourmet**

19hs as 22hs - **Minicurso 20:** Avaliação Nutricional no Esporte

Palestrante: Mariana Sousa (UNIT)

**Local: Auditório Bloco C**

19hs as 22hs - **Minicurso 21:** Elaboração de Dietas para corrida de rua, crossfit, triatlo, musculação

Palestrante: Marcus Vinicius do Nascimento MSc (UNIT)

**Local: Auditório Padre Arnóbio – Bloco D**

# Resumos de Educação Física



## IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA EDUCAÇÃO INFANTIL

GILVAN LIMA DA SILAVA \*

NARA MICHELLE MORA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

[gilvamlima2010@hotmail.com](mailto:gilvamlima2010@hotmail.com)

Palavras-chave: Educação Física. Anos iniciais. Criança.

**INTRODUÇÃO:** A partir de brincadeira e jogos podemos aprimorar as capacidades físicas básicas como saltar, correr, arremessar, pular, subir e com essas atividades as crianças estimulam a imaginação e aprende a respeitar as regras, o professor deve entender cada estágio de desenvolvimento, para estimular corretamente cada etapa. A lei 9394/96, no artigo 26, 3º paragrafo garante que deve ser ensinado educação física nas escolas, inclusive para crianças abaixo de seis anos. Apesar de bastante discutido, a educação física na educação infantil é respaldada por lei, tentando garantir da melhor forma possível o desenvolvimento das crianças. **OBJETIVOS:** Identificar o desenvolvimento da educação física escolar na educação infantil. **METODOLOGIA:** A partir da escolha das palavras-chave, identificadas no DeCS foi realizada uma pesquisa através do acervo bibliográfico da UNIT e pelo google acadêmico. **RESULTADOS.** A educação infantil compreende a idade de zero a cinco anos sendo que de zero a três anos o atendimento é ofertado em creches e de quatro a cinco anos em pré-escolas. A educação infantil como primeira etapa da educação básica, tem por finalidade o desenvolvimento integral da criança em seus aspectos físico, psicológico, intelectual e social, complementando a ação da família e da comunidade. A Educação Física tem um papel fundamental na Educação Infantil, pois possibilita diversidades de experiências e situações por meio de vivências. É a partir destas experiências que as crianças começam a usar mais facilmente a linguagem corporal, ajudando-a no seu desenvolvimento para a descoberta de capacidades intelectuais, cognitivas e afetivas. A Educação Física assume um papel extremamente significativo na Educação Infantil, pois é através do brincar que a criança explora seu corpo e interage com outras crianças. A Educação Física, segundo ROLIN (2004) ao surgir na Educação Infantil, teve como função instrumentalizar o aspecto psicomotor das crianças através de atividades que envolvam a área motora, o que, supostamente, possibilitaria um maior sucesso na alfabetização, dando suporte a aprendizagem de cunho cognitivo. **CONCLUSÃO:** As crianças de zero aos seis anos precisam ter acesso à atividade física pois é através dessas atividades que as crianças começam a ter experiências que levaram por toda sua vida. Sendo assim o professor de Educação Física deve lutar por esse espaço de trabalho e desenvolver ações que justifiquem a importância de sua atuação na Educação Infantil.

### REFERÊNCIAS

- BRASIL. Lei de diretrizes e bases da educação nacional. Ministério da Educação, 1996.
- DARIDO, Suraya Cristina. **A educação física na escola e a formação do cidadão**. Rio Claro. 2001.
- KUNZ, E. **Didática da educação física**, 2ª ed. Ijuí: Unijuí, 2001.
- NEIRA, M.G. Educação física: desenvolvendo competências. São Paulo: Phorte, 2003.
- PME. **Documento base para a construção do plano municipal de educação de Aracaju**. Aracaju, s/d.
- ROLIM, L.R. O professor de educação física na educação infantil: uma revisão bibliográfica. Dissertação de Mestrado. Centro Universitário Nove de Julho – UNINOVE, 2004.



---

VIEIRA, M.S. **Por uma educação física com sabor: possibilidades e desafios no ensino infantil.** In: Anais do XV Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte e II Congresso Internacional de Ciências do Esporte. Recife: CBCE.

## OLIMPÍADAS DA ERA MODERNA: UM BREVE OLHAR SOBRE AS MUDANÇAS OCORRIDAS ATÉ OS DIAS ATUAIS

MATHEUS SEDREZ\*

PAULO CESAR GOES SILVA\*

JOSÉ ANSELMO PEREIRA FEITOSA\*

JOSÉ ANSELMO PEREIRA MENEZES FILHO\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

[sedrez.18@gmail.com](mailto:sedrez.18@gmail.com)

Palavras-chave: Mudanças. Mulheres. Jogos Olímpicos.

**INTRODUÇÃO:** As Olimpíadas da Era Moderna sofreram muitas mudanças em todos os âmbitos com o passar dos anos desde 1896, quando ocorreram os primeiros Jogos Olímpicos. Mas como essas mudanças são em grande número iremos destacar neste trabalho as relacionadas a uma modalidade em especial. **OBJETIVOS:** Reunir dados sobre os fatos que desenvolveram os Jogos Olímpicos da Era Moderna até a Era Contemporânea; analisar os principais fatos que desencadearam nas mudanças; e discutir sobre as informações pesquisadas de trabalhos já existentes. **METODOLOGIA:** Foi utilizada para a realização desta pesquisa bibliográfica uma pesquisa de artigos pelas respectivas palavras chave, foram lidos e analisados cinco trabalhos científicos que constam na bibliografia, e livros publicados sobre o tema em questão e a partir desta, utilizar uma abordagem qualitativa e explicativa para explanar os conteúdos encontrados. **RESULTADOS:** Foram muitas as variáveis que levaram o esporte moderno a se modificar, como por exemplo, o lugar e a condição histórica. Neste período Pierre de Coubertin tomou uma decisão de transformar os Jogos Olímpicos da Antiguidade em um acontecimento internacional, foi daí que em 1896 esta ideia se concretizou, com a participação de 245 atletas, todos do sexo masculino de 14 países do mundo ocidental. O idealizador seguiu a tradição dos Jogos da Antiguidade, onde mulheres não estavam participando como atletas. Nesta ideia inicial, os Jogos Olímpicos seriam realizados em período quadrienal, com os participantes integrados a representações nacionais, estes divididos em Jogos de Verão e Jogos de inverno, com diferença de dois anos de um para o outro. Para os gregos os Jogos Olímpicos eram uma forma de paz entre os diversos conflitos que enfrentavam em seus momentos de guerra. Sendo assim, de acordo com RUBIO, 2010 estes Jogos passaram por quatro grandes momentos/ fases, são elas: Fase de estabelecimento, de 1896 a 1912; Fase de afirmação, de 1920 a 1936; Fase de conflito, de 1948 a 1984; e pela Fase profissional, de 1988 até os dias atuais. Estes momentos pelos quais as Olimpíadas passaram serviram como transição para os dias atuais, tornando o esporte algo mais profissional e espetacularizado. Ao destacar a participação das mulheres como atletas apenas em modalidades sem contato físico nestes Jogos como uma das principais mudanças, esta ocorrida ainda na fase de estabelecimento, isto devido a uma mulher, *Stamati Revithi*, que fora proibida de correr dentro do estádio em 1896, mas participou do lado de fora e concluiu a prova duas horas a menos que o ganhador na mesma prova que os homens estavam competindo dentro do estádio. **CONCLUSÃO:** Assim podemos concluir de acordo com os artigos pesquisados, que não somente o esporte, mas as Olimpíadas passaram por diversas fases que levaram ao aprimoramento e inclusão das mulheres como atletas participantes, além de diversos outros acontecimentos como o surgimento de novas tecnologias que fizeram com que as regras se adaptassem também os meios de comunicação e vice-versa.

**REFERENCIAS:**

- MIRAGAYA, A. A mulher olímpica: tradição versus inovação na busca pela inclusão. In: DA COSTA, L.P., TURINI, M. Coletânea de textos em estudos olímpicos. Rio de Janeiro: Gama Filho, 2002. v.1.
- PORTAL DA EDUCAÇÃO FÍSICA. **I Jogos Olímpicos da Era Moderna: Atenas 1896**. 2012. Disponível em: <http://www.educacaofisica.com.br/esportes/jogos-olimpicos2/i-jogos-olimpicos-da-era-moderna-atenas-1896/>. Acesso em 06 de agosto de 2016.
- RIBEIRO, B.C; FELIPE, M. DE C. R.; SILVA, M. R. DA.; CALVO, A. P. C. **Evolução histórica das mulheres nos Jogos Olímpicos**. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 18, Nº 179, Abril de 2013.
- RUBIO, K. Jogos olímpicos da era Moderna: uma proposta de periodização. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**. São Paulo, v.24, n.1, p.55-68, jan./mar. 2010.
- TAVARES, O. **Esporte, movimento olímpico e democracia: o atleta como mediador**. 2003. Tese (Doutorado) - Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro, 2003.

## EFEITOS DO EXERCÍCIO FÍSICO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES

PEDRO PHILLIPE VIEIRA GOMES\*  
CARLOS HENRIQUE DE OLIVEIRA\*  
MARCELO FERNANDO REZENDE FILHO\*  
RAQUEL RODRIGUES DOS REIS\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*  
\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
pipovgomes@hotmail.com

Palavras-chave: Exercício Físico. Desenvolvimento Infantil. Desenvolvimento do Adolescente.

**INTRODUÇÃO:** O exercício físico é uma atividade que deve ser realizada de forma planejada, repetitiva e recomendada por um profissional em Educação Física. Pretendendo desenvolver habilidades motoras e o condicionamento físico. **OBJETIVOS:** Observar os efeitos do exercício físico em crianças e adolescentes em relação ao crescimento e desenvolvimento. **METODOLOGIA:** O levantamento do material bibliográfico foi realizado pela internet através das bases de dados *Scielo*, Google Acadêmico e da Biblioteca Virtual em Saúde, empregando as seguintes palavras-chave: “Exercício Físico”, “Desenvolvimento Infantil” e “Desenvolvimento do Adolescente”, onde foram achados 21 artigos e após a leitura de cada texto foi observado onde restaram apenas 5 artigos para desenvolver este estudo. **RESULTADOS:** Observou-se no estudo de Karam (1997 apud KANNUS et al, 1995) que atletas do sexo feminino que praticavam tênis e squash obtiveram um aumento na massa mineral óssea. Já Ferreira (2015 apud Vicente Rodríguez, 2006), realizou um teste com dois grupos de crianças, um grupo praticante de atividades físicas e outro não, ele observou que o grupo das crianças que praticavam atividade física eleva em torno de 10% a 20% a sua densidade mineral óssea comparado ao grupo não praticante. A realização de atividade física é recomendada, pois ajuda a potencializar o pico de massa óssea. Sendo assim, o aumento da massa magra é o fator mais importante para a acumulação de massa mineral óssea durante o crescimento. Segundo Ferreira (2015 apud ALVES e LIMA, 2008), o tipo de esporte que vai ser praticado não tem interferência no crescimento, simultaneamente deve-se respeitar a ingestão de calorias necessárias, exercícios moderados e carga adequada. Karam (1997 apud MALINA et al, 1994) esclarece que a atividade física, desde que seja praticada moderadamente e o treinamento para esportes não interfira na estatura final do indivíduo. Alguns esportes sofrem preconceito pois muitos acreditam que alguns deles venham a ajudar ou prejudicar a criança em relação ao seu desenvolvimento. No caso da ginástica, muitas pessoas acham que ela atrapalha o desenvolvimento da criança, já quando se fala em basquete, natação, as pessoas acreditam que a criança vai crescer ao praticá-los. Na realidade, ginástica tem seus atletas com baixa estatura devido ao fato de a modalidade exigir pessoas com esses padrões corporais; o mesmo vale para o basquete, vemos atletas altos porque eles já foram analisados e escolhidos para se enquadrar na modalidade. Para Silva (2004 apud GEORGOPOULOS et al, 1999) o exercício físico, dependendo de sua intensidade e praticado moderadamente, ao invés de prejudicar, pode ajudar no crescimento da criança e do adolescente. Karam (1997 apud MAFFULLI e BAXTER, 1995) alerta que deve-se tomar bastante cuidado com elas para não prejudicar a criança e o adolescente. **CONCLUSÃO:** Diante dos resultados apresentados, a atividade física moderada vai afetar o crescimento da criança, sendo esse determinado pela genética e não pelo esporte que a criança venha a praticar. É importante que se tenham muito cuidado com a prevenção de lesões, que podem resultar em sequelas graves, em especial as que afetam as zonas das cartilagens articulares e de crescimento.

---

## REFERÊNCIAS

ALVES, Crésio; LIMA, Renata Villas Boas. Impacto da atividade física e esportes sobre o crescimento e puberdade de crianças e adolescentes. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 26, n. 4, p. 383-91, 2008.

FERREIRA, Mayla Nayara Gonçalves et al. A influência da atividade física e esportes sobre o crescimento e a maturação. **RBFF-Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, v. 7, n. 24, p. 237-243, 2015.

KARAM, Francisco Consoli; MEYER, Flavia. Influência do esporte na fase de crescimento e maturação do esqueleto. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte. São Paulo. vol. 3, n. 3 (jul./set. 1997), p. 79-81**, 1997.

SILVA, CC da et al. O exercício físico potencializa ou compromete o crescimento longitudinal de crianças e adolescentes? Mito ou verdade. **Rev Bras Med Esporte**, v. 10, n. 6, p. 520-524, 2004.

VIEIRA, Valéria Cristina Ribeiro; PRIORE, Sílvia Eloiza; FISBERG, Mauro. A atividade física na adolescência. **Adolesc Latinoam**, v. 3, p. 139-146, 2002.

## ATIVIDADE E EXERCÍCIO FÍSICO PARA IDOSOS

THALLIA PÂMELLA FONTES RIBEIRO\*  
SALOMÃO STANFORD NADER\*  
LAELSON MENESES DA SILVA NETO\*  
DANTE ALEXANDRE RAMALHO MARTINS\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
thalliapamella@hotmail.com\*

Palavras-chave: Idoso. Educação Física e Treinamento. Força Muscular.

**INTRODUÇÃO:** Neste documento reúnem-se fatores em que notamos a importância da prática regular do exercício e atividade física na vida do idoso. Já que envelhecer é um processo que há degeneração das funções e estruturas orgânicas. **OBJETIVOS:** mostrar aspectos convincentes para que tal prática venha a fazer parte do dia a dia de todas as pessoas exclusivamente a classe idosa, melhorando assim seu desempenho e força muscular. O exercício físico regular vem a preservar a autonomia funcional e prevenir doenças crônico-degenerativas, e desenvolvimento da força muscular. **METODOLOGIA:** A princípio foi utilizado o site Decs.bvs.br, com o intuito de pesquisar as palavras chaves, as quais foram: “idoso”, “Educação Física e Treinamento” e “Força Muscular”. A o digitá-las no Google Acadêmico, contamos com 46 resultados em 0,09s, dentre esses selecionamos apenas 5, os quais usamos para elaboração do presente trabalho. Contudo, após tais pesquisas, passamos a analisar o assunto detalhadamente, onde obtivemos assim os resultados. **RESULTADOS:** Segundo Brehm (1997) *apud* Gonçalves, Duarte, Santos (2001) os objetivos do idosos a partir da realização de atividades físicas referem-se a saúde, estética e integração social. Entretanto maioria dos autores coloca esse assunto mais voltado para a saúde. Capbell (1994) *apud* Mazzeo et al. (1998) O treinamento de força é um fator importante, pois é um importante coadjuvante para as intervenções de redução de peso no idoso. Dessa forma Brooks (2008) *apud* Lopes et al. (2015) afirma que o repouso é tudo que as pessoas idosas não precisam. **CONCLUSÃO:** O exercício físico regular, a atividade física e o treinamento de força estão interligados e são fatores indispensáveis na vida das pessoas idosas, pois além de estimular a produção e principalmente na mente e também contribuem para um estilo de vida independente e saudável.

### REFERÊNCIAS:

- LOPES Carlos Diego Cesaroni, MAGALHÃES Roberto Aparecido, HUNGER Marcelo Studart, MARTELLI Anderson. Treinamento de força e terceira idade: componentes básicos para autonomia. Arch Health Invest, V.4, n.1, P.37-44; 2015.
- GONÇALVES Andréa Krüger, DUARTE Cátia Pereira, DOS SANTOS Cristiane Leite. Atividade física na fase da meia-idade: motivos de adesão e de continuidade. Movimento-ano-7, n.15, P.75-88; 2001.
- CARVALHO Joana, OLIVEIRA José, MAGALHÃES José, ASCENSÃO António, MOTA Jorge, SOARES José Manuel da Costa. Efeito de um programa de treino em idosos: comparação da avaliação isocinética e isotônica. Rev. Paul. Educ. Fís., V.17, n1, P.74-84; jan/jun 2003.
- MAZZEO Robert S., CAVANAGH Peter, EVANS William J., FIATARONE Maria A., HAGBERG James, MACAULEY Edward, STARTZELL Jill. Exercício e atividade física para pessoas idosas. Revista brasileira de atividade física e saúde, V.3, n.1, P.48-78; 1998.

---

SILVA Nádia L., BRASIL Cristiane, FURTADO Hélio, COSTA João, FARINATTI Paulo. Exercício físico e envelhecimento: benefícios à saúde características de programas desenvolvidos pelo LABSAU/IEFD/UERJ. Revista HUPE, V.13, n.1, P.75-85; 2014.

## NATAÇÃO PARA PESSOAS PORTADORAS DE DEFICIÊNCIA FÍSICA

PABLO DOS SANTOS PINHEIRO  
WANDREY QUEIROZ DOS SANTOS  
MADSON RODRIGO SILVA BEZERRA (CREF: 2396-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
pablo.ita.prof@gmail.com

**PALAVRAS-CHAVES:** Natação, Acessibilidade, Atividade motora, Esporte, deficiência física.

**INTRODUÇÃO:** A natação é um dos esportes mais completos e proporciona uma variedade de benefícios tanto para indivíduos em geral como para os portadores de algum tipo de deficiência física, Cardoso (2011) cita que o esporte proporciona o desenvolvimento da sensibilidade e da percepção corporal do indivíduo, permitindo à pessoa se conhecer primeiro, tendo noção do seu próprio corpo, seus limites, suas possibilidades. A prática de atividade física é muito antiga, desde a Grécia, mas a inclusão de pessoas com necessidades especiais só surgiu no século XIX com o fim da 1ª Guerra Mundial. A prática de exercícios físicos (esportes) para os deficientes físicos representa uma ampliação de interação social, o que leva qualquer deficiente a superar a si próprio e a melhorar a sua autoestima por meio de trocas e de experiências. **OBJETIVO:** O presente trabalho tem como objetivo verificar as perspectivas e adaptações ao esporte natação para inclusão de deficientes físicos na perspectiva da corporeidade. **METODOLOGIA:** Estudo com base em revisão bibliográfica a partir de artigos científicos disponíveis na mídia digital. **RESULTADOS:** Segundo o autor Souza (2009) a natação para deficientes tem fim terapêutico, recreativo ou competitivo, proporcionando benefícios físicos e fisiológicos, psicossociais, coordenação, resistência, flexibilidade, reeducar a musculatura, equilíbrio, autoestima e autoimagem. Entretanto a autora Zuchetto (2003) afirma que a metodologia do ensino da natação para essa população é a mesma que o ensino tradicional: adaptação ao meio líquido, ensino dos nados, aperfeiçoamento e treinamento, com passagem por níveis de complexidade ascendentes. **CONCLUSÃO:** Através do esporte os deficientes têm uma grande fonte de saúde, onde eles podem demonstrar suas forças e assim quebrar algum tipo de preconceitos, os esportes visam sempre à melhora da pessoa que por algum motivo venha a sofrer algum tipo de deficiência ou até mesmo quando a pessoa busca apenas uma melhora na sua vida. A partir do momento em que o portador de necessidades especiais descobre suas potencialidades, apesar das suas limitações, descobrindo sua capacidade de se movimentar na água, sem auxílio, inicia seu prazer em desfrutar a água, isto aumenta a sua autoestima, sua autoconfiança e conseqüentemente sua independência.

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- CARDOSO, Vinícius Denardin. **A reabilitação de pessoas com deficiência através do desporto adaptado.** Rev. Bras. Ciênc. Esporte, Florianópolis, v. 33, n. 2, p. 529-539, abr./jun. 2011
- LORO, Alexandre Paulo. **A natação e as pessoas com deficiência: a experiência de um projeto na rede pública de ensino,** (ENEEF), Fortaleza – CE, julho/2010.
- SOUZA, Valdênya E. de; MENEZES, Larianne & AMORIM, Marília A. J. de. **Os benefícios de exercícios físicos aquáticos (natação) para deficientes físicos,** 2009. Disponível em <https://www.artigos.etc.br/os-beneficios-de-exercicios-fisicos-aquaticos-natacao-para-deficientes-fisicos.html>. Acessado em: 15/08/2016
- ZUCHETTO, Ângela Teresinha. **As contribuições das atividades físicas para a qualidade de vida dos deficientes físicos,** 2003. Revista Kinesis, Santa Maria, Nº 26.
- ARAÚJO, Luciana Gassenferth; SOUZA, Thiago Gonsaga de. **Natação para portadores de necessidades especiais.** 2009. Buenos Aires - Año 14 - Nº 137 - Outubro de 2009, disponível em:



---

<http://www.efdeportes.com/efd137/natacao-para-portadores-de-necessidades-especiais.htm>.  
Acessado em 13/08/2016.

## A INFLUÊNCIA DAS CONDIÇÕES AMBIENTAIS NO CRESCIMENTO DE ESTUDANTES PRÉ-ADOLESCENTES RESIDENTES NA ZONA RURAL E URBANA

ALYSSON DA ROCHA SILVA CREF002334-G/AL<sup>1</sup>  
TIAGO RODRIGO ALVES NUNES CREF099404-G/SP<sup>2</sup>

Palmeira dos Índios – Alagoas – Brasil<sup>1</sup>.  
Universidade Estadual de Maringá-Paraná-Brasil<sup>2</sup>  
alyssonrocha21@hotmail.com

**Palavras-chave:** Estatura. Saúde. Ambiente. Média

**INTRODUÇÃO:** Crescer é um processo comum na vida de qualquer ser humano, desde o ventre da mãe até a morte. Segundo Aquino (2011) o crescimento é considerado um dos melhores indicadores de saúde nas crianças, em decorrência dos dois estirões de crescimento ao longo da vida. Lourenço e Queiróz (2010) salientam três fases importantes no Crescimento humano: fase da lactência, infância propriamente dita e puberdade. O acompanhamento do crescimento físico é comumente realizado por meio da antropometria seja na infância ou na adolescência é por meio dela que os profissionais da saúde acompanham as alterações corporais ao longo da vida.

**OBJETIVO:** Comparar o crescimento de estudantes com faixa etária de 10 a 12 anos residente em áreas urbanas e rurais. **METODOLOGIA:** A metodologia utilizada neste projeto apresentou uma pesquisa de campo de cunho quantitativo que se deu com alunos de quatro escolas municipais pertencentes ao Município de Palmeira dos Índios – Alagoas sendo duas localizadas na zona rural e duas localizadas na zona urbana. A faixa etária dos avaliados foi de 10 a 12 anos. Foram avaliados 110 alunos 50 residentes na zona rural e 60 residentes na zona urbana. O dado antropométrico colhido foi à estatura dos pré-adolescentes. As avaliações foram realizadas na própria escola respeitando o manual do Projeto Esporte Brasil PROESP-BR (2012). Para obtenção dos resultados o número de avaliados foi subdividido por idade e sexo e em seguida realizado o cálculo da média e variação da média em relação ao sexo dividido por zona. **RESULTADOS:** A média de estatura dos pré-adolescentes assim denominados pela Organização Mundial da Saúde (2002) encontram se bastante distintas. As diferenças maiores encontram-se aos 10 anos. Os avaliados do sexo masculino da zona rural aos 10 anos apresentam uma variação em relação ao sexo feminino de 2,7 que vai sendo reduzida nas outras idades chegando a 2,5 aos 11 anos e 0,5 aos 12. Na zona urbana não é diferente, a variação aos 10 anos também é mais elevada chegando a 1,9 aos 11anos a variação é de 0,7e tem um leve aumento aos 12 anos de 0,8. É possível observar a elevada estatura feminina comparada a masculina em ambas as zonas, essa diferença é salientada por Malina et al (1998) a qual se dá em decorrência do estirão precoce nas meninas. A tabela apresenta a média da estatura e variação entre elas.

**Tabela 1**

Médias de Estatura (cm)						
	Zona Rural			Zona Urbana		
Idade	Masculino	Feminino	Variância	Masculino	Feminino	Variância
10	137,3	140,6	2,7	141,7	144,5	1,9
11	141,3	144,5	2,5	143,4	145,1	0,7
12	149,3	150,8	0,5	150,3	152,1	0,8

**CONCLUSÃO:** Frente ao exposto, ao comparar o crescimento dos estudantes com faixa etária de 10 a 12 anos residentes em áreas urbanas e rurais foi possível constatar que há uma diferença relevante existente entre eles. A amostra apresentou que os residentes na zona urbana encontram-se mais altos fatores esses que de acordo com a literatura apresentada pode estar relacionado a fatores socioeconômicos e a alimentação.

#### **REFERÊNCIAS**

- AQUINO, L. A; Acompanhamento do Crescimento Normal. **Revista Pediatria do Rio de Janeiro**, Rio de Janeiro. suppl 1.1.n.12, p.15-20, 2011.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde da Criança: **Acompanhamento do Crescimento e Desenvolvimento Infantil**. 11ª ed. Brasília: MS, 2002. 100p.
- LOURENÇO, B; QUEIRÓZ, L. A; **Crescimento e desenvolvimento puberal na adolescência**. **Revista Medicina**, São Paulo, v.89, n.2, p. 70-75. 2010
- MALINA, R. M.; BOUCHARD, C.; BEUNEN, G.; Humans Growth: Selected Aspects of Current Research on Well-nourished Children. **Magazine Anthropometry**. v. 17, p.187-219.1998.
- UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL. **Projeto Esporte Brasil**. Disponível em: <https://www.proesp.ufrgs.br>. Acesso em: 20 jan. 2015.

## **AVALIAÇÃO DO CRESCIMENTO FÍSICO NA ESCOLA COMO FORMA DE INTERVENÇÃO PARA MELHORAR OS NÍVEIS DE APTIDÃO FÍSICA RELACIONADOS À SAÚDE**

ALYSSON DA ROCHA SILVA CREF002334-G/AL<sup>1</sup>

JÚLIO CÉSAR COELHO DE AZEVEDO<sup>2</sup>

Palmeira dos Índios – Alagoas – Brasil

Faculdade São Tomás de Aquino Palmeira dos Índios – Alagoas – Brasil<sup>2</sup>

[alyssonrocha21@hotmail.com](mailto:alyssonrocha21@hotmail.com)

**Palavras-chave:** Antropometria. Intervenção. Estirão. Saúde.

**INTRODUÇÃO:** Crescer é um processo comum na vida de qualquer ser humano, desde o ventre da mãe e ao longo da vida o crescimento é sinônimo evidente de saúde. Segundo Aquino (2011) “o crescimento físico é considerado um dos melhores indicadores de saúde nas crianças”. O acompanhamento do crescimento é comumente realizado por meio da antropometria seja na infância ou na adolescência é por meio dela que os profissionais da saúde acompanham as alterações corporais ao longo da vida. **OBJETIVO:** Avaliar o crescimento físico dos estudantes de uma escola da rede estadual de Pernambuco. **METODOLOGIA:** Inicialmente foram entregues Termos de Consentimento Livre e Esclarecido. A população avaliada foi constituída por 123 estudantes com faixa etária de 15 a 17 anos matriculados regularmente na Escola Estadual Frei Caetano de Messina localizada na cidade de Bom Conselho – Pernambuco. A seleção da amostra não foi probabilística. Os dados antropométricos colhidos foram estatura e peso corporal determinados por meio de uma balança digital graduada de 0 a 180 kg e uma fita métrica inextensível escalonada em centímetros e milímetros e posteriormente foi calculado o Índice de Massa Corpórea (IMC). Para a tabulação dos dados utilizou-se estatística descritiva: média e desvio padrão para cada sexo e idade. A média das variáveis estatura e IMC foram comparadas as curvas referenciais da OMS (2008) e a variável de peso comparada ao referencial do CDC (2002). Em todas as análises adotou-se um nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** Os resultados para estatura apresentam um aumento nas médias para o sexo masculino em relação ao feminino e esse fato pode ser explicado por Malina et al (1988) caracterizado pelo fim do estirão de crescimento. Os valores para o peso corporal apresentam aos 15 anos em ambos os sexos números estáveis, entretanto aos 16 e 17 anos o sexo masculino apresenta-se mais pesado em média 8,23 quilos em relação às mulheres. O IMC dos adolescentes avaliados aos 15 e 17 anos apresentam resultados de normalidade, entretanto o sexo masculino aos 16 anos apresenta-se com sobrepeso. Comparadas as variáveis estatura, peso corporal e IMC com as curvas normativas da OMS e do CDC as estaturas feminina e masculina não mostram diferenças significativas. Quanto ao peso aos 16 anos os meninos apresentam uma diferença de 2,55kg para o ponto de corte e o sexo feminino aos 17 anos apresenta uma diferença de 4,22kg. No IMC apenas o sexo masculino aos 16 anos apresenta uma diferença considerável chegando a 1,59 kg/m<sup>2</sup>. **CONCLUSÃO:** Diante dos dados encontrados, conclui-se que ao verificar as diferenças de estatura entre o sexo masculino e feminino foram constatados números elevados para o sexo masculino. Ao comparar os dados coletados com os referenciais normativos da OMS (2008) e CDC (ANO) constatou-se peso e IMC elevado para o sexo masculino aos 16 e 17 anos. Tais diferenças são explicados por Jacobson, (1998) haja em vista um possível índice de obesidade que é gerado pela alimentação desregada e falta de exercícios diários no cotidiano da amostra avaliada.

### **REFERÊNCIA**

AQUINO, L. A. **Acompanhamento do Crescimento Normal.** Revista Pediatria do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro. suppl 1.1. n.12, p.15-20, 2011.

---

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. **Growth Charts for the United States: Methods and Development.** Hyattsville, 2002.

JACOBSON, M.S. **Nutrição na Adolescência.** Anais Nestlé. 55 supl.Esp. p.24-33. 1998.

MALINA, R. M, BOUCHARD, C; BEUNEN, G. **Crescimento Humano: Aspectos Seleccionados da Investigação em Curso Sobre as Crianças Bem Nutridas.** Rev. Antropometria. p.187-219. 1988.

OMS, Organização Mundial da Saúde. **Jovem Popular de Saúde: um desafio para a sociedade. Relatório de um Grupo de Estudo da OMS sobre os jovens e o Saúde para Todos.** Série de Relatórios Técnicos 731. Genebra: OMS, 1986.

## COMPOSIÇÃO CORPORAL DE JOVENS PRATICANTES DE GINÁSTICA ARTÍSTICA DA CIDADE DE CARMOPOLIS-SE

DANILLO REIS DOS SANTOS \*  
CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS\*  
PEDRO PHILLIPE VIEIRA GOMES\*  
VICTOR MATHEUS SANTOS DO NASCIMENTO\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*  
\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
danillo\_rds@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Antropométrica, ginástica, saúde.

**INTRODUÇÃO:** A composição corporal de um indivíduo pode ser modificada por diversos fatores, promovendo alterações da massa muscular e dos tecidos adiposos, principalmente se o mesmo participar ativamente de programas de treinamento físico (ROGATTO, 2003; SANTOS et al., 2015). Na ginástica artística os atletas geralmente possuem dimensões antropométricas similares, isso devido aos programas específicos de treinamento e preparação física que ocasionam formas corporais específicas para esta modalidade, deixando seus atletas diferentes da população em geral, se levando em consideração os aspectos físicos e biológicos (BIES & ROSA, 2006; NEVES et al., 2016). **OBJETIVOS:** Avaliar as variáveis antropométricas de jovens praticantes de ginástica artística da cidade de Carmópolis- SE. **METODOLOGIA:** Estudo descritivo de caráter transversal realizado com 6 jogadores do sexo masculino de uma equipe de ginástica artística, da cidade de Carmópolis- SE, categoria juvenil,  $13,1 \pm 0,80$  anos. Foram analisadas as características antropométricas através das variáveis de massa corporal, estatura e dobras cutâneas tricipital e subescapular para posterior cálculo da composição corporal. O percentual de gordura (% G) foi calculado através da equação de LOHMANN et al (1986). **RESULTADOS:** Os resultados obtidos foram massa corporal dos  $47,8 \pm 10,5$  kg e estatura  $1,60 \pm 0,23$  cm, os jovens apresentaram o IMC  $19,4 \pm 3,0$  Kg/m<sup>2</sup>, classificado dentro dos parâmetros da normalidade, como também apresentando baixos riscos à saúde. Já o percentual de gordura apresentaram 12,65 %, apresentando valores dentro do ponto de corte 10.1-20.0% para jovens do sexo masculino. Segundo Lopez, Marchesano e Navarro (2012) descompasso entre estatura e peso corporal provavelmente se deve à massa muscular aumentada dessas atletas, e não ao acúmulo de gordura. **CONCLUSÃO:** Enfim, em todas as variáveis propostas os jovens praticantes de ginástica artística se encontraram dentro dos padrões considerados indicados para uma boa condição de saúde. Portanto os avaliados no estudo, apresentaram valores dentro da normalidade relacionado a saúde de acordo com sua faixa etária.

### REFERÊNCIAS:

- BIES, Elizabeth Rodriguez; ROSA, Francisco José Berral de la. Estudio morfológico en gimnastas argentinos de alto rendimiento. **Rev. bras. cineantropom. desempenho hum**, v. 8, n. 4, 2006.
- LOHMANN, T.G. **Applicability of body composition techniques and constants for children and youths**. *Exerc Sport Sci Rev* 1986;14:325-57.
- LOPEZ, Marcela Matos; MARCHESANO, Anna Carolina; NAVARRO, Francisco. Avaliação nutricional de atletas de ginástica aeróbica esportiva e ginástica artística. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 4, n. 23, 2012.
- NEVES, Clara Mockdece et al. Influência da mídia e comportamento alimentar de adolescentes atletas e não atletas de ginástica artística. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v.24, n.2, p.129-137, 2016.

---

ROGATTO, Gustavo Puggina. **Composição corporal e perfil antropométrico de ginastas masculinos**. Lecturas: Educación física y deportes, n. 62, p. 10, 2003

SANTOS, Ana Carolina Ladeia Solera et al. Relação entre estado nutricional e percepção de autoimagem corporal de adolescentes praticantes de ginástica artística. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 9, n. 52, p. 348-354, 2015.

## MODELOS DE ENSINO-APRENDIZAGEM NA INICIAÇÃO DO BASQUETEBOL EM CONTEXTO ESCOLAR

ALBERTO PHILIPPE ARAUJO PINTO  
GEOVANI DA SILVA SANTOS  
DURVAL BARBOSA SANTOS JUNIOR  
FELIPE MORAIS HORTA FEITOSA  
MADSON RODRIGO SILVA BEZERRA (CREF: 2396-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
[Philippe.ufs@gmail.com](mailto:Philippe.ufs@gmail.com)

**Palavras-Chave:** Basquetebol, Ciências Do Desporto, Modelos De Ensino-Aprendizagem.

**INTRODUÇÃO:** A fase inicial de crianças e jovens ao esporte tem sido uma excelente área de reflexão sobre as Ciências do Desporto. A demasiada investigação e reflexão com a produção de conhecimentos, tem justificado a realização de novos estudos no qual as situação-problema abordados estão relacionados à forma como deve ocorrer a iniciação aos desportos, e sua origem está na prática cotidiana do processo de ensino-aprendizagem implementado na realidade escolar (GRECO, 2002). Os novos estudos demonstram maior relevância aos aspectos cognitivos, à tomada de decisão, à dimensão tática, aspectos anteriormente negligenciados quer no ensino, quer na investigação. Demonstra-se agora que a estrutura do jogo deve servir de base para a estruturação das tarefas de ensino (RAMOS, 2006). Contudo, o novo modo que está sendo vista das inúmeras transformações ocorridas na Educação Física, proveniente das novas reflexões científicas nas últimas décadas, tem sido de grande importância para uma alteração significativa na atuação do professor em aula. A estrutura mais usual de aula apresenta uma preparação inicial, uma segunda parte destinada à aprendizagem e aperfeiçoamento da técnica de jogo, e na terceira etapa realiza-se o jogo propriamente dito, o qual serve de contexto para o aluno aplicar os comportamentos aprendidos. Nesta perspectiva, ao ensinar o gesto desportivo, o professor necessita promover um ambiente de aprendizagem que permita aos alunos compreender o significado das suas ações e assim fomentar o desenvolvimento da capacidade tática do jogador.

**OBJETIVOS:** O objetivo desta pesquisa foi descrever as atividades de ensino do basquetebol em contexto escolar de estudantes universitários de Educação Física em situação de estágio supervisionado, respondendo uma questão principal sobre como os jogos desportivos são ensinados na escola. No caso particular desta pesquisa, como os estudantes estagiários de Educação Física o fazem. **METODOLOGIA:** Estudo com base em revisão bibliográfica a partir de artigos científicos disponíveis na mídia digital. **RESULTADOS:** Os resultados mostram que dois estagiários utilizaram-se da metodologia analítica e destinaram mais tempo de suas aulas ao ensino dos fundamentos técnicos da modalidade desportiva em questão. Quanto às condições das tarefas de aprendizagem, estes estagiários empregaram principalmente exercícios para o desenvolvimento de fundamentos individuais de ataque e exercícios de combinação destes fundamentos individuais. As progressões de exercícios foram realizadas, em sua maioria, sem oposição do adversário. O terceiro estagiário utilizou-se da metodologia de ensino para a compreensão do jogo, destinando a maior parte de suas aulas aos conteúdos da tática individual e de grupo. (GRECO, 2002)

**CONCLUSÃO:** Os conhecimentos obtidos na formação inicial em Educação Física são as principais fontes de sustentação metodológica para a implementação de suas propostas. Estes estudantes apresentaram conhecimentos importantes sobre os conteúdos do basquetebol, sobre as estratégias e sobre os propósitos para o ensino, mas a falta de maior integração destes conhecimentos para o ensino aponta para características da prática pedagógica de professores



novatos, definidas na linha de investigação sobre o pensamento do professor, relativamente às comparações entre professores experientes e novatos.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, F.C. **A triangulação enquanto técnica de validação qualitativa**. Revista Portuguesa de Pedagogia, Coimbra, v.36, n.1/2, p.77-87, 2002.
- ALVES-MAZZOTTI, A.; GEWANDSZNAJDER, F. **O método nas ciências naturais e sociais: pesquisa quantitativa e qualitativa**. São Paulo: Pioneira, 2004.
- BAYER, C. **O ensino do desportos colectivos**. Lisboa: Dinalivro, 1994.
- BERTALANFFY, L.V. **Teoria geral dos sistemas**. 3.ed. Petrópolis: Vozes, 1977.
- BOTA, I.; COLIBABA-EVULET, D. **Jogos desportivos colectivos: teoria e metodologia**. Lisboa: Instituto Piaget, 2001.
- BUNKER, D.; THORPE, R. **A model for the teaching of games in secondary schools**. Bulletin of Physical Education, v.18, n.1, p.5-8, 1982.
- BYRA, M.; SHERMAN, M.A. **Preactive and interactive decision-making tendencies of less and more experienced preservice teachers**. Research Quarterly for Exercise and Sport, Washington, v.64, n.1, p.46-55, 1993.
- CLARK, C.M.; PETERSON, P.L. **Procesos de pensamiento de los docentes**. In: WITTRUCK, M. (Ed.). La investigación de la enseñanza III: profesores y alumnos. Barcelona: Paidós Educador, 1989. p.443-538.
- DAOLIO, J. **Jogos esportivos coletivos: dos princípios operacionais aos gestos técnicos-modelo pendular a partir das idéias de Claude Bayer**. Revista Brasileira Ciência e Movimento, Brasília, v.10, n.4, p.99-104, 2002.

## ESTRATÉGIAS DE ENSINO-APRENDIZAGEM-TREINAMENTO NO BASQUETEBOL EM PERSPECTIVA AO CONHECIMENTO TÁTICO

HORÁCIO OLIVEIRA COSTA  
EDIVALDO ALVES DO CARMO NETO

TEOCLECIO GONÇALVES DA SILVA

MATHEUS TEIXEIRA SANTOS

MADSON RODRIGO SILVA BEZERRA (CREF: 2396-G/SE)

Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil

horaciofabuloso9@gmail.com

**Palavras-Chave:** Treinamento Desportivo, Periodização, Modelos De Periodização.

**INTRODUÇÃO:** Nos jogos desportivos em grupo exige-se do atleta uma adequada capacidade para a tomada de decisões táticas bem como eficiência e eficácia na execução das ações técnicas. De acordo com Moreno e Ribas (2004), o vetor predominante das tarefas motoras refere-se aos aspectos informacionais, perceptivos e de tomada de decisão. Nesse contexto toda ação que um atleta realiza, nas diferentes situações de jogo com as quais se defronta, tem uma finalidade tática (MORALES, 2007). A ação tática nos contempla pressupostos cognitivos indispensáveis à solução das tarefas e problemas que o jogo apresenta (GARGANTA, 2004). A cognição é constituída por um conjunto de processos psicológicos que condicionam a aquisição e o desenvolvimento do conhecimento técnico - tático, tanto declarativo quanto processual (GRECO, 1999). No processo de ensino-aprendizagem treinamento, a estruturação das atividades e a distribuição de conteúdos, assumem especial importância, pois as atividades planificadas constituem-se em um dos mais importantes meios para melhoria do rendimento dos jogadores nos diferentes níveis de expressão da sua performance (SAAD, 2002). Portanto torna-se importante conhecer as metodologias que estão sendo aplicadas, e compará-las a luz das sugestões existentes na literatura. **OBJETIVO:** O objetivo do presente estudo consistiu observar e descrever a metodologia aplicada pelos treinadores da categoria mini-basquete (10 a 12 anos) bem como analisar a influência das metodologias adotadas sobre o nível de rendimento do conhecimento tático processual. **METODOLOGIA:** Estudo com base em revisão bibliográfica a partir de artigos científicos disponíveis na mídia digital. **RESULTADOS:** Os resultados de Morales e Greco (2007) confirmam a existência de diferenças significativas no parâmetro inteligência tática nos escores entre o pré-teste e o pós-teste nas três equipes. No estudo de Pinho et al (2007) com predominância de utilização do método situacional - global funcional, houve uma melhora no total de pontos obtidos do pré-teste para o pós-teste. Além disso, a mediana e a moda apresentaram um valor de 4 pontos no pré-teste. Já no pós-teste, o valor da mediana e da moda foi de 6 pontos, indicando valores significativos. **CONCLUSÃO:** Os estudos das influências dos métodos de ensino aprendizado-treinamento levam em consideração a necessidade de ajuste dos mesmos às diferentes teorias psicológicas que lhes dão sustentação. Cada método representa um caminho que o professor pode escolher para desenvolver as potencialidades dos seus alunos. Portanto, torna-se necessário o conhecimento das teorias e das relações entre estas para que o professor realize uma prática pedagógica melhor direcionada.

### REFERÊNCIAS

- GRAÇA, A.; MESQUITA, I. **Ensino do desporto**. In: TANI, G.; BENTO, J.O.; PETERSEN, R.D.S (Eds.). Pedagogia do desporto. Rio de Janeiro; Guanabara Koogan, 2006. p.207-18.
- GRECO, P.J. **Cognição e ação**. In: SAMULSKI, D. (Ed.). Novos conceitos em treinamento esportivo. Belo Horizonte: CENESP/ UFMG/Publicações Indesp, 1999. p.119-53.

- 
- GRECO, P.J.; BENDA, R.N. (Orgs.). **Iniciação esportiva universal: da aprendizagem motora ao treinamento técnico**. Belo Horizonte: UFMG, 1998. v.1.
- GRIFFIN, L.L.; MITCHELL, S.A.; OSLIN, J.L. **Teaching sport concepts and skills: a tactical approach**. Champaign: Human Kinetics, 1997.
- KRÖGER, C.; ROTH, K. **Escola da bola: um abc para iniciantes nos jogos esportivos**. São Paulo: Phorte, 2002.
- MARINA, J.A. **Teoria da inteligência criadora**. Lisboa: Caminho da Ciência/Anagrama, 1995
- MEMMERT, D. Diagnostik Taktischer Leistungskomponenten: Spieltestsituationen und Konzeptorientierte Expertenratings. 2002. Tese (Doutorado) - Universidade de Heidelberg, Heidelberg.
- PÉREZ MORALES, J.C. & GRECO, P.J. **A influência de diferentes metodologias de ensino-aprendizagem-treinamento no basquetebol sobre o nível de conhecimento tático processual**. Rev. bras. Educ. Fís. Esp., São Paulo, v.21, n.4, p.291-99, out./dez. 2007 •
- PINHO, Silvia Teixeira de et al . **Método situacional e sua influência no conhecimento tático processual de escolares**. Motriz: rev. educ. fis. (Online), Rio Claro , v. 16, n. 3, p. 580-590, Sept. 2010

## ATIVIDADE FÍSICA NA GESTAÇÃO

TARCIO ARGOLO MACEDO  
ROMUALDO SILVA NETO  
JOSÉ MENEZES DE AZEVEDO NETO  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
E-mail: tarcio.am@Hotmail.com  
**Palavras-chave:** atividade física, gestação, exercícios

**INTRODUÇÃO:** As mulheres grávidas apresentam um risco aumentado de Queixas musculoesqueléticas, principalmente lombalgia. Todas as mulheres grávidas experimentam algum desconforto musculoesquelético durante a gravidez. **OBJETIVOS:** Analisar fatores associados à prática de atividade física durante a gestação. **METODOLOGIA:** Estudo transversal realizado com todos os nascimentos ocorridos em maternidades no município de Rio Grande, RS, durante o ano de 2007 (N = 2.557). As informações foram obtidas por entrevista, por meio de um questionário pré-codificado aplicado às mães. Os desfechos de saúde materno-infantil analisados foram: hospitalização durante a gravidez, parto por cesárea, prematuridade (idade gestacional menor de 37 semanas), baixo peso ao nascer (< 2.500 g) e morte fetal. **RESULTADOS:** Relataram ter praticado atividade física durante a gestação 32,8% (IC95% 31,0;34,6) das mães. Os fatores associados à prática de atividade física na gestação, após ajustes para possíveis confundidores, foram: idade materna (associação inversa), escolaridade (associação direta), ser primigesta, ter feito pré-natal, e ter recebido orientação para a prática de exercícios durante o pré-natal. **CONCLUSÃO:** Apenas um terço das mães relatou ter praticado atividade física durante a gestação. Esse comportamento foi mais frequente entre mulheres mais jovens, com maior escolaridade e que receberam orientação. Mulheres que praticaram atividade física durante a gestação realizaram menos cesarianas e tiveram menor ocorrência de natimorto.

### REFERENCIAS:

- BATISTA, Daniele Costa et al. Atividade física e gestação: saúde da gestante não atleta e crescimento fetal. **Rev. Bras. Saude Mater. Infant.**, Recife, v. 3, n. 2, p. 151-158, jun. 2003.
- DUMITH, Samuel C et al. Atividade física durante a gestação e associação com indicadores de saúde materno-infantil. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 46, n. 2, p. 327-333, abr. 2012.
- LIMA, Fernanda R.; OLIVEIRA, Natália. Gravidez e exercício. **Rev. Bras. Reumatol.** São Paulo, v. 45, n. 3, p. 188-190, jun. 2005.
- MATSUDO, V.K.R., MATSUDO, S.M.M. **Gravidez e Exercício. Revista da Associação dos Professores de Educação Física** (Londrina), v. 9, n. 16, p. 21-30, 1993.
- MORTON, M.J., PAUL, M.S., METCALFE, J. **Exercícios durante a gestação.** In: Clínicas médicas de norte-américa. Simpósio sobre aspectos médicos do exercício, 1985.

## PERSPECTIVA DO LEGADO OLÍMPICO BRASILEIRO

LUANA DE SOUZA REIS\*  
MANOEL MESSIAS PRADO MARANGONI\*  
PRISCILA RÉGIA ALVES SANTOS\*  
STEVE AUSTIN SEQUEIRA DA SILVA\*  
ESTELIO HENRIQUE MARTIN DANTAS (CREF: 0001-G/RJ)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
luana\_souzaeis@yahoo.com

Palavras-chave: Jogos Recreativos, Planejamento De Cidades, Qualidade De Vida.

**INTRODUÇÃO:** Quando falamos de legado olímpico temos como referência a última olimpíada realizada em 2012 Londres como um grande exemplo de consolidação de um projeto grandioso com alto índice de aproveitamento, cumprindo cronogramas e suprimindo as expectativas, em contrapartida temos as olimpíadas de 2016 com sede no Rio de Janeiro como um grande desafio para a sua realização onde o país não tem uma boa experiência em grandes eventos esportivos ressaltando a copa realizada em 2014 sem um alto aproveitamento dos legados e cumprimento de prazos. **OBJETIVO:** Confrontar as expectativas do legado olímpicos do Rio de Janeiro e sua concretização em todos os ângulos, tendo como comparativo os jogos olímpicos de Londres. **METODOLOGIA:** Pesquisa qualitativa descritiva, utilizando de revisão bibliográfica, artigos científicos, revista online, empregando as palavras chaves “legado olímpico com 151 achados”, “Megaeventos com 5.170 achados”, “Planejamento Olímpico com 10.500 achados”, e ambas com 71 achados. Abstraindo de três artigos, duas revistas e pesquisa regional para se fundamentar este resumo com embasamento contundente ao tema abordado. **RESULTADOS:** Revela se que, eventos de grande magnitude como os jogos olímpicos exigem um planejamento exemplar e alto teor de investimento público e privado. Para resultar o real significado de legado, de acordo com Pampuch, Almeida e Júnior (2009), legado pode ser considerado como “o conjunto de bens materiais e imateriais, que se conformam como permanências sócio espaciais no tecido urbano decorrentes”. Esta definição esclarece os reais objetivos dos eventos desta magnitude para o país como a sociedade. Conforme Matias (2008) megaeventos exigem do país uma alta estabilidade política, econômica e cultural, pois se trata de um investimento bilionário aonde o seu desfrute será em longo prazo para a sociedade. Levantado por Demazor (2014). Londres se encaixava em todos os aspectos social, políticos e cultural, sem muitas dificuldades de implementação dos padrões estabelecidos por já viver uma realidade de infraestrutura exemplar, mobilidade, urbanização, políticas públicas e prestações de serviços, salientando Puff (2016) o Brasil vivência outra realidade num retrocesso econômico, crise política, mobilidade, urbanização, segurança e política pública precária. Tendo como exemplo de megaevento esportivo no país tivemos a copa do mundo em 2014, a qual não conseguiu concretizar o planejamento proposto para a realização, obtendo obras inacabadas com um elevado custo financeiro duplicando os valores iniciais das mesmas, proporcionando um mínimo de legado para um alto investimento público. **CONCLUSÃO:** Os jogos olímpicos deixam um legado significativo por onde passam, mas nem sempre se alcança as estimativas, temos no histórico de megaeventos em que o aproveitamento se prevaleceu durante e pós evento como também houve o inverso. Para que tudo ocorra de forma eficiente e sirva de modelo de um megaevento como Londres é preciso que haja uma logística integrada e uma gestão eficaz para contornar qualquer imprevisto, pois esses eventos proporcionam uma melhoria visível na qualidade de vida de toda a sociedade abrangida, o que ocasiona uma reorganização social na engrenagem de um país como em seus projetos de incentivo, apoio, condicionamento para fins esportivos e culturais.

## REFERENCIAS

- CRUZ, J. Legado olímpico de 2016: a visão de um especialista. **uol esporte**, p. 1, maio 2015.
- DEMARZO, M. M. P. et al. Legado olímpico para o Brasil: questão de saúde. **Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro**, Rio de Janeiro, p. 3, jan. 2014.
- MATIAS, M. Os efeitos dos megaeventos esportivos nas cidades. **Turismo e Sociedade UFPR**, São Paulo, v. 1, n. Rua Lisboa, 433 (ap. 72), Bairro Cerqueira César, p. 24, out. 2008.
- PAMPUCH, M.; ALMEIDA, S. D.; JÚNIOR,. OS LEGADOS ESTRUTURAIIS DOS JOGOS OLÍMPICOS. **Cadernos da Escola de Educação e Humanidades**, Curitiba , v. 1, p. 15, jan. 2015.
- PUFF, J. Crise política e zika geram preocupação internacional com Olimpíada. **uol**, Rio de Janeiro, p. 1, abr. 2016.
- RODRIGUES, R. P. et al. **Legados de Megaeventos Esportivos**. Brasília: Dimmer Comunicações Integradas, 2008.

## NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM CRIANÇAS

VALDICLEIDE TEIXEIRA SANTOS\*  
JOSÉ TIAGO VIEIRA DANTAS SANTOS\*  
BRUNO APARECIDO MOLINA\*  
CLAUDEMIR DE SOUZA SANTOS\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
valdicleideteixeira\_santos@yahoo.com.br

Palavras-chave: Criança. Atividade Física. Índice de Massa Corporal.

**INTRODUÇÃO:** A diminuição dos níveis de atividade física leva a um aumento consequente de um maior acúmulo da adiposidade corpórea (PINHO. PETROSKI, 1997). Com os avanços tecnológicos da sociedade moderna, algumas das crianças e dos adolescentes têm se tornado nas últimas décadas mais sedentárias, incrementando problemas como a obesidade (MATSUDO et al, 1998). A escola tem uma função de socialização considerável e, nesse momento da vida, uma importância lúdica fundamental (GONÇALVES et al, 2007). O início da adolescência é marcado por um aumento acelerado no peso e na estatura (FILHO. TOURINHO, 1998). A promoção da prática regular possibilitará aos indivíduos o usufruto dos benefícios sobre a saúde, tanto a curto como a longo prazo (SILVA, 2000). **OBJETIVOS:** Verificar o nível de atividade física em crianças de 08 a 13 anos de idade e associar o Índice de Massa Corporal (IMC) ao nível de atividade física em uma escola municipal na cidade de São Cristóvão, Sergipe. **METODOLOGIA:** Para a avaliação do nível de atividade física foi utilizado o PAQ-C (Validado por GUEDES e GUEDES, 2015). Com 13 questões direcionada a dimensionar distintos aspectos a prática de atividade física nos últimos 7 dias. Foi utilizado para a medida de peso uma balança digital e para medir a estatura foi utilizado fita métrica fixada a parede. Em seguida foi calculado o IMC de 10 alunos. Para a análise dos dados foi utilizado o teste do Qui-quadrado por meio de software SPSS (v. 23), levando em consideração o  $p > 0,05$ . **RESULTADOS:** Através dos dados coletados, sendo que ao todo 10 crianças foram avaliadas, 20% delas apresentaram IMC relativo ao sobrepeso, segundo a tabela de classificação da OMS. O valor do teste Qui-quadrado, para comparação do IMC com NAF foi de 0,625 ( $p=0,622$ ), não sendo observadas diferenças estatisticamente significativas. **CONCLUSÃO:** Conforme os parâmetros, analisados acima, conclui-se que, mesmo não havendo significativamente um resultado estatístico, devido às dificuldades de coleta de dados, mesmo assim houve uma análise de que o sedentarismo e o sobrepeso se faz presente em grande constância na vivência escolar do município, sendo ainda que, não há espaços para a prática de atividades físicas escolares, promovendo assim, uma melhor qualidade de vida e desenvolvimento na vida dos alunos.

## REFERÊNCIAS

- PINHO, R. A. PETROSKI, E.L. **Nível de Atividade Física em Crianças**. Santa Catarina, rev. Brasileira de Atividade Física e Saúde, v.2, n. 3, p. 67-79, 1997.
- MATSUDO, S.M.M. et al. **Nível de atividade física em crianças e adolescentes de diferentes regiões de desenvolvimento**. São Caetano do Sul, rev. bras. atividade física e saúde , v.3, n.4, p.14-26, 1998.
- GONÇALVES, et al. **Fatores socioculturais e nível de atividade física no início da adolescência**. Pelotas, rev. Panam Salud Publica, v.22, n.4, p. 246-253, 2007.
- SILVA, R. C. R. S. MALINA, R. M. **Nível de atividade física em adolescentes do município de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil**. Rio de Janeiro. Cad. Saúde Pública, v.16, n.4, p. 1091-1097, out./dez. 2000.

FILHO, H.T. TOURINHO, L. S. P. R. **Crianças, adolescentes e atividade física: Aspectos maturacionais e funcionais.** São Paulo, rev. Paulista de educação física, v.12, n.1, p. 71-84, jan./jun. 1998.

GUEDES, D. P. GUEDES, J.E.R.P. **Medida a atividade física em jovens brasileiros: Reprodutibilidade e validade do PAQ-C e do PAQ-A,** São Paulo, vol.21, n.6, pág. 425-432, nov/dez, 2015.





## PERFIL ANTROPOMETRICO E SOMÁTOTIPOLOGICO DE JOGADORES DE FUTEBOL AMERICANO

CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS\*

ELIAS MENDONÇA MOTA JUNIOR\*

TIAGO CARVALHO MATOS SANTOS\*

DYNA ROSY ALVES DE OLIVEIRA\*

LUÍS PAULO DE SOUZA GOMES (CREF: 1156-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

Carla\_fabiane.tec.alimentos@hotmail.com

Palavras-chave: Antropometria, futebol americano, tecido adiposo.

**INTRODUÇÃO:** O Futebol Americano é um esporte muito popular nos Estados Unidos que tem atualmente atraído pessoas em mais de 100 países (VURAL; RUDARLI; OZKOL, 2009). Segundo Pinto et al, (2014) o Futebol Americano é um esporte que exige uma variedade de respostas fisiológicas de seus jogadores como resultados de combinadas e excessivas corridas de alta intensidade e freqüentes contatos físicos. **OBJETIVO:** Identificar a composição corporal e o somatotipo de atletas de Futebol Americano do estado de Sergipe, atuantes na categoria amadora da Liga Nordeste. **METODOLOGIA:** Este estudo apresenta características exploratórias, sendo do tipo descritivo de caráter transversal realizado com 24 atletas do sexo masculino. Os dados foram coletados em uma tarde, horas antes do treino do time, nas instalações de um clube de futebol da região, realizamos aferições das variáveis antropométricas como massa corporal, estatura, circunferências (braço relaxado, abdominal e panturrilha), diâmetros ósseos (bistiloide, biepicondiliano do fêmur e biepicondiliano do úmero) e dobras cutâneas (tricipital, subescapular, supra ilíaca e perna media) para posterior cálculo da classificação do somatotipo utilizado os métodos de Heath-Carter (1990). **RESULTADOS:** Os atletas apresentaram idade média de 24,25 ± 4,68, com massa corporal de 95,49 ± 22,65, levando assim a constatação que deve se tratar de um time mais leve se comparado a média da liga profissional que é de 111,00 kg, e mais pesado levando em conta a média de 82,00 kg dos bicampeões brasileiros (COMACHIO et al. 2015). A média da variável estatura foi de 1,77 ± 6,64 neste ponto percebemos uma estatura inferior, pois tanto os atletas da pesquisa de Andrew et al. (2009), quanto os de Comachio et al. (2015) apresentaram valores quase idênticos, com média de 1,88 cm respectivamente. O percentual de gordura uma média de 27,64 ± 12,65 % apresentando valores que classificam como excesso de peso perante McArdle (2008, p. 778 – 783). A classificação do somatotipo foram 4,167% central, 4,167% ecto-mesomorfo, 4,167 mesomorfismo balanceado, 12,50% meso-endoromorfo, 25,00% endomorfomesomorfo e em sua maioria 50,00 % dos jogadores endo-mesomorfo. **CONCLUSÃO:** Por fim podemos relatar que por mais, que o time seja de uma categoria amadora da liga nordeste, ele não apresentou grandes diferenças de perfil antropométricos, comparado a outros times existente do Brasil ou até mesmo a liga profissional americana. No entanto na classificação do biótipo o perfil endomorfo predomina em relação ao ectomorfo, indicando assim que os atletas apresentam alto índices de tecido adiposo, como também o perfil mesomorfo apresenta uma boa estrutura muscular.

### REFERÊNCIAS:

ANDREW, M. T.; ROBERT, A. V.; ANDREW, E. L.; REGINALD, E. D.; DEBRA, C. A.; THOMAS, W. A.; LON, W. C.; ROBERT, A. H.; ELLIOT, J. P.; PATRICK, J. S.; PETER, W. F. W.; ANTHONY, P. Y. **Prevalence Of Cardiovascular Disease Risk Factory Among National Football League Players.** American Medical Association. Vol. 301, 2009.

COMACHIO, J.; COMACHIO, G.; RIETJENS, P.; LOVATO, M.; CLAUDIO, J. P.; RODRIGO, O. P. F.; **Desempenho Anaerobico e Características Antropométricas de Jogadores de Futebol Americano de Uma Equipe Brasileira.** Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício, São Paulo, Vol. 9, n. 51, p. 72-80, 2015.

CARTER, J.E.L.; HEATH, B.H. **Somatotyping - Development and Applications.** Cambridge: Cambridge University Press, 1990.

MCARDLE, WILLIAM D. **Fisiologia do Exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano /** William D. McArdle, Frank I. Katch, Victor L. Katch; traduzido por Giuseppe Taranto. – Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008, 6<sup>th</sup> ed.

PINTO, Sara. I, F.; BERDACKI, Valéria S. **Avaliação da Perda Hídrica e do Grau de Conhecimento em Hidratação de Atletas De Futebol Americano.** Revista Brasileira de Nutrição Esportiva. São Paulo v. 8. n.45. p. 171-179. Maio/Jun. 2014.

VURAL, F.; RUDARLI, N. G.; OZKOL, M. Z. **Physical and Physiological status in American Football Players in Turkiye** Serbian Journal of Sports Sciences. Vol. 3. Num. 1. 2009. p.9-17.



## CRESCIMENTO MUSCULAR

ANDRÉ FELIPE DOS SANTOS  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
andre.felipe.se@gmail.com

Palavras-chave: Força Muscular. Adolescentes. Treinamento de Força. Lesões.

**INTRODUÇÃO:** A busca desenfreada por padrões de beleza e estética na sociedade moderna, reforçados pela mídia, tem levado cada vez mais jovens a procura por atividades físicas de alta intensidade e à valorização corporal exacerbada perante a sociedade a qual muitas vezes exclui quem não está adequado a esse perfil de beleza exigido (SANTOS & MEZZARROBA, 2013). Nesse contexto, como meio de obter esse estereótipo ideal de beleza, observou-se um aumento do treinamento de força, modalidade de exercício onde geralmente se objetiva a hipertrofia muscular, que ocorre devido principalmente à sobrecarga tensional e metabólica. O treinamento de força consiste na realização de movimentos de contração musculoesqueléticos contra uma força de resistência, podendo ser executado com pesos livres, máquinas ou até mesmo com o peso do seu próprio corpo (RODRIGUES, 2014). Alguns artigos tem sugerido também a hiperplasia muscular, caso ela ocorra, sua contribuição para o volume muscular total parece não ser muito significativa (FLECK & KRAEMER, 1997 apud OLIVEIRA, SILVA & MELO, 2011). A sobrecarga de treinamento apresenta as seguintes características: 60% a 85% da contração máxima; 6 a 20 repetições; 1 a 4 minutos de pausa (FLECK & KRAEMER, 1997; PLATONOV & BULATOVA, 1998; GUEDES, 1997; POLIQUIN, 1991 apud OLIVEIRA, SILVA & MELO, 2011). Com isso, surgiu o interesse em identificar os benefícios e os malefícios que o treinamento de força causa à essa faixa etária.

**OBJETIVOS:** Identificar os possíveis benefícios e danos causados pelo treinamento de força em adolescentes. **METODOLOGIA:** Estudo bibliográfico, realizado no período de abril de 2016, na base de dados online: Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Periódicos Capes, livros, artigos com resumos e textos disponíveis, com os descritores: “Força Muscular”, “Adolescentes”, “Treinamento de Força”, “Lesões”, no idioma português. A amostra final foi de cinco artigos entre os anos de 2011 a 2014. **RESULTADOS:** Os benefícios do treinamento de força em jovens, segundo Rodrigues (2014) são, aumento da força, melhora da coordenação motora, aumento da densidade mineral óssea e prevenção de lesões, estimulação da síntese do hormônio GH (hormônio do crescimento), favorecendo o crescimento e desenvolvimento dos adolescentes. Já os autores Silva, Neto e Rodrigues (2012) identificaram que os danos causados pela má execução e sobrecarga de treinamento, são os riscos de lesões relacionados com o crescimento ósseo, pois este ainda não se encontra em sua formação final. Ruas, Brown e Pinto (2014) citam também o risco de uma possível lesão na epifisária, onde está localizada a placa de crescimento nas extremidades dos ossos. **CONCLUSÃO:** Com a realização deste estudo, foi possível confirmar que o treinamento de força praticado de forma correta em adolescentes pode trazer vários benefícios nesta fase, desde que se adotem os cuidados necessários com os riscos que o mesmo pode acarretar.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- OLIVEIRA, M. A. S.; SILVA, R. R.; MELO, F. A. T. **Efeitos de treinamento resistido na resposta de força máxima em adolescentes na faixa etária de 15 a 17 anos.** Monografia (Graduação em Educação Física) – Universidade Católica de Brasília, 2011.
- RODRIGUES, B. A. **Benefícios do treinamento de força em adolescentes.** Monografia (Graduação em Educação Física) - Centro Universitário de Brasília – UNICEUB. Faculdade de Ciências da Educação e Saúde – FACES. Brasília, 2014.

RUAS, C. V.; BROWN, L. E.; PINTO, R. S. Treinamento de força para crianças e adolescentes: adaptações, riscos e linhas de orientação. **Brazilian Journal of Motor Behavior (BJMB)**. Porto Alegre/RS, Brasil, v. 8, n. 1, p. 1-9, 2014.

SANTOS, V. M.; MEZZAROBA, C. A percepção da imagem corporal: algumas representações de corpo na juventude. **EFDeportes, Revista Digital**. Santa Catarina, v. 18, n. 182, pag. 1-9, 2013.

SILVA, A. G.; NETO, A. T. M.; RODRIGUES, V. D. Treinamento de força para adolescentes: risco ou benefício? **EFDeportes, Revista Digital**. Monte Claros, MG, v. 17, n. 169, p. 1-7, 2012.



## OBESIDADE EM ESCOLARES DE 13 E 14 ANOS DE ITABAIANINHA, SERGIPE

JAY WAGNER LIMA SIQUEIRA SILVA\*

DARLY VITURINO SANTOS\*

ROSVANDERSSON GOIS DE MATOS\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

e-mail: jaywork86@gmail.com

Palavras-chave: Obesidade. Adolescente. Índice de Massa Corporal (IMC).

**INTRODUÇÃO:** A obesidade atualmente é considerada como um problema de saúde pública podendo ser iniciada em qualquer idade e caracterizada como uma doença de origem multifatorial, onde ocorre a interação de aspectos genéticos e ambientais, além de influências socioeconômicas e alterações endócrinas e metabólicas, sendo a principal causa do aumento dramático da ocorrência de síndrome metabólica entre crianças, jovens e adultos, elevando significativamente o risco de doença nestas populações (YAGUI, 2011). **OBJETIVOS.** Verificar a prevalência de obesidade em escolares de 13 e 14 anos da cidade de Itabaianinha, Sergipe. **METODOLOGIA:** Para a realização deste estudo foram coletadas variáveis como sexo, peso e altura. O IMC (Índice de Massa Corpórea) foi estimado pela razão entre peso e o quadrado da estatura. A população do estudo foi composta pelos alunos do 7º, 8º e 9º ano do ensino fundamental de uma escola da rede privada de ensino, na cidade de Itabaianinha-SE. A amostra foi constituída por 63 crianças entre 13 e 14 anos. A coleta de dados antropométricos para avaliação do IMC foi feita com as crianças utilizando-se de uniforme escolar composto por: calça jeans e camiseta. As crianças estavam descalças para coleta do peso e da altura. Para medir a estatura. Para a pesagem foi utilizado uma balança de marca Geom Balanças Digitais®, modelo B530. **RESULTADOS:** Participaram do estudo 63 crianças com idade de 13 a 14 anos, de ambos os gêneros, sendo n= 35 (56%) do sexo feminino e n= 28 (44%) do sexo masculino, que 66% (n=41) dos alunos do estudo estão no peso adequado, 26% (n=18) estão com sobrepeso e 8% (n=4) estão em estado de obesidade. No gênero feminino 66% (n=23) das alunas da pesquisa estão no peso adequado, 26% (n=9) estão acima do peso e 8% (n=3) estão obesas. Dentre os alunos do sexo masculino, 64% (n=18) estão no peso adequado, 32% (n=9) estão em sobrepeso e 4% (n=1) estão em estado de obesidade. Os resultados do IMC desse estudo mostraram que os alunos com sobrepeso (26%) e obesidade (8%) encontrados são elevados, ao comparar pelo gênero os valores do sexo feminino e do sexo masculino percebeu-se que o nível de obesidade, respectivamente é de 8% e 4% confirmando a gravidade do problema relatada pela literatura. Esses valores podem ser correlacionados por vários fatores entre elas o aumento da violência e a redução dos espaços para a prática de atividade física levando ao abandono das brincadeiras ou jogos tradicionais, minimizando os níveis de atividade física entre a população juvenil. **CONCLUSÃO:** Conclui-se através desse estudo que, os alunos com sobrepeso e obesidade encontrados são elevados, sendo necessário um estímulo à realização de atividades físicas dentro e fora da escola e criar programas que devem ser amplamente incentivados, que tenham a presença de uma equipe multiprofissional (nutricionistas, médicos, psicólogos, educadores físicos, entre outros).

### REFERÊNCIAS:

ALVES, J.G.B. Atividade física em crianças: promovendo a saúde do adulto. **Revista Brasileira Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 3, nº 1, p. 5-6, 2003.

ANGELIS, R.C. **Riscos e prevenção da obesidade: fundamentos fisiológicos e nutricionais para tratamento.** São Paulo: Atheneu, 2003.

---

BARBANTI, V.J. **Dicionário de educação física e esporte**. 2º Edição, São Paulo: Manole, 2003.  
MELLO, Elza D. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes? **Jornal da Pediatria**. V. 80, N 3, 09 Jan. 2004.  
YAGUI, Cíntia Megumi. Criança obesa, adulto hipertenso? **Revista Eletr. Enfermagem**. Jan/Mar, 2011

## A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO TRATAMENTO DO ALZHEIMER

ELAINE MARQUES SAMPAIO COSTA \*  
JAY WAGNER LIMA SIQUEIRA SILVA \*  
KAREM LAYANE SÁTIRO BARBOSA BRITO \*  
MATHEUS ALBUQUERQUE DE RESENDE ROCHA \*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
e-mail : ems\_nani@hotmail.com

Palavras-chave: Alzheimer. Tratamento. Benefícios.

**INTRODUÇÃO:** Segundo a Associação Brasileira de Alzheimer, ABRAZ. A doença de Alzheimer é uma enfermidade incurável que se agrava ao longo do tempo, mas pode e deve ser tratada.

**OBJETIVOS:** Conhecer e refletir com bases em referencial teórico sobre os benefícios que a educação física traz para o tratamento do Alzheimer. **METODOLOGIA:** O presente estudo consiste de pesquisa bibliográfica científica e análise de informações no acervo bibliográfico da Unit, mais buscas no Scielo, foram encontrados três artigos e utilizado um, com as palavras-chave: "Tratamento"; "Alzheimer", "Benefícios" e "Educação Física". **RESULTADOS:** A doença de Alzheimer é a mais frequente forma de demência entre idosos. É caracterizada por um progressivo e é irreversível declínio de certas funções intelectuais: memória, orientação no tempo e no espaço, pensamento abstrato, aprendizado, incapacidade de realizar cálculos simples, distúrbios de linguagem, da comunicação e da capacidade de realizar as tarefas cotidianas. Conforme Manidi (2000), a atividade física deve estimular o paciente, trazendo benefícios no sentido de: facilitar a descoberta do esquema corporal; preservar as capacidades funcionais remanescentes durante máximo de tempo possível; melhorar o aspecto moral e a confiança; ajuda a manter certa qualidade de vida. Segundo Manidi (2001), o exercício físico é salutar a todos os indivíduos, porém é uma atividade especialmente indicada para os pacientes com demência. Os exercícios devem ser realizados diariamente em período de 15 minutos e, se possível duas vezes ao dia. **CONCLUSÃO:** Pode-se perceber através da revisão literária que atividades que trabalham o esquema corporal, alongamento, musculação, locomoção e até mesmo atividades da vida diária, podem auxiliar o processo de tratamento para essa doença. Cabe ressaltar que toda atividade física deve respeitar as condições clínicas e físicas de cada aluno, dessa forma ela só tem a acrescentar, tornando-se uma grande aliada no tratamento da doença de Alzheimer.

### REFERÊNCIAS:

- ABRAZ – Associação Brasileira de Alzheimer – Alzheimer. [Informativo on line], 2000. Disponível em: <http://www.coderp.com.br/ssauade/Doeças/Alzheimer/I16ABRAz.htm> (17.03.03).
- COELHO FGM, SANTOS-GALDUROZ RF, GOBBI S, STELLA F. Atividade física sistematizada e desempenho cognitivo em idosos com demência de Alzheimer: uma revisão sistematizada. Rev. Bras Psiquiatr, 2009; 31(2):163-70.
- MANIDI, Marie-José; RENEE, Eve Levie (Trad). Atividade física para adultos com mais de cinquenta anos: quadros clínicos e programas de exercício. São Paulo: Manole, 2001 235p.
- MATSUDO SM, MATSUDO VKR, BARROS NETO TL. Atividade física e envelhecimento: aspectos epidemiológicos. Rev Bras Med do Esporte, 2001; 7(1):2-13.
- MATUSDO SM, MATSUDO VKR. Prescrição e benefícios da atividade física na terceira idade. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, 1992; 5(4); 19-30

## PERFIL ANTROPOMETRICO E SOMÁTOTIPOLOGICO DE JOGADORES DE FUTEBOL AMERICANO

CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS\*

ELIAS MENDONÇA MOTA JUNIOR\*

TIAGO CARVALHO MATOS SANTOS\*

DYNA ROSY ALVES DE OLIVEIRA\*

LUÍS PAULO DE SOUZA GOMES (CREF: 1156-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

Carla\_fabiane.tec.alimentos@hotmail.com

Palavras-chave: Antropometria, futebol americano, tecido adiposo.

**INTRODUÇÃO:** O Futebol Americano é um esporte muito popular nos Estados Unidos que tem atualmente atraído pessoas em mais de 100 países (VURAL; RUDARLI; OZKOL, 2009). Segundo Pinto et al, (2014) o Futebol Americano é um esporte que exige uma variedade de respostas fisiológicas de seus jogadores como resultados de combinadas e excessivas corridas de alta intensidade e frequentes contatos físicos. **OBJETIVO:** Identificar a composição corporal e o somatotipo de atletas de Futebol Americano do estado de Sergipe, atuantes na categoria amadora da Liga Nordeste. **METODOLOGIA:** Este estudo apresenta características exploratórias, sendo do tipo descritivo de caráter transversal realizado com 24 atletas do sexo masculino. Os dados foram coletados em uma tarde, horas antes do treino do time, nas instalações de um clube de futebol da região, realizamos aferição das variáveis antropométrica como massa corporal, estatura, circunferências (braço relaxado, abdominal e panturrilha), diâmetros ósseos (biestiloide, biepicondiliano do fêmur e biepicondiliano do úmero) e dobras cutâneas (tricipital, subescapular, supra íliaca e perna media) para posterior cálculo da classificação do somatotipo utilizado os métodos de Heath-Carter (1990). **RESULTADOS:** Os atletas apresentaram idade média de 24,25 ± 4,68, com massa corporal de 95,49 ± 22,65, levando assim a constatação que deve se tratar de um time mais leve se comparado a média da liga profissional que é de 111,00 kg, e mais pesado levando em conta a média de 82,00 kg dos bicampeões brasileiros (COMACHIO et al. 2015). A média da variável estatura foi de 1,77 ± 6,64 neste ponto percebemos uma estatura inferior, pois tanto os atletas da pesquisa de Andrew et al. (2009), quanto os de Comachio et al. (2015) apresentaram valores quase idênticos, com média de 1,88 cm respectivamente. O percentual de gordura uma média de 27,64 ± 12,65 % apresentando valores que classificam como excesso de peso perante McArdle (2008, p. 778 – 783). A classificação do somatotipo foram 4,167% central, 4,167% ecto-mesomorfo, 4,167 mesomorfismo balanceado, 12,50% meso-endomorfo, 25,00% endomorfo-mesomorfo e em sua maioria 50,00 % dos jogadores endo-mesomorfo. **CONCLUSÃO:** Por fim podemos relatar que por mais, que o time seja de uma categoria amadora da liga nordeste, ele não apresentou grandes diferenças de perfil antropométricos, comparado a outros times existente do Brasil ou até mesmo a liga profissional americana. No entanto na classificação do biótipo o perfil endomorfo predomina em relação ao ectomorfo, indicando assim que os atletas apresentam alto índices de tecido adiposo, como também o perfil mesomorfo apresenta uma boa estrutura muscular.

### REFERÊNCIAS:

ANDREW, M. T.; ROBERT, A. V.; ANDREW, E. L.; REGINALD, E. D.; DEBRA, C. A.; THOMAS, W. A.; LON, W. C.; ROBERT, A. H.; ELLIOT, J. P.; PATRICK, J. S.; PETER, W. F. W.; ANTHONY, P. Y. **Prevalence Of Cardiovascular Disease Risk Factory Among National Football League Players.** American Medical Association. Vol. 301, 2009.



---

COMACHIO, J.; COMACHIO, G.; RIETJENS, P.; LOVATO, M.; CLAUDIO, J. P.; RODRIGO, O. P. F.; **Desempenho Anaeróbico e Características Antropométricas de Jogadores de Futebol Americano de Uma Equipe Brasileira.** Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício, São Paulo, Vol. 9, n. 51, p. 72-80, 2015.

CARTER, J.E.L.; HEATH, B.H. **Somatotyping - Development and Applications.** Cambridge: Cambridge University Press, 1990.

MCARDLE, WILLIAM D. **Fisiologia do Exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano /** William D. McArdle, Frank I. Katch, Victor L. Katch; traduzido por Giuseppen Taranto. – Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008, 6<sup>th</sup> ed.

PINTO, Sara. I, F.; BERDACKI, Valéria S. **Avaliação da Perda Hídrica e do Grau de Conhecimento em Hidratação de Atletas De Futebol Americano.** Revista Brasileira de Nutrição Esportiva. São Paulo v. 8. n.45. p. 171-179. Maio/Jun. 2014.

VURAL, F.; RUDARLI, N. G.; OZKOL, M. Z. **Physical and Physiological status in American Football Players in Turkiye** Serbian Journal of Sports Sciences. Vol. 3. Num. 1. 2009. p.9-17.

## ÍNDICE DE CONICIDADE EM CRIANÇAS

JONAS OLIVEIRA DOS SANTOS\*

BEATRIZ BATISTA SANTOS\*

ELIAS FREITAS DE JESUS\*

ADEVANDRO SANTOS COELHO\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

e-mail: jonasoliveirastos@gmail.com

Palavras-chave: Crianças. Obesidade. Doença.

**INTRODUÇÃO:** atualmente o ritmo de crescimento em crianças vem variando conforme o peso e composição corporal, revelando um grave problema de saúde pública, devido ao sobrepeso e obesidade que gera vários indicadores de risco metabólico (GRIEBLERA et al., 2015; BEE et al., 2013; BEATRIZ et al. 2013; SCHMIDT et al., 2006). **OBJETIVOS:** avaliar o índice de conicidade (IC) em crianças de dois a dez anos de ambos os sexos e identificar se os mesmos possuem riscos de doenças cardiovasculares. **METODOLOGIA:** A pesquisa foi realizada em 06 (seis) municípios do estado de Sergipe, onde, a amostra foi caracterizada por 14 participantes. Para a avaliação do IC foi necessário medir o peso, estatura e circunferência da cintura (CC). De acordo com a fórmula de conicidade é uma relação entre a circunferência da cintura (m) e a raiz quadrada da divisão do peso (kg) pela estatura (m) multiplicada pela constante 0,109. O numerador é a medida da circunferência da cintura em metros. O valor 0,109 é a constante que resulta da raiz da razão entre  $4\pi$  (originado da dedução do perímetro do círculo de um cilindro) e a densidade média do ser humano de  $1\ 050\ \text{kg/m}^3$ . Assim, o denominador é o cilindro produzido pelo peso e estatura de determinado indivíduo (PITANGA E LESSA, 2004). O IC é de 1,00 a 1,73, partindo de um cilindro perfeito para um cone duplo perfeito. **RESULTADOS:** de acordo com o objetivo propostos e a metodologia utilizada, a amostra foi composta por 14 crianças (50% do sexo masculino) de regiões variadas do estado de Sergipe. O peso médio foi de  $24,14 \pm 6,91$  kg, a estatura foi de  $1,22\ \text{m} \pm 0,19$  e a circunferência da cintura foi de 0,53 cm. A média do IC foi de  $1,12 \pm 0,12$  e 92,85% das crianças apresentaram o IC acima do previsto. **CONCLUSÃO:** Verificou-se que a maioria das crianças apresenta risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares. Essas crianças devem ser monitoradas frequentemente seja no âmbito escolar ou familiar, promovendo dessa forma, o controle da obesidade infantil e evitando futuros problemas de saúde.

## REFERÊNCIAS:

BEE, Helen. A criança em desenvolvimento. 9. ed. Porto Alegre: ARTMED, 2003.

SCHMIDT, Richard A.; WRISBERG, Craig A. Aprendizagem e performance motora: uma abordagem da aprendizagem baseada no problema. 2. ed. Porto Alegre: ARTMED, 2006.

PITANGA, F.J.G., LESSA, Ines. Sensibilidade e especificidade do índice de conicidade como discriminador do risco coronariano de adultos em Salvador, Brasil. Rev. Bras. Epidemiol., v.7, n.3, 2004.

GRIEBLERA, N. et al. Avaliação do índice de conicidade em escolares de Caxias do Sul/RS. Caxias do Sul – RS, de 15 a 17 de setembro de 2015.

BEATRIZ, S.S. et al. Índice de conicidade como predito de risco cardiovascular elevado: uma revisão bibliográfica. Catuípe-RS, 2013.

## PERFIL ANTROPOMÉTRICO DE JOGADORES DE FUTEBOL JUVENIL

CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS\*

TAIZE RIBEIRO DE SOUZA\*

MARCUS VINICIUS SANTOS DO NASCIMENTO\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

LUÍS PAULO DE SOUZA GOMES (CREF:1156-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

Carla\_fabiane.tec.alimentos@hotmail.com

Palavras-chave: Futebol, maturação, antropometria.

**INTRODUÇÃO:** O futebol está entre as modalidades esportivas que mais atraem participantes. Considerado um dos esportes mais praticados no mundo, sua popularidade tem influenciado gerações e possui um cunho social de relevante importância, pois muitos dos jovens atletas buscam através da sua prática, a ascensão social e a solução de problemas econômicos em suas famílias (GUTERMAN, 2013). Esse esporte de contato tem como característica principal os sprints intermitentes, onde ocorrem muitas ações de velocidade, com fintas (mudanças de direção), saltos, passes e chutes, dentre outros elementos de desenvolvimento da técnica individual, que são de extrema importância na aplicação tática das equipes (DIGIOVANI, 2011; NASCIMENTO et al., 2014). **OBJETIVOS:** Avaliar as variáveis antropométricas e maturacionais, em atletas de futebol de campo da categorial juvenil da cidade de Itabaiana - SE. **METODOLOGIA:** Estudo descritivo de caráter transversal realizado com 22 jogadores do sexo masculino de uma equipe de futebol, da cidade de Itabaiana- SE, categoria juvenil, 16 a 20 anos. Foram analisadas as características antropométricas através das variáveis de massa corporal, estatura e dobras cutâneas tricipital e subescapular para posterior cálculo da composição corporal. O percentual de gordura foi calculado através da equação de Slaughter et al. (1988). Para isso foi utilizada a escala de Tanner (1962) cuja finalidade foi a obtenção da maturação sexual. **RESULTADOS:** Os atletas apresentaram percentual de gordura, massa gorda e massa magra fora dos padrões atléticos considerados ideais para um bom rendimento físico. A média do % de gordura dos atletas púbere foi de  $16,27 \pm 3,51$ , enquanto que no pós-púbere foi de  $15,7 \pm 5,46$ . A média nas variáveis de massa gorda e massa magra respectivamente para os atletas púbere foram de  $10,12 \pm 2,50$  e  $51,84 \pm 4,08$ , para os atletas pós-púbere  $10,94 \pm 4,96$  e  $56,78 \pm 5,44$ . Já em idade e estatura tiveram uma média de  $16,8 \pm 1,10$  e  $1,74 \pm 0,04$  púbere e  $16,41 \pm 1,18$  e  $1,77 \pm 0,05$  pós-púbere. **CONCLUSÃO:** O resultado do estudo demonstra que os níveis de adiposidade encontrados nos atletas analisados estão fora dos parâmetros da modalidade nos que se refere aos estágios de desenvolvimento maturacional púbere e pós-púbere.

### REFERÊNCIAS:

DIGIOVANI, M. Análise Antropométrica de Atletas de Categorias de Base de Um Time Paranaense de Futebol de Campo. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo. V. 5. N. 30. P. 523-529. 2011.

GUTERMAN, M. **O futebol explica o Brasil: uma história da maior expressão popular do país**. São Paulo: Contexto, 2013.

NASCIMENTO, P. C. et al. Perfil antropométrico e performance aeróbia e anaeróbia em jovens jogadores de futebol. **Revista Brasileira C. Movimento**. 22(2);57-64, 2014.

SLAUGHTER M. H. et al. **Skinfold equations for estimation of body fatness in children and youth**. Hum Biol, v. 60, p. 709-723, 1988.

---

TANNER, J.M. Growth at adolescence. **With a general consideration of the effects of hereditary and environmental factors upon growth and maturation from birth to maturity.** Great Britain: Blackwell Scientific Publications. 1962.

## ÍNDICE DE MASSA CORPORAL PARA ADOLESCENTES DOS 12 ANOS

EVANDRO CORDEIRO DA SILVA\*  
JOSÉ ALLESSON SANTOS CRUZ\*  
JOSÉ BERTINO SANTOS MEDEIROS DE ALMEIDA\*  
VALTENE DE OLIVEIRA NASCIMENTO JUNIOR\* \*NARA  
MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
j.a96cruz@gmail.com  
Palavras-chave: IMC. Adolescente. Obesidade.

**INTRODUÇÃO:** A obesidade é considerada a nova pandemia do século XXI, cada vez mais recorrente na infância e na adolescência está diretamente ligada ao surgimento de inúmeras doenças crônicas, diabetes tipo 2, aterosclerose precoce entre outras. (LOURENÇO, 2015.). Entre as causas, o sedentarismo se mostra como um dos principais contribuintes para a manifestação desse distúrbio metabólico na infância e adolescência (HALLAL et.al., 2006.), o peso ao nascer também está associado à manifestação da doença (MARTINS; CARVALHO, 2006). Esse problema representa gastos crescentes aos cofres públicos dos países industrializados, no Brasil esse gasto representa 2,4% do PIB (ENES; SLATER. 2010). O IMC geralmente é utilizado para o diagnóstico da obesidade ou sobrepeso em adolescentes, já que com estes seus resultados se mostram menos questionáveis do que quando realizado em crianças (LOURENÇO, 2015.). **OBJETIVOS:** Verificar a ocorrência de sobrepeso ou obesidade em adolescentes dos 12 anos de uma escola municipal da cidade de Lagarto, Sergipe. **METODOLOGIA:** Utilizando de uma fita métrica e uma balança digital, foram aferidas as medidas de peso corporal e estatura em pé de cada aluno, IMC (MELLO et.al. 2004). Durante a verificação do peso corporal, os alunos estavam descalços e desprovidos de qualquer objeto que pudesse interferir ou alterar os resultados. Para a estatura foi fixada uma fita métrica na parede, os alunos foram posicionados paralelamente à fita com olhar voltado ao horizonte. **RESULTADOS:** Foram avaliados 9 alunos sendo 5 do sexo feminino e 4 do sexo masculino. Nesta amostra, o peso foi de  $43,50 \pm 1,99$  kg, a estatura  $1,57 \pm 0,02$  m e o IMC  $17,59 \pm 0,60$  Kg/m<sup>2</sup>. Como diagnóstico observou-se que os indivíduos estão entre os percentis p3 e p85 significando estado de eutrofia de acordo com a referência da OMS para IMC por idade. **CONCLUSÃO:** Não foram encontrados sobrepeso e obesidade nos adolescentes de 12 anos da cidade de Lagarto, Sergipe, de acordo com a amostra em questão.

### REFERÊNCIAS:

- ENES, Cristina Carla; SLATER, Betzabeth. Obesidade na adolescência e seus principais fatores determinantes. Revista Brasileira de Epidemiologia, São Paulo, pp.163-177, 2010.
- HALLAL, Curi Pedro; BERTOLDI, D. Andréa; GONÇALVES, Helen; VICTORIA, G. Cesar. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes de 10-12 anos de idade. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, pp.1277-1287, jun.2006.
- LOURENÇO, João. Prevalência da obesidade em meio escolar, estudo realizado ao segundo e terceiro ciclo de escolaridade numa escola na cidade de Beja. Revista de Educación, Motricidad e Investigación, Beja, nº 5, pp.61-68, 2015.
- MARTINS, B. Eliana; CARVALHO, S. Marília. Associação entre peso ao nascer e o excesso de peso na infância: revisão sistemática. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, nº22, pp. 2281-2300, nov. 2006.
- MELLO, de D. Elza; LUFT, C. Vivian; MEYER, Flavia. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes? .Jornal de Pediatria, Rio de Janeiro, Vol.80, Nº3, pp.173-182, 2004.

## A IMPORTÂNCIA DA IMPLANTAÇÃO DO PROGRAMA DE SAÚDE DA FAMÍLIA (PSF)

ANNE KRISLEY AZEVEDO MELO (CREF: 001599-G/SE)\*  
FERNANDO SANTOS SILVA\*  
TARCÍSIO LIMA RORIZ CRUZ\*  
TIAGO CARVALHO MATOS SANTOS\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
annemelo.19@hotmail.com

Palavras-chave: política de saúde; assistência à saúde; saúde da família.

**INTRODUÇÃO:** O Programa de Saúde da Família (PSF) surge no Brasil como uma estratégia de reorientação do modelo assistencial a partir da atenção básica, em conformidade com os princípios do Sistema Único de Saúde. O PSF se apresenta como uma nova maneira de trabalhar a saúde, tendo a família como centro de atenção e não somente o indivíduo doente (MS, 1998).

**OBJETIVOS:** Refletir sobre potencialidades e contradições do PSF no processo de mudança do modelo assistencial. **METODOLOGIA:** Este é um estudo de revisão de literatura, utilizando-se do Google Acadêmico, no idioma português, em que foram encontrados 23.900 artigos. Desses, foram consultados doze e selecionados seis, para a realização do presente artigo, por meio de consultas de palavras-chave: “política de saúde”, “assistência à saúde”, “saúde da família”, onde afirmam que as estratégias de saúde propostos pelo governo, tal como mostra a história nem sempre visam o bem-estar da população. **RESULTADOS:** Campos (1989), ao descrever SUS, aponta que nesta alternativa de modelo assistencial, o mercado não seria o principal critério para organizar e distribuir serviços, mas o planejamento realizado não a partir do poder aquisitivo das pessoas, mas de suas necessidades de saúde. Vasconcelos (1998) entende que PSF vem responder a uma tendência mundial de redução de custos em seus procedimentos com pessoal, hospitalização e tecnologias. Segundo MS (BRASIL, 1994, 1997 e 2016), a operacionalização do PSF deve ser adequada às diferentes realidades locais, desde que mantidos os seus princípios e diretrizes fundamentais. **CONCLUSÃO:** Pode-se concluir, que se torna necessário oferecer atenção especial para implantação de equipe do PSF nos municípios, qualificando profissionais, visando o atendimento integral das famílias e avaliando o impacto do PSF com base na investigação de mudanças comportamentais e culturais em torno do processo saúde-doença e nas formas de enfrentamento dos problemas de saúde dos integrantes de cada comunidade.

### REFERÊNCIAS:

- BRASIL. Ministério da Saúde da Família. Brasília. COSAC, 1994.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde da família: uma estratégia para reorientação do modelo assistencial. Brasília, 1997.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Programa Saúde da Família[online]. Disponível na Internet: [HTTP://www.saude.gov.br/psf/menu/menu.htm\(16/03/2016\)](http://www.saude.gov.br/psf/menu/menu.htm(16/03/2016)). Acesso em: 16 de agosto de 2016.
- CAMPOS, G. W. de S. Modelos assistenciais e unidades básicas de saúde: elementos para debate. In: Campos, G. W. de S. ET AL. Planejamento sem normas. São Paulo, Editora HUCITEC, 1998. P. 53-60.
- VASCONCELLOS, M. P. G. Reflexões sobre saúde da família. In: Mendes, E. V. org. A organização da saúde no nível local. São Paulo. Editora HUCITEC, 1998. P. 155-172.

## RELAÇÃO DA MATURAÇÃO SEXUAL E MARCADORES HORMONAIS COM AS CAPACIDADES FÍSICAS EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES

RENATA POLIANE NACER DE CARVALHO DANTAS

VANESSA CARLA MONTEIRO PINTO

THAISYS BLANC DOS SANTOS SIMÕES

PETRUS GANTOIS DIAS DE MASSA SANTOS

BRENO GUILHERME ARAÚJO TINOCO CABRAL

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE (UFRN) NATAL/RN- BRASIL

Email:renata\_aji@yahoo.com.br

**PALAVRAS-CHAVE:** Maturação; Marcadores Hormonais; Capacidades Físicas

**INTRODUÇÃO:** O ser humano não é biologicamente estático, desde o momento da concepção até a morte ocorrem transformações quantitativas e qualitativas no sentido evolutivo. Durante as duas primeiras décadas de vida, a principal atividade do organismo humano é “crescer” e “desenvolver”. Esses fenômenos ocorrem de maneira simultânea e condicionados a uma maior ou menor velocidade no processo maturacional e de sua interação com indicadores do ambiente. **OBJETIVO:** O estudo tem como finalidade comparar e relacionar a maturação com as capacidades físicas e marcadores hormonais em crianças. **METODOLOGIA:** estudo compreende 89 sujeitos, de ambos os sexos com faixa etária de 08 a 14 anos. Foi avaliada a maturação sexual através do auto-tanner, a força explosiva de membros superiores e inferiores, através do arremesso de medicineball e plataforma de salto, a velocidade de membros superiores pelo golpeio de placas, a agilidade por meio do teste de 30 metros e as dosagens de testosterona e estradiol pelo método de quimiluminescência. **RESULTADOS:** Observamos no nosso estudo que os meninos não foram encontrados diferenças significativas entre as variáveis analisadas e as meninas foram encontradas no estágio maturacional 3 e 4 obtiveram melhor desempenho para o teste de força explosiva de membros superiores. **CONCLUSÃO:** Constatamos que a maturação sexual desempenha um importante papel no desenvolvimento da FEMMSS para as meninas o que não foi observado nos meninos, provavelmente em virtude de fatores subjetivos na avaliação da maturação sexual.

### REFERÊNCIAS:

- MASSA, M. Seleção e promoção de talentos esportivos em voleibol masculino: análise de aspectos cineantropométricos. 1999. 153f. Dissertação (mestrado em educação física) – Escola de Educação Física e Esporte – Universidade de São Paulo, São Paulo, 1999.
- MATSUDO, S. M. M.; MATSUDO, V. K. R. Validade da autoavaliação na determinação da maturação sexual. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 5, n. 2, p.18-35, 1991.
- OKANO, A. H.; ALTIMARI, L. R.; DODERO, S. R.; COELHO, C. F.; ALMEIDA, P. B. L.; SYRINO, E. S. Comparação entre o desempenho motor de crianças de diferentes sexos e grupos étnicos. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 9, n. 3, p.39-44, 2001.
- PEREIRA F, OLIVEIRA J, ZOLNER C et al. Body weight perception and associated factors in students. J Human Growth an Development, 2013; 23(3) 196:302
- TANI, G. Comportamento motor, aprendizagem motora. 5º ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

## RELAÇÃO DA IDADE ÓSSEA E MARCADORES HORMONAIS COM A CAPACIDADE FÍSICA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

PETRUS GANTOIS MASSA DIAS DOS SANTOS  
FRANCISCO EMILIO SIMPLICIO DE SOUZA  
SUZET DE ARAÚJO TINOCO CABRAL  
VANESSA CARLA MONTEIRO PINTO  
BRENO GUILHERME DE ARAÚJO TINOCO CABRAL  
ptrs.gantois@hotmail.com

Palavras-chave: testosterona; estradiol; força muscular; aptidão física

**INTRODUÇÃO:** A capacidade física é um importante parâmetro do desenvolvimento funcional a ser investigado em crianças e adolescentes, não apenas pela idade cronológica e sim pelo seu estado maturacional, já que sujeitos com mesma idade cronológica podem apresentar desempenho diferente ao seu par menos maturado. **OBJETIVO:** Comparar e relacionar as capacidades físicas e marcadores hormonais de acordo com o sexo e maturação de crianças e adolescentes. **MÉTODOS:** A amostra foi composta por 89 sujeitos de ambos os sexos de 10 a 13 anos. Foram avaliados a maturação obtida através da idade óssea, capacidades físicas (força explosiva de membros inferior e superior, velocidade de membro superior e agilidade) e marcadores hormonais (testosterona e estradiol) através do método de quimioluminescência. Para comparar as variáveis dependentes de acordo com o sexo e estado maturacional foi utilizado o teste de Mann-Whitney, e o teste de correlação de Spearman para analisar a relação entre a idade óssea e os marcadores hormonais com as capacidades físicas. O nível de significância foi de  $p \leq 0,05$ . **RESULTADOS:** na comparação entre o sexo as meninas obtiveram estado maturacional mais avançado (32,11%,  $p=0,024$ ) do que os meninos, sendo mais pesadas (13,40%,  $p=0,023$ ) e altas (2,76%,  $p=0,018$ ); em contrapartida os meninos apresentaram maior desempenho para as capacidades físicas, FEMS (18,95%,  $p=0,005$ ), FEMI (9,80%,  $p=0,011$ ), Agilidade (5,02%,  $p=0,018$ ), VMS (12,20%,  $p=0,014$ ); e os respectivos hormônios sexuais obtiveram diferenças significativas (meninos (120,13%,  $p=0,005$ )>testosterona; meninas (200,68%,  $p=0,002$ )>estradiol). Relativo à maturação foi observado que os meninos em estado maturacional normal apresentaram maior idade óssea (12,46%,  $p=0,02$ ), peso (32,83%,  $p<0,001$ ) e estatura corporal (7,09%,  $p<0,001$ ), o que também foi verificado para as capacidades de FEMS (26,51%,  $p=0,002$ ), FEMI (13,84%,  $p=0,01$ ) e níveis de testosterona (107,54%,  $p=0,016$ ); resultados semelhantes foram verificados para as meninas, no qual as classificadas no estado normal obtiveram maior idade óssea (21,66%,  $p<0,001$ ), peso (36,50%,  $p<0,001$ ) e estatura corporal (9,29%,  $p<0,001$ ), assim como maior desempenho na FEMS (50%,  $p<0,001$ ) e níveis de estradiol (146,76%,  $p=0,011$ ). Na análise de correlação a idade óssea se relacionou com a força explosiva de membros superior ( $r=0,660$ ,  $p<0,001$ ) e inferior ( $r=0,430$ ,  $p<0,001$ ) e com a testosterona ( $r=0,296$ ,  $p=0,048$ ) para os meninos, já a idade óssea das meninas se relacionou com a força explosiva de membro superior ( $r=0,586$ ,  $p<0,001$ ) e níveis de estradiol (0,514,  $p<0,001$ ). **CONCLUSÃO:** É possível concluir que maturação e os níveis de testosterona e estradiol exercem um importante papel nos aspectos físicos e no desempenho das habilidades motoras das crianças e dos adolescentes, principalmente na força de membro superior a qual se mostrou mais relacionada com a maturação obtida pela idade óssea de meninos e meninas.

### REFERÊNCIAS:

Cabral BG de AT, Cabral S de AT, Vital R, Lima KC de, Alcantara T, Reis VM, et al. Equação preditora de idade óssea na iniciação esportiva através de variáveis antropométricas. **Rev Bras**



---

**Med do Esporte.** 2013;19(2):99–103.

Cabral S de AT, Cabral BG de AT, Pinto VCM, Andrade RD de, Borges MV de O, Dantas PMS. Relação da idade óssea com antropometria e aptidão física em jovens praticantes de voleibol. **Rev Bras Ciências do Esporte.** 2016;(xx).

Casajús J a, Leiva MT, Villarroya A, Legaz A, Moreno L a. Physical performance and school physical education in overweight Spanish children. *Ann Nutr Metab.* 2007;51(3):288–96.

Freitas DL, Lausen B, Maia JA, Lefevre J, Gouveia ÉR, Thomis M, et al. Skeletal maturation, fundamental motor skills and motor coordination in children 7-10 years. **J Sports Sci.** 2015;33(9):924–34.

Goswami B, Singha Roy A, Dalui R, Bandyopadhyay A. Impact of Pubertal Growth on Physical Fitness. **Am J Sport Sci Med.** 2014;2(5A):34–9.

Malina RM, Rogol AD, Cumming SP, Coelho E Silva MJ, Figueiredo AJ. Biological maturation of youth athletes: assessment and implications. **Br J Sports Med** 2015;49(13):852–9.

Silva DAS, Pelegrini A, Petroski EL, Gaya ACA. Comparison between the growth of Brazilian children and adolescents and the reference growth charts: data from a Brazilian project. **J Pediatr.** 2010;86(2):115–20.

## O OLHAR DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA A CERCA DA INCLUSÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

PAULA LETÍCIA SANTOS COSTA SENA (CREF 964G/SE)\*

LÚCIA MENEZES GERÔNIMO \*

WILLIAN SANTOS DANTAS\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

paulaleticia20.pls@gmail.com

Palavras-chave: Professores. Pessoas com Deficiência. Educação Física.

**INTRODUÇÃO:** No processo de formação acadêmica faz-se fundamental a discussão acerca da pessoa com necessidade educacional especial, visto que a escola, enquanto instituição social, atualmente está responsável pelo atendimento educacional as pessoas com deficiências, garantindo o direito a uma educação de qualidade para todos, com a participação da família neste processo. A definição de uma escola inclusiva vem sendo discutida há muitos anos, desde a publicação da Declaração Universal dos Direitos Humanos (1948). A inclusão de pessoas com deficiência em escola de ensino regular, vem sendo muito discutido entre profissionais que atuam nesses estabelecimentos de ensino, e tais profissionais vem se aperfeiçoando para recebê-los e desenvolver da melhor forma as atividades escolares (CROCHÍK, et al 2011; PEDROSA et al 2013; MARTINS, 2014;). **OBJETIVOS:** Investigar o olhar do professor de educação física acerca da inclusão de pessoas com deficiência nas aulas de educação física. **METODOLOGIA:** O estudo caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica realizada nas bases de dados do *Scielo*, Google Acadêmico e Bireme. Os termos utilizados para a pesquisa foram: “professores”, “pessoas com deficiência” e “educação física”. Foram encontradas 74 referências das quais sete foram selecionadas. **RESULTADOS:** Os resultados demonstram que existem fatores como, a falta de preparação específica do professor para receber o aluno com deficiência em suas aulas, assim como a infraestrutura inadequada da escola que dificultam e influenciam no trabalho de inclusão seja nas aulas de educação física, ou até mesmo na escola. A literatura apresenta, que por lei e obrigação da escola receber a pessoas com deficiência, porém algumas instituições não apresentam estruturas adequadas para receber esse aluno, é possível encontrar em algumas escolas uma sala chamada de 'sala de recurso', na qual é possível desenvolver atividades de modo geral para as pessoas com deficiência. Um outro fator diz respeito aos profissionais que mesmo com limitações e poucos recursos se mostram interessados em trabalhar da melhor forma com pessoas com deficiência. Nas aulas de educação física as aulas que possuem esse público são aulas adaptadas, as quais as mesmas são desenvolvidas para dar maior segurança aos alunos e propicie a participação de todos independente de sua deficiência. (CROCHÍK, et al 2011;GUTIERRES FILHO et al 2012; PALMA, LEHNHARD 2012; PEDROSA et al 2013; MAUERBERG-DECASTRO et al 2013; BENTO et al 2015). **CONCLUSÃO:** Conclui-se que, ao investigar o olhar de professores para a inclusão de pessoas com deficiência nas aulas de educação física, fica evidenciado a necessidade de uma formação continuada para trabalhar com a inclusão de alunos com deficiência em suas aulas de forma segura. Há também o agravante da estrutura das escolas, que muitas vezes não são adequadas para as atividades. Com o estudo foi possível perceber sobre a importância de um investimento na formação dos profissionais, pois alguns professores se mostram interessados em se qualificar e fazer uma especialização para melhor atender as necessidades dos alunos.

## REFERÊNCIAS

- BENTO, T. S., DE CASTILHOS, G. I. C., SCHOELLER, S. D., ROCHA, P. K., Tholl, A. D., & SOARES, M. Z. Desafios para inclusão da criança com deficiência na escola. *Enfermagem em Foco*, v. 6, n. 1/4, 2016.
- CROCHÍK, José Leon., PEDROSSIAN, Dulce Regina dos Santos., ANACHE, Alexandra Ayach., MENESES, Branca Maria de., LIMA, Maria de Fátima Evangelista Mendonça. Análise de atitudes de professoras do ensino fundamental no que se refere à educação inclusiva. *Educação e Pesquisa*, São Paulo, v.37,n.3, p. 565 -582, set./dez. 2011
- dos professores de Educação Física no processo de inclusão escolar do estudante surdo. *R. bras. Ci. e Mov* 2013;21(2): 106-115.
- GUTIERRES FILHO, B., JOSÉ, P., ALVES FERREIRA MONTEIRO, M. D., da Silva, R., & SILVA, A. J. Revisão da produção científica internacional sobre crenças, atitudes, opiniões e comportamentos docentes na inclusão em educação física. *Liberabit*, v. 18, n. 2, p. 173-181, 2012.
- MARTINS, Celina Luísa Raimundo. *EDUCAÇÃO FÍSICA INCLUSIVA: ATITUDES DOS DOCENTES*. *Movimento (ESEF/UFRGS)*, v. 20, n. 2, p. 637-657, 2014.
- MAUERBERG-DECASTRO, E., PAIVA, A. C. D. S., FIGUEIREDO, G. A., COSTA, T. D. A. D., CASTRO, M. R. D., & CAMPBELL, D. F. Attitudes about inclusion by educators and physical educators: effects of participation in an inclusive adapted physical education program. *Motriz: Revista de Educação Física*, v. 19, n. 3, p. 649-661, 2013.
- PALMA, Luciana Erina; LEHNHARD, Greice Rosso. Aulas de educação física e inclusão: um estudo de caso com a deficiência física. *Revista Educação Especial*, v. 25, n. 42, p. 115-126, 2012.
- PEDROSA VS, BELTRAME ALN, BOATO EM, SAMPAIO TMV. A experiência

## COMPORTAMENTO DA COORDENAÇÃO MOTORA DE ESCOLARES EM DIFERENTES ESTÁGIOS MATURACIONAIS

JOÃO PAULO DE FREITAS ARAÚJO<sup>1</sup>  
THAISYS BLANC DOS SANTOS SIMÕES<sup>2</sup>  
LEANDRO MEDEIROS DA SILVA<sup>2</sup>  
BRENO GUILHERME DE ARAÚJO TINOCO CABRAL<sup>2</sup>  
JASON AZEVEDO DE MEDEIROS<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN), Natal, Rio Grande do Norte, Brasil.

<sup>2</sup>Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, Rio Grande do Norte, Brasil.

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

**PALAVRAS-CHAVE:** Maturação sexual. Coordenação motora. Sexo masculino. Escolares.

**INTRODUÇÃO:** Crescimento, maturação e desenvolvimento humano são processos altamente relacionados que ocorrem continuamente durante todo o ciclo de vida. A partir disso, as aquisições motoras de crianças e adolescentes não podem ser compreendidas de forma exclusivamente biológica ou ambiental; uma abordagem biocultural é essencial, reconhecendo a interação entre fatores biológicos e socioculturais presentes na vida do ser humano. Estes processos interferem diretamente nas relações afetivas, sociais e motoras dos jovens; conseqüentemente, é necessário adequar os estímulos ambientais em função desses fatores. **OBJETIVO:** O objetivo do estudo foi verificar a correlação dos estágios puberais com a coordenação motora em meninos escolares de 8 a 12 anos. **METODOLOGIA:** Participaram do estudo 30 escolares (9,89 ± 1,19 anos; 1,36 ± 0,089 m; 35,5 ± 10,23 kg). Na metodologia foram realizadas aferições de massa corporal, estatura e altura tronco-cefálica; perímetros de pescoço, braço contraído, antebraço e cintura; diâmetro ósseo do bipicôndilo do fêmur; distâncias ósseas acrômio-radial e tibial maleolar. A avaliação da maturação sexual foi realizada através da equação de predição da maturação puberal proposta por Medeiros (2013). A avaliação do teste KTK para avaliar o desempenho motor foi desenvolvido por Kiphard e Schilling (1974). Utilizou correlação de Pearson entre as médias das variáveis. O tratamento estatístico e os gráficos foram realizados nos programas SPSS versão 20.0. A margem de significância foi de  $p < 0,05$ . **RESULTADOS:** Em relação aos percentuais dos estágios puberais, a maioria encontra-se no estágio puberal 5 (56,7%), no estágio 2 (3,3%), nos estágios 3 (13,3%) e estágio 4 (26,7%), o que indica que as crianças estudadas encontra-se nos estágios de maturação sexual avançado. Os resultados do desempenho motor obtido pelos escolares mostram que as classificações de perturbações motoras e insuficiência na coordenação tiveram os mesmos valores de 40% o que indica um baixo nível de desempenho motor. No total, 80% dos participantes encontram-se abaixo da classificação considerada normal e apenas 20% foram classificados com a coordenação motora normal. Foi observada correlação moderada entre maturação sexual e coordenação motora em meninos. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que os meninos encontra-se nos estágios de maturação sexual avançado. Na coordenação motora mostram que os participantes encontram-se abaixo da classificação considerada normal e apenas 1/3 da amostra foi classificada com a coordenação motora normal. Quando verificado a maturação, a mesma mostrou uma moderada correlação na coordenação motora dos escolares, ou seja, mostrou que a maturação influencia na variável da coordenação.

### REFERÊNCIAS

KIPHARD, E.J.; SCHILLING, F. Der hamm-marburger-koordinationstest fuer kinder (HMKTK). *Monatszeitsschrift fuer Kinderheil Kunde*, v. 118, p. 473-9, 1974.

---

MALINA, R.M.; BOUCHARD, C.; BAR-OR, O. **Growth, maturation, and physical activity.** Champaign, IL: Human Kinetics; 2004.

MASSA, M.; RÉ, A. H. Características de crescimento e desenvolvimento. In L. R. Silva (Ed.), **Desempenho esportivo: Treinamento com crianças e adolescentes.** São Paulo: Phorte, p. 71-108, 2010.

MEDEIROS R. M. **Predição da maturação puberal de indivíduos do sexo masculino a partir de variáveis antropométricas.** 2013. 111 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2013.

PAPALIA, D. E.; OLDS, S. W. **Desenvolvimento humano.** Porto Alegre: Artmed, 2000.

## SEIS COMPETÊNCIAS DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO ESPECIAL: UMA REFLEXÃO PARA O PROFISSIONAL DA ÁREA

RAISSA CAROLINE HORA SANTOS \*  
ÉRIKA VIEIRA SOUZA SANTOS (CREF: 1.037-G/SE) \*  
MANOEL FRANCISCO SOARES DA SILVA JÚNIOR \*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE) \*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
raissa.mona@hotmail.com

Palavras-Chave: Competências. Educação Física. Educação Especial.

**INTRODUÇÃO:** A educação deve ser compreendida como um processo de socialização onde o sujeito adquire inúmeros tipos de conhecimento. Trata-se de um ato de conscientização cultural e comportamental, em que uma série de habilidades e valores acaba se consolidando ao longo do tempo. (FERREIRA, 2006, p.82). A respeito da Educação Física, entende-se que um dos alicerces na formação de seus profissionais deverá ser a construção de robustas bases de conhecimento, principalmente, para que estes possam apresentar uma atuação reflexiva perante a Educação Especial. (VARGAS, 2003, p.21). **OBJETIVOS:** Refletir sobre as competências (ou responsabilidades) da Educação Física junto à Educação Especial e do quanto é importante que o profissional da área tenha consciência delas. **METODOLOGIA:** A pesquisa bibliográfica ocorreu na biblioteca da Faculdade Estácio de Sergipe, onde a partir dos temas “Competências da Educação Física” e “Educação Especial” foram encontrados cerca de 40 títulos, dentre os quais, 08 foram selecionados para servir de base para este estudo. **RESULTADOS:** Estamos vivendo o momento de ajustar as necessidades dos profissionais da educação às obrigações da Educação, conseqüentemente, precisamos direcionar nossos esforços na cobrança de empenho por parte dos gestores que podem reorganizar o sistema de ensino superior desta área. Para Gotti (2001, p.96-97), o profissional de Educação Física precisa estar consciente de seu papel no desenvolvimento do indivíduo portador de deficiência, pois só assim ele poderá implementar ao seu trabalho as seguintes competências: 1. Reflexão sobre os determinantes filosóficos, políticos, históricos e legais da Educação Especial; 2. Desenvolvimento de conceitos e práticas diversificadas, centradas na aprendizagem e nos níveis de desenvolvimento; 3. Avaliar, continuamente, os processos de desenvolvimento dessa aprendizagem; 4. Planejar flexibilização/adaptações para qualquer dimensão curricular demandada pelas necessidades educacionais especiais; 5. Realizar trabalhos em equipe, atuando com familiares, professores, profissionais da comunidade, etc. 6. Dar respostas educativas que permitam aos alunos desenvolver conceitos, habilidades, atitudes e valores. Logo, não basta formar docentes e bacharéis, é preciso dar-lhes consciência do exercício social para o qual eles estão sendo aperfeiçoados. (MACEDO, 2005, p.18). Defendemos ainda que, também é de competência da Educação Física exercitar ações de cunho político, onde se entende por “competência política” atos reais de cidadania, como a realização de trabalhos cooperativos e um posicionamento sempre construtivo em relação ao seu espaço de atuação. **CONCLUSÃO:** O objetivo maior da Educação Física junto a Educação Especial deve ser o de proporcionar recursos para aqueles que têm necessidades diferentes da maioria. E para que isto possa ocorrer de maneira correta é preciso que a formação dos profissionais desta área vislumbre esta realidade e já os supra com os conhecimentos necessários. E mais, deve-se compreender que toda prática educativa traz em sua essência certa extensão política, portanto, o profissional de Educação Física precisa se perguntar em qual direção ele está atuando e qual o significado de suas ações.

---

**REFERÊNCIAS:**

DUARTE, José Armando. (org.) **O Professor no Ambiente: formação e atuação**. Campinas: Unicamp, 1996, p.435-444.

FERREIRA, Júlio Romero. **Educação Especial, inclusão e política educacional**. São Paulo: Summus, 2006, p.82.

GOTTI, M. O. **Integração e inclusão: nova perspectiva sobre a prática da educação especial**. Londrina: Editora UEL, 2001, p.96-97.

MACEDO, Lino de. **Ensaio Pedagógicos: como construir uma escola para todos**. Porto Alegre: Artmed, 2005, p.18.

VARGAS, Gardênia. **Educação especial e aprendizagem**. UDESC, Florianópolis, 2003, p.19-23.

## FLEXIBILIDADE EM ADOLESCENTES

ADSON CAVALCANTI SANTOS\*

BRENO ALVES SANTOS\*

JOYCE SANTANA LIMA\*

MYRELA SILVA VALEIJO\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

E-mail: adson\_cavalcanti@hotmail.com

Palavras-chave: Flexibilidade. Teste. Avaliados.

**INTRODUÇÃO:** No uso do vocabulário esportivo, entende-se por flexibilidade a qualidade flexível, a capacidade de elasticidade, a facilidade de ser manejado, a maleabilidade, a agilidade, a vivacidade, além de certas adaptações psicológicas. A flexibilidade pode ser definida pela máxima amplitude de movimento voluntário, em uma ou mais articulações, sem lesioná-las. **OBJETIVOS:** Executar uma bateria de testes neuromotores com adolescentes de 15 a 19 anos do Condomínio Porto dos Corais. As informações foram analisadas com auxílio de um programa elaborado assim podendo emitir os dados dos testes (em número), apresentado uma avaliação mediante as condições de cada indivíduo em questão. **METODOLOGIA:** Os testes foram realizados com o uso de material auxiliar neuromotor, como banco específico para aferir a flexibilidade. O teste de sentar e alcançar: usamos um banco específico com participante sentado no chão, encostando os pés inteiros no local indicado, mãos e joelhos esticados. O avaliado tenta alcançar a maior distância no banco com as mãos unidas, deve ser repetido 3 vezes e assim será verificada a média. Foram coletados dados de 10 meninos, a média de idade dos meninos foi de 18,5 anos, foram coletados dados de 10 meninas, a média de idade das meninas foi de 18,1 anos. **RESULTADOS:** Após a aplicação dos testes neuromotor, podemos chegar aos seguintes números, e suas respectivas avaliações. De acordo com os dados, os participantes que eram representados em 70% pelo sexo masculino classificados com uma excelente flexibilidade, os participantes que eram representados em 30% pelo sexo masculino classificados com uma flexibilidade acima da média, levando em conta o valor de todos os meninos juntos eles se classificam com 33,9cm uma excelente flexibilidade. De acordo com os dados, as participantes que eram representadas em 70% pelo sexo feminino classificadas com uma flexibilidade acima da média, as participantes que eram representadas em 30% pelo sexo feminino classificadas com uma excelente flexibilidade, levando em conta o valor de todas as meninas juntas elas se classificam com 33,9cm uma excelente flexibilidade. **CONCLUSÃO:** Com a bateria de testes realizados nos avaliados, pode ser obtida bases de dados representando teste neuromotor funcional sentar e alcançar. Mediante a avaliação dos testes aplicados os avaliados do sexo masculino, 7 entre 10 tem uma boa flexibilidade. Enquanto, cerca de 3 entre 10 não tem uma boa flexibilidade. Já as avaliadas do sexo feminino, 7 entre 10 obteve uma excelente flexibilidade, e 3 entre 10 muito acima da média flexibilidade, assim podemos concluir que os avaliados do sexo feminino possuem uma flexibilidade maior que os avaliados do sexo masculino.

### REFERÊNCIAS:

- CALVI, Nível de Flexibilidade obtida pelo teste de sentar e alcançar a partir de estudo realizado na Grande São Paulo, **Rev Bras Cineantropom desempenho Hum**, São Paulo, 2010, 12(6):415-421.
- CHAGAS, Nova proposta para avaliação da flexibilidade, **Rev. Bras. Educ. Fís. Esp**, São Paulo, v.18, n.3, p.239-48, jul./set. 2004.
- FERNANDES, F.J. **Avaliação física**. Ribeirão Preto: vermelhinho, 1998.



---

LAMARI, Flexibilidade anterior do tronco no adolescente após o pico da velocidade de crescimento em estatura, **Acta ortop. bras.** v.15 n.1 São Paulo 2007.

SILVA, A Flexibilidade em adolescentes – um contributo para a avaliação global, **Rev Bras. Cineantropom desempenho Hum**; 8(1), abr. 2006. Tab Graf.

## TREINAMENTO DE FORÇA PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES

MURILO BATISTA ALVES\*  
PEDRO IVO VIEIRA LAURINDO\*  
WENDELL SILVA DE AMORIM\*  
ZENAIDE MENEZES SANTOS\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

[murillinho88@gmail.com](mailto:murillinho88@gmail.com)

Palavras-chave: Educação física e treinamento; adolescentes; medição de risco.

**INTRODUÇÃO:** A insatisfação pessoal e a busca por padrões de beleza impostos pela mídia promoveram um aumento de público nas academias. Segundo GOLDBERG et al, 2003, principalmente jovens adolescentes buscam fazer atividades de alta intensidade e grande volume de treinamento em busca de uma aceitação de um corpo ideal, a ser atingido, muitas vezes, a qualquer custo. Os exercícios resistidos podem ser os mais indicados e seguros, porque as tensões que os pesos exercem sobre o corpo podem ser controladas. No entanto, se não houver o acompanhamento e a orientação correta de um profissional habilitado, os mesmos podem trazer riscos à saúde. **OBJETIVOS:** Analisar os benefícios e apontar os riscos do treinamento de força em crianças e adolescentes, bem como, mostrar que o treinamento resistido não só traz resultados nas características estéticas, como também, tem finalidades terapêuticas, profiláticas, psicológicas e específicas. **METODOLOGIA:** O trabalho é classificado como uma pesquisa bibliográfica, com abordagem descritiva, baseada em livros e artigos já publicados, encontrados na base de dados do google acadêmico e scielo. Foram pesquisados com as palavras-chave: Educação física e treinamento; crianças e adolescentes; medição de risco. Encontrando vinte e quatro artigos, deste foram selecionados quatro para leitura completa. **RESULTADOS:** O treinamento resistido em crianças e adolescentes evidencia efeitos benéficos em vários órgãos e sistemas do corpo (DANTAS, 2014). Dentre eles, auxilia na aptidão cardiovascular, no aumento de massa, força e resistência muscular, no aumento do conteúdo de cálcio e mineralização óssea, além de agir no sistema endócrino, aumentando a sensibilidade insulínica e melhorando o perfil lipídico (GOLDBEERG et al, 2003). A utilização da técnica incorreta na realização dos exercícios, como o aumento súbito da intensidade ou o desrespeito com a individualidade biológica, pode resultar em estresse mecânico sobre as estruturas músculo-tendinosas, ligamentosas e ósseas e acarretar lesões, que podem ser irreversíveis (OLIVEIRA et al, 2003). Segundo SILVA, (2012) citado por HANSEN (2002) como finalidade terapêutica, o treinamento resistido é usado em crianças com sobrepeso, com o intuito de aumentar a taxa metabólica. Também é aplicado em crianças com paralisia cerebral para melhorar a funcionalidade global, a força muscular e o bem-estar. Como finalidade profilática é empregada na pré-reabilitação, fortalecendo áreas geralmente vulneráveis a lesões por excesso de uso, como ombros e a coluna vertebral. Ademais, como finalidade psicológica, melhora a saúde mental, reduz o estresse, favorece a qualidade do sono e ajuda na autoestima. **CONCLUSÃO:** A elaboração do trabalho proporcionou ampliar os conhecimentos sobre o tema proposto, além de mostrar a importância da orientação e do acompanhamento das crianças e dos adolescentes na execução do treinamento de força pelo profissional de educação física. Visto que, se realizado da maneira correta, pode trazer muitos benefícios à saúde, sendo praticamente nulos os riscos.

---

## REFERÊNCIAS

- DANTAS, E. H. M. **A prática da preparação física**: 6. ed. Vila Mariana, SP: Roca, 2014.
- GOLDBERG, T. B. L.; SILVA, C. C. Osteoporose é uma doença que acomete crianças e adolescentes? **J. Pediatr.** (Rio de J.), Porto Alegre, v. 80, n. 2, 2004.
- HANSEM, R. **A relevância dos intervalos de repouso entre as séries no treinamento resistido objetivando a hipertrofia muscular**. Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2002. Disponível em: >[http://www.cds.ufsc.br/pet/doc/A\\_%20RELEVANCIA\\_DOS\\_INTERVALOS\\_DE\\_REPOUSO.doc](http://www.cds.ufsc.br/pet/doc/A_%20RELEVANCIA_DOS_INTERVALOS_DE_REPOUSO.doc)>.
- OLIVEIRA, A. R. et al, Elaboração de programas de treinamento de força para crianças. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, Londrina, v. 24, p. 85-96, jan./dez. 2003. Disponível em: >[http://www.uel.br/proppg/semina/pdf/semina\\_24\\_1\\_2\\_0\\_55.pdf](http://www.uel.br/proppg/semina/pdf/semina_24_1_2_0_55.pdf)>.
- SILVA, A. G. da.; NETO, A. T. de. M. **Treinamento desportivo: treinamento de força para adolescente: risco ou benefício?**, Montes Claros, 2012.

## A CONTRIBUIÇÃO DA DANÇA PARA A SOCIALIZAÇÃO DOS DEFICIENTES FÍSICOS

CARLOS ALBERTO SANTOS OLIVEIRA\*

VANESSA SANTOS\*

JOSE MUNIZ LIMA NETO\*

JESSICA LUIZA DAMASCENO NASCIMENTO ARAGÃO\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

[carlosfla94@hotmail.com](mailto:carlosfla94@hotmail.com)

Palavras-chave: Dança. Socialização. Deficiência Física.

**INTRODUÇÃO:** A dança é uma manifestação cultural do ser humano, que oferece uma grande gama de utilização para o âmbito da Educação Física. O presente estudo aborda a dança e suas contribuições para pessoas com deficiências físicas. **OBJETIVOS:** Descrever as contribuições da dança para os deficientes físicos de modo a apontar como a dança pode ser um instrumento da Educação Física e assim verificar seus possíveis benefícios. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, através das palavras-chaves: Dança; Socialização e Deficiência Física, um levantamento na base de dados do Google Acadêmico encontrando 900 artigos dos anos de 2015-2016, selecionando 05 para a confecção desta pesquisa. **RESULTADOS:** Dança é uma maneira dos homens expressarem sua cultura através do corpo, podendo contribuir para integrar de forma facilitada as pessoas e seus costumes, corpos e sentimentos, valoriza a autoestima e pode ser usada ainda para ampliar a aprendizagem física-mental e a formação humana já que podemos trabalhar a cultura de vários povos e suas trocas (RODRIGUES *et al*, 2015). Diante disto pode-se usar a dança como uma ferramenta na Educação Física por aumentar a percepção da consciência corporal integrando o corpo e o espaço, principalmente quando se trata da sua utilização com pessoas com deficiência física. Sua prática faz com que o deficiente físico, conceituado como uma “alteração completa ou parcial de um ou mais segmentos do corpo humano, acarretando o comprometimento da função física” (AMORIM, 2015), possa conhecer ainda mais o corpo, tenha interação com outras pessoas seja em grupos de dança, apresentações ou mesmo na escola, e isso tudo com pequenas ou nenhuma adaptação na dança dependendo da deficiência física encontrada. Tornando assim um facilitador na socialização dos deficientes físicos com o meio em que vive, aumentando a autoestima, o que os tornam mais confiantes (AMORIM, 2015; SANTIAGO *et al*, 2015; JÚNIOR, 2015; NUNES *et al*, 2015), a dança contribui psicologicamente, cognitivamente e até de forma terapêutica, corroborando para a relação entre as pessoas, sejam ou não deficientes físicos. **CONCLUSÃO:** Diante de tudo que foi exposto pode-se dizer que a dança contribui para a socialização dos deficientes físicos, pois ela é considerada uma manifestação natural do ser humano proporcionando interação entre os praticantes facilitando o convívio social.

### REFERÊNCIAS

AMORIM, Gregson Correia de. **A dança inclusiva na Educação Física Escolar. Monografia (Especialização em Educação Física escolar)** – Universidade Estadual da Paraíba. Camina Grande. 21. ed. CDD 372.868. 2015. Disponível em [http://dspace.bc.uepb.edu.br/jspui/handle/123456789/82\\_11](http://dspace.bc.uepb.edu.br/jspui/handle/123456789/82_11).

JÚNIOR, Geraldo Alves De Oliveira. **Dança: um instrumento pedagógico para as aulas de Educação Física.** Junho: 2015. Disponível em <http://www.repositorio.uniceub.br/handle/235/7535>

NUNES, Leila Marcia Azevedo; CORRÊA, Lionela Da Silva; SILVA, Enoly Cristine Frazão Da; SANTOS, Kamila Pimentel dos; LOPES, Kathya Augusta Thomé. Imagem corporal de pessoas com

---

deficiência física praticantes de dança sobre rodas. **Ver Elect Activ Fis y Ciencias** VOL 7, Nº 2. 2015. Disponível em <<http://www.actividadfisicayciencias.com/articulos/2015/vol7n2/IMAGEN%20CORPORAL%20DE%20PESSOAS/IMAGEM%20CORPORAL%20DE%20PESSOAS%20NOV15.pdf>>

Rodrigues, Carlos Alberto Garcia; Santos, Carla Verônica Souza; Mercês, Fernanda de Almeida; Mansini, Lúcia de Fátima; Corrêa, Wolmer Cortopassi; Santos, Thiago de Souza; Gutierrez, Yann de Castro; Caccavo, Romulo Tavares; Sérgio Ferreira. **Pluralidade cultural: análise e reflexão. Revista Digital**. Buenos Aires-ano 20 – nº 204 – Maio: 2015. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd204/pluralidade-cultural-analise-e-reflexao.htm>>

Santiago, Bruna Gomes; Franco, Neil. DANÇA NA REVISTA BRASILEIRA DE CIÊNCIAS DO ESPORTE (1979-2014). **Motrivivência** v. 27, n. 45, p. 189-208, setembro/2015.

## RELAÇÃO DA MATURAÇÃO COM O TEMPO DE REAÇÃO NAS DIFERENTES MODALIDADES ESPORTIVAS

FRANCISCO EMILIO SIMPLICIO SOUZA  
THAISYS BLANC DOS SANTOS SIMOES  
RENATA POLIANE NACER DE CARVALHO DANTAS  
JOÃO PAULO DE FREITAS ARAÚJO  
BRENO GUILHERME ARAÚJO TINÔCO CABRAL

Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, Rio Grande do Norte, Brasil.

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

Palavras-chave: Tempo de reação. Jovens. Esporte.

**INTRODUÇÃO:** Atualmente, é crescente o número de estudos que visa identificar e analisar parâmetros morfológicos e físicos de crianças e adolescentes inseridos em treinamentos sistemáticos nas mais variadas modalidades esportivas. O sucesso no desempenho das habilidades motoras depende fundamentalmente da capacidade perceptiva e cognitiva, conseqüentemente do tempo de reação. A maturação biológica é um processo de importantes alterações fisiológicas que se manifestam de forma mais intensa durante a adolescência. **OBJETIVO:** O objetivo do estudo foi verificar se existe influência da idade óssea, enquanto marcador maturacional, no tempo de reação de jovens esportistas em diferentes modalidades. **METODOLOGIA:** A amostra composta por 94 indivíduos sendo 34 meninas e 60 meninos de 11 a 14 anos, todos praticantes de esportes nas modalidades voleibol e futebol, com prática de duas vezes na semana com duração de 1 hora. Foi realizada avaliação da idade óssea de acordo com o protocolo de Cabral (2011) a partir de variáveis antropométricas. Para avaliação do tempo de reação, utilizamos o Teste de Stroop seguindo o protocolo de Córdova *et al.* (2008). Para comparar o tempo de reação de acordo com o estado maturacional utilizou-se a análise multivariável (MANOVA) seguido do Post Hoc de Bonferroni para verificar a diferença quando encontrado um valor de F significativo entre os grupos. Para verificar a relação da idade óssea e maturação com o tempo de reação e número de erros recorreu-se à correlação de Pearson. **RESULTADOS:** Observamos melhor desempenho na etapa III do Stroop teste para os sujeitos no estado maturacional 'normal' quando comparado aos 'atrasados'. A relação entre a idade óssea com o tempo de reação ( $r = -0.359$ ;  $p < 0.001$ ), mostrou ser uma relação negativa, já relativo ao número de erro não houve relação com a idade óssea ( $r = -0.020$ ;  $p = 0.845$ ). Na análise da relação da maturação com o tempo de reação verificou-se que o tempo de reação se relacionou de forma negativa com a maturação ( $r = -0.312$ ;  $p = 0.002$ ) o que não se observou para o número de erros ( $r = 0.074$ ;  $p = 0.476$ ). **CONCLUSÃO:** Concluímos que ao correlacionarmos a idade óssea e maturação com o tempo de reação foi observada uma relação negativa. Evidenciando que quanto maior a idade óssea e o estágio maturacional menor será o tempo de reação dos indivíduos.

### REFERÊNCIAS

- CABRAL, B. G. A. T. **Associação entre idade óssea, maturação, aptidão física e antropometria em praticantes de voleibol de 8 a 14 anos.** 120 f. Tese (Doutorado em Ciências do Desporto), Universidade de Trás os Montes e Alto Douro, Porto, Portugal, 2011.
- CÓRDOVA, C.; KARNIKOWSKI, M.; PANDOSSIO, J.; NÓBREGA, O. Caracterização de respostas comportamentais para o teste de Stroop computadorizado. *Testinpacs. Neurociências*.v.4, n. 2, p. 75-79, 2008.

---

DAVIS, D. S.; BARNETTE, B. J.; KIGER, J. T.; MIRASOLA, J. J.; YOUNG, S. M. Physical characteristics that predict functional performance in division I college football players. **The Journal of Strength & Conditioning Research**.v. 18, n. 1, p. 115-20, 2004.

MORI, S.; OHTANI, Y.; IMANAKA, K. Reaction time and anticipatory skills of karate athletes. **Human Movement Science**.v. 21, p. 213-30, 2002.

TORRES-UNDA, J.; ZARRAZQUIN, I.; GIL, J.; RUIZ, F.; IRAZUSTA, A.; KORTAJARENA, M.; SECO, J.; IRAZUSTA, J. Anthropometric, physiological and maturational characteristics in selected elite and non-elite male adolescent basketball players. **Journal of Sports Sciences**.v. 31, n. 2, p. 196-203,2013.

## QUAIS OS BENEFÍCIOS DA MUSCULAÇÃO SOBRE A CONDROMALÁCIA PATELAR?

EVERTON BEZERRA DE SOUZA  
LUCIANO BARBOSA DE FREITAS  
LUÍS ANTÔNIO YAJIMA JUNIOR  
LUIZ ADRIEL SOUZA PEDRAL  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
everton\_slash@hotmail.com

Palavras-chave: Atividade motora. Condromalácia da patela. Hipertrofia.

**INTRODUÇÃO:** A condromalácia patelar é um estado anormal da cartilagem superficial patelar onde a atividade motora, contribui para a melhoria da função muscular sendo recomendada nos programas de prevenção e tratamento (SANTOS et al, 2015). **OBJETIVOS:** Abordar os benefícios da hipertrofia muscular, sobretudo na musculatura do quadríceps no tratamento de portadores de condromalácia patelar. **METODOLOGIA:** O referente estudo foi constituído a partir das pesquisas quantitativas, que buscou quantificar e correlacionar os resultados obtidos de trabalhos já publicados. A elaboração da coleta de dados foi feita através do método da documentação indireta, utilizando-se da pesquisa bibliográfica, que visou às informações diante de artigos científicos e livros. Foram analisados, comparados e discutidos seis artigos científicos, que tiveram como propósito relatar quais seriam os efeitos da musculação sobre a condromalácia patelar. Em virtude desta realização foi possível obter dados que contribuíram para a identificação da existência de benefícios e malefícios perante o tema atribuído. **RESULTADOS:** verificou-se que os artigos analisados citavam que o aumento da força muscular decorrente de exercícios de musculação melhora e até revertem o quadro de condromalácia, reduzindo dores e recuperando a eficiência nos movimentos corporais (SANTOS et al, 2015). Também foram constatados malefícios de certo exercício, o agachamento profundo, que foi defendido por alguns autores devido a quanto maior for a amplitude do movimento maior será o uso do músculo, diminuindo a pressão sobre a articulação do joelho, mas criticados por outros, pelo fato de gerar lesões ligamentares por exemplo, e prejudicar ainda mais a região já afetada pela condromalácia, não sendo viável para alguns praticantes (SILVA, SOUZA, 2012). **CONCLUSÃO:** por ser uma doença crônica degenerativa da cartilagem articular da patela e dos cêndilos femorais tendo como uma das causas, ineficiência ou impotência dos músculos: vasto lateral e medial, o fortalecimento muscular torna-se imprescindível, pois promove o recrutamento de unidades motoras que estimulam um neurônio motor aumentando a força muscular e conseqüentemente maior estabilização da articulação (SANTOS et al, 2015).

### REFERÊNCIAS

- FERREIRA, C. L. et al. Efeitos dos exercícios de musculação para o fortalecimento da musculatura da coxa em portadora de condromalácia patelar. Coleção Pesquisa em Educação Física - v. 7, n. 3, p. 1981 - 4313, 2008. Disponível em: <<http://www.editorafontoura.com.br/periodico/vol-7/Vol7n3-2008/Vol7n3-2008-pag-223a228/Vol7n3-2008-pag-223a228.pdf>>. Acesso em: 20 de maio de 2016.
- MACHADO, F. A.; AMORIN, A. A.; de. Condromalacia patelar: aspectos estruturais, moleculares, morfológicos e biomecânicos. Revista de Educação Física - Rio de Janeiro -n. 130, p. 29-37, abr. 2005. Disponível em: <<http://www.luzimarteixeira.com.br/wpcontent/uploads/2010/04/condromalaciaestruturamorfologia.pdf>>. Acesso em: 20 de maio de 2016.



---

NASSAU, F. et al. Condrotias de joelho: O exercício como herói ou vilão?– Dez. 2011. Disponível em: <<http://www.trustsports.com.br/consultar/textos/imagem/Condrotias%20de%20joelho%20Trust%20Sports.pdf>>. Acesso em: 20 de maio de 2016.

PLAPLER, P. G. Reabilitação do joelho. ACTA ORTOP BRAS 3(4) - v. 3, n. 4, Out/Dez. 1995. Disponível em: <<http://www.luzimarteixeira.com.br/wp-content/uploads/2010/10/protocolo-reab-joelho.pdf>>. Acesso em: 20 de maio de 2016.

SANTOS, G. S.; FREIRE, F. E.; FREIRE, F. R.; JUNIOR, S. E. Análise comparativa da hipertrofia e fortalecimento do músculo quadríceps a partir do exercício resistido x eletroestimulação (FES). Ciências Biológicas e da Saúde – Maceió - v. 2, n.3, p. 21-32, Mai. 2015. Disponível em: <<https://periodicos.set.edu.br/index.php/fitsbiosauade/article/view/1834/1250>>. Acesso em: 20 de maio de 2016.

SILVA, A. G.; SOUZA, M. S. S. R. Agachamento profundo no fortalecimento das estruturas do joelho em praticantes de musculação. 2012. Disponível em: <[http://paginas.uepa.br/ccbs/edfisica/files/2012.1/GLADSTON\\_SILVA.pdf](http://paginas.uepa.br/ccbs/edfisica/files/2012.1/GLADSTON_SILVA.pdf)>. Acesso em: 20 de maio de 2016

## ANÁLISE DA DESIDRATAÇÃO EM CORREDORES PRATICANTES DE PROVAS DETRAIL RUN

LAION SAMY LIMA DE OLIVEIRA<sup>1</sup>

THAYS COSTA DA SILVA<sup>1</sup>

RAPHAEL FABRICIO DE SOUZA (CREF:012531-G/PR)<sup>1</sup>

Universidade Federal de Sergipe (UFS), São Cristóvão/SE, Brasil

E-mail: laion.samy@hotmail.com

Palavras-chave: estresse hídrico, performance, termorregulação.

**INTRODUÇÃO:** Diversas provas de longa duração ocorrem na estação do verão e frequentemente em locais quentes como no caso do clima semiárido e tropical predominante no nordeste brasileiro. A prática de exercícios em alta temperatura somada à desidratação induz modificações fisiológicas com redução na performance e risco a saúde. O estado de desidratação aumenta o risco de doença de coração, hipertermia e pode levar a alteração cognitiva. **OBJETIVO:** Avaliar o estado de hidratação em corredores praticantes da prova de *trail run k21 séries 2015 etapa Aracaju* realizado no parque nacional serra de Itabaiana-SE. **MÉTODOLOGIA:** Foi avaliado uma amostra de vinte atletas do sexo masculino (40,5±9,7anos; 1,74±0,04m; 18,83±4,5%G e 72,57±8,4kg), que concluíram o percurso de 21km. A verificação dos níveis de hidratação foi analisada pelas variáveis:  $\Delta\%$  de massa corporal( $\Delta\%$ MC) pré e pós; taxa de desidratação relativa (TDR), absoluta (TDA), grau de desidratação(GD) e taxa de sudorese (TS). Para a análise de correlação entre as variáveis foi utilizado o teste de Pearson e adotado o nível de significância  $p < 0,05$ . **RESULTADOS:** A  $\Delta\%$ MC foi de 2,5±1,7%; TDR=1,79±8,6; TDA= 3,79±1,2; GD= 2,5±1,7 e TS= 1146,5±488,7. Todas as variáveis apresentaram alta e significativa correlação ( $r > 0,93$  e  $p < 0,001$ ). **CONCLUSÃO:** O GD apresentado indica importante redução no desempenho físico. Foi apresentado desestabilidade no equilíbrio hídrico, porém abaixo do risco de choque térmico auxiliado pela hidratação fornecida durante a realização da prova. Para suprir a sudorese verificada recomenda-se a reposição de 286,5ml a cada 15 minutos de exercício.

### REFERÊNCIAS

- Alonso, J. G.; Alonso, J. M.; Coutts, A. J.; Flouris, A. D.; Girard, O.; Hausswirth, C.; Jay, O.; Lee, J. K. W.; Mitchell, N.; Nassis, G. P.; Nybo, L.; Périardi, J. D.; Pluim, B. M.; Racinais, S.; Roelands, B.; Sawka, M. N.; Wingo, J. Consensus Recommendations on Training and Competing in the Heat. **Sports Med**, 2015.
- Banin, Renata Mancini; Michelin, Pamela di Salvatores; Santos, Alessandra Ribeiro; Garcia, Luciana da Silva; Stulbach, Tamara Eugenia. Análise dos níveis de perda hídrica e porcentagem da taxa de sudorese em atletas nadadores de competição da cidade de São Caetano do Sul – SP. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo. vol. 4, n. 19, 2010. p. 30-35.
- Burke, L. M.; Eichner, E. R.; Maughan, R. J.; Montain, S. J.; Sawka, M. N.; Stachenfeld, N. S. Exercise and Fluid Replacement. **American College of Sports Medicine**, 2007.
- Coyle E.F.; Hamilton M.A. Fluid replacement during exercise: effects of physiological homeostasis and performance. Fluid homeostasis during exercises. Perspectives. **Medicine & Science in Sports & Exercise**. vol. 3, 1990. p. 281-308.
- Lourenço, Mara Sampaio; Lemos, Roberto; Leila, Brochi; Rohlf, Izabel Cristina Provenza de Miranda; Carvalho, Tales. Alterações hidrolíticas agudas ocorridas no triathlon ironman Brasil. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. Niterói. vol. 13, n. 6, 2007.

---

Mountjoy M; Alonso J. M.; Bergeron M. F.; Dvorack, J.; Miller, S.; Migliorini, S.; Singh, D. G. Hyperthermic-related challenges in aquatics, athletics, football, tennis and triathlon. **British Journal Sports Medicine**. vol. 46, 2012.

Prado, E.S.; Barroso, S.S.; Góis, H.O; Reinert, T. Estado de hidratação em nadadores após três diferentes formas de reposição hídrica na cidade de Aracaju – SE. **Fitness & Performance Journal**. Rio de Janeiro. vol 8. Num. 3, 2009. p. 218-225.

## O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA E SUA ATUAÇÃO NO CAPS II: ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVA E SEUS BENEFÍCIOS PARA SAÚDE MENTAL

SILMARA LEAL DOS SANTOS  
WENDEL FREN COSTA DOS ANJOS  
UniAGES, Paripiranga, Bahia, Brasil.  
Silmaraed.fisica32@hotmail.com

Palavras-chave: Dança. Educação Física. Saúde Mental.

**INTRODUÇÃO:** no decorrer do contexto histórico da doença mentais percebe-se que a mesma tem passado por grandes conflitos, para que de fato chega-se a acontecer mudanças favorecendo os indivíduos que sofrem de transtorno mental. Segundo Soares et. al (1992) a Educação Física trabalha relacionada com os elementos da cultura corporal do movimento (dança, lutas, jogos, ginástica, esportes e dentre outros), os mesmos devam ser aplicados de forma significativa. Nessa concepção o professor de Educação Física no CAPS tem suma importância, trabalhando com atividades terapêuticas. Neste caso a dança como um dos elementos da cultura corporal do movimento tem subsídios para motivar e interagir as pessoas de maneira terapêutica. **OBJETIVO:** possibilitar aos usuários por meio das atividades rítmicas e expressivas um aumento das vivências enquanto pratica corporal buscando desenvolver a interação e o autoestima. **METODOLOGIA:** para iniciar esse projeto foi realizada uma avaliação diagnóstica, como embasamento para chegar ao presente estudo, caracterizado como uma pesquisa descritiva com abordagem qualitativa, para Richardson (2011), no método qualitativo o pesquisador torna-se imparcial, tendo como objetivo estimular o entrevistado a pensar livremente. Do segundo ao quinto encontro foi aplicado o projeto, visando durante esses dias de intervenção possibilidades pedagógicas que auxiliem os usuários para uma melhoria do bem-estar e do estilo de vida, através dos benefícios da dança. **DESENVOLVIMENTO:** as atividades realizadas no CAPS II, em sua maioria foram feitas em círculo, devido os usuários não estarem acostumados a interagir com os colegas, baseado nessa observação, atividades foram voltadas a dança circular. Nessa perspectiva Soler (2008), enfatiza que o círculo simboliza a uma pedagogia cooperativa. Desta forma, todos participaram da roda de mãos dadas, passando confiança uns para os outros De acordo com Barreto (2008), a dança trabalha com corpo e mente e é através da mesma que o indivíduo entregasse aos movimentos de forma espontânea conhecendo a si e ao próximo, pelo simples fato de sentir, criar, pensar, interagir, emocionar. Tornando assim, capazes de se enxergar como sujeito e não objeto. Ressaltando que durante o período de intervenção no CAPSII, foi aplicado a abordagem pedagógica: crítico-emancipatória, de acordo com Darido (2011), essa a abordagem favorece para que o sujeito passe a ter sua própria autonomia e criticidade, tornando capaz de tomar decisões no seu dia-a-dia, através das atividades proposta pelo professor de educação física. **CONCLUSÃO:** concluindo pode afirmar que durante esses cinco encontros no CPASII, em Lagarto/SE, sendo aplicado o projeto, no qual as metas almejadas foram realizadas com sucesso, pois todos os usuários participaram da aula. Dessa forma, as atividades aplicadas no decorrer das intervenções tiveram resultados positivos, alcançando todos os objetivos propostos. Assim ficou notório através das intervenções a suma importância de um professor de educação física trabalhar com as atividades rítmicas e expressivas naquela unidade, pois o mesmo deva utilizar atividades motivadoras, resgatando a autoestima, autonomia e a criatividade dos usuários ali inseridos, passando a perceber como sujeito no meio social.

---

**REFERÊNCIAS:**

- BARRETO, Debora. **Dança... ensino, sentidos e possibilidades na escola.** Campinas, SP: Autores associados, 2008.
- DARIDO, Suraya Cristina. **Educação física na escola: implicações para a prática pedagógica.** - 2º edição – Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.
- RICHARDSON, Roberto Jarry. **Pesquisa social: métodos e técnicas.** - 3º ed.- 13. reimpr.- São Paulo: Atlas, 2011.
- SOARES, Carmen Lúcia et al. **Metodologia do ensino da Educação Física.** 1º Ed. São Paulo: Cortez, 1992.
- SOLER, Reinaldo. **Brincando e aprendendo com os jogos cooperativos.**- Rio de Janeiro: 2º edição: Sprint, 2008.

## O EFEITO DOS EXERCÍCIOS AERÓBICO, RESISTIDO E CONCORRENTE, NA SAÚDE DO IDOSO HIPERTENSO.

LÁZARO EMANUEL CASTRO SILVA\*  
JEOVANE MARCELO MESQUITA DE MENEZES\*  
AYRTON MORAES RAMOS (CREF: 001889-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

lazaroeecs@hotmail.com

Palavras-chave: Idoso. Exercício. Hipertensão. Saúde

**INTRODUÇÃO:** De acordo com Rocha *et al.* (2013) as alterações decorrentes do envelhecimento tornam os idosos mais vulneráveis ao desenvolvimento da hipertensão arterial. O tratamento da HAS pode ser baseado em medidas farmacológicas (utilização de anti-hipertensivos), e não farmacológicas (mudanças no estilo de vida). Fernandes *et al.* (2013) sustenta que a prática de atividade física provoca adaptações significativas que vão influenciar na diminuição dos níveis pressóricos do indivíduo idoso, servindo também como estratégia de modificação do estilo de vida, tornando essencial para a prevenção, tratamento e controle da hipertensão arterial. **OBJETIVO:** Observar a influência dos exercícios, aeróbico, resistido e concorrente, na saúde e no bem-estar de idosos hipertensos. **METODOLOGIA:** A pesquisa foi realizada no Google Acadêmico, Scielo, Pubmed e Periódicos Capes, com o objetivo de encontrar artigos científicos, publicados em revistas da área, que trouxessem esclarecimentos sobre a prática dos três tipos de exercício citados, e seus efeitos hipotensivos. Depois de analisar 15 artigos, cinco foram selecionados para a realização desse estudo. **RESULTADOS:** Embora já existam várias comprovações a respeito dos benefícios do exercício físico para a saúde do idoso hipertenso, a maioria dos estudos tratam apenas sobre exercício aeróbico, são recentes os estudos que mostram os efeitos do exercício resistido (Musculação), e do exercício concorrente, que nada mais é, do que uma combinação entre Aeróbico+Resistido, com relação ao exercício resistido, Abrahin *et al.* (2016) em um estudo com mulheres adultas sedentárias, com hipertensão controlada por medicamentos, realizaram uma comparação na hipotensão pós exercício, entre exercícios resistidos com intervalo passivo, e intervalo ativo, a partir desse estudo, eles puderam observar que o exercício resistido com intervalo ativo se mostrou mais eficiente com relação à hipotensão pós-exercício, foram observadas alterações significativas com até 60 minutos após o exercício, o que comprova mais ainda a sua eficiência. Em relação ao treinamento aeróbico, Nogueira *et al.* (2012) ao realizarem uma revisão na literatura, apontam que o exercício aeróbico é uma ferramenta eficaz no tratamento da hipertensão em idosos. O exercício físico supervisionado, com frequência semanal de três vezes por semana, e com intensidade moderada parece gerar mais benefícios do que os de alta intensidade, para tais reduções na pressão arterial. No que se refere ao exercício concorrente, Santiago *et al.* (2013) ao realizarem uma comparação entre a ordem das sessões de exercício aeróbico e exercício de força, no exercício concorrente, sustentam que uma sessão combinada de exercício na qual o exercício aeróbico for realizado antes do de força, resulta em uma maior hipotensão de PAS, e hipotensão de PAD pós-exercício quando comparado com a mesma combinação de exercício, porém, com sequência inversa. **CONCLUSÃO:** Portanto, fica evidente a eficiência dos treinamentos aeróbico, resistido e concorrente na saúde do idoso hipertenso, realizados com supervisão de um profissional. Concluímos ainda que o exercício resistido com intervalo ativo tem sua eficiência comprovada em relação à hipotensão pós-exercício, uma combinação entre os exercícios de força e aeróbico, parece ser sim a melhor opção para a hipotensão pós-exercício na população idosa hipertensa.

---

## REFERÊNCIAS

- ABRAHIN, O.; RODRIGUES, R.P.; RAMOS A.M.; GRIGOLETTO, M.E.S.; PARDONO, E.; MARÇAL, A.C.; Active intervals during high-intensity resistance exercises enhance post-exercise hypotension in hypertensive women controlled by medications. **Isokinetics and Exercise Science**, n. Preprint, p. 1-7, 2016.
- FERNANDES, N.P.; BEZERRA, C.R.M.; NETO, J.S.; BATISTA, V.L.M.; PEDROSA, C.C.L.M.; A Prática do Exercício Físico para melhoria da qualidade de vida e controle da Hipertensão Arterial na terceira idade. **Rev Ciênc Saúde Nova Esperança.[online]**, v. 11, n. 3, p. 60-6, 2013.
- NOGUEIRA, I.C.; SANTOS, Z.M.S.A.; MONT'ALVERNE, D.G.B.; MARTINS, A.B.T.; MAGALHÃES, C.B.A.; Efeitos do exercício físico no controle da hipertensão arterial em idosos: uma revisão sistemática. **Rev Bras Geriatr Gerontol**, v. 15, n. 3, p. 587-601, 2012.
- ROCHA, S.V.; DIAS, I.C.; VASCONCELOS, L.R.C.; VILELA, A.B.A.; SILVA, D.M.; OLIVEIRA, J.S. Atividade física como modalidade terapêutica não-medicamentosa: análise do discurso de idosos hipertensos. **Kairós Gerontologia. Revista da Faculdade de Ciências Humanas e Saúde. ISSN 2176-901X**, v. 16, n. 3, p. 49-60, 2013.
- SANTIAGO, D.A.; MORAES, J.F.V.N.; MAZZOCCANTE, R.P.; BOULLOSA, D.A.; SIMÕES, H.G.; CAMPBELL, C.S.G.; Corrida em esteira e exercícios de força: efeitos agudos da ordem de realização sobre a hipotensão pós-exercício. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 27, n. 1, p. 67-73, 2013.

## INFLUÊNCIA DA MATURAÇÃO NA VELOCIDADE DE MEMBROS SUPERIORES

PETRUS GANTOIS DIAS MASSA DOS SANTOS (CREF: 006153-G/PE)<sup>1</sup>

MATHEUS PEIXOTO DANTAS<sup>1</sup>

LEANDRO MEDEIROS DA SILVA (CREF: 002039-G/RN)<sup>1</sup>

KEZIANNE RESENO DE CASTRO (CRN: 5750)<sup>1</sup>

BRENO GUILHERME DE ARÁUJO TINÔCO CABRAL (CREF: 00309-G/RN)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, Rio Grande do Norte, Brasil.

[ptrs.gantois@hotmail.com](mailto:ptrs.gantois@hotmail.com)

Palavras-chave: Desenvolvimento Ósseo. Extremidade superior. Desempenho Psicomotor.

**INTRODUÇÃO:** A maturação pode ser definida como um fenômeno biológico qualitativo, relacionando-se com o amadurecimento das funções de diferentes órgãos e sistemas. Esse estágio pode ser classificado em atrasado, normal e avançado. O presente estudo tem o objetivo correlacionar idade óssea com velocidade de membros superiores. **METODOLOGIA:** O estudo teve uma amostra de 181 crianças de 8 a 14 anos. Foi verificada a idade óssea através de testes maturacionais e a velocidade dos membros superiores que foi medida através do teste de golpeio de placas segundo normas da EUROFIT (1990). **RESULTADOS:** Os resultados obtidos revelaram não existir relação da maturação na velocidade de membros superiores, no qual os meninos tiveram uma média de sua performance melhor do que a das meninas. Ao comparar a performance no teste com os estágios maturacionais, se percebeu que as meninas mais aceleradas tiveram um desempenho inferior em relação as meninas de maturação atrasadas e normais. Já para os meninos não se obteve diferenças. Segundo a literatura, este resultado pode ser explicado devido ao pico de crescimento que atinge as crianças dessa faixa etária, prejudicando temporariamente o seu repertório motor. Desta forma, as meninas são mais afetadas do que os meninos nessa faixa etária por chegarem mais cedo à puberdade, sendo as meninas aceleradas ainda mais influenciadas por esse déficit motor em ações que exigem tempo ou coordenação motora. **CONCLUSÃO:** É possível concluir que não há correlação entre a idade óssea e a velocidade de membros superiores e que sendo a maturação uma variável de interferência em diversas outras valências físicas, também há a necessidade de toma-la como parâmetro para o processo de seleção e detecção de jovens talentos.

## REFERÊNCIAS

CABRAL, B. G. A. T. **Associação entre idade óssea, maturação, aptidão física e antropometria em praticantes de voleibol de 8 a 14 anos.** 120 f. Tese (Doutorado em Ciências do Desporto), Universidade de Trás os Montes e Alto Douro, Porto, Portugal, 2011.

CONSELHO DA EUROPA. **Comissão para o desenvolvimento do desporto: Manual para os testes EUROFIT de aptidão física.** Lisboa: Ministério da Educação, 1990.

MALINA, R. M. E BOUCHARD, C. Growth. **Maturation and physical activity.** Champaign, Human Kinetics Books, Illinois, 1991.

MALINA, R. M.; BOUCHARD, C. **Atividade física do atleta jovem: do crescimento à maturação.** São Paulo: Roca, 2002.

MALINA, R. M.; BOUCHARD, C.; BAR-OR, O. **Crescimento, maturação e atividade física.** São Paulo: Phorte, 2009.

MASSA, M.; RÉ, A. H. Características de crescimento e desenvolvimento. In L. R. Silva (Ed.), **Desempenho esportivo: Treinamento com crianças e adolescentes.** São Paulo: Phorte, p. 71-108, 2010.



---

PAPALIA, D. E.; OLDS, S. W. **Desenvolvimento humano**. Porto Alegre: Artmed. 7ª ed., 2000.  
RÉ, A. H. N. Crescimento, maturação e desenvolvimento na infância e adolescência: Implicações para o esporte. **Motricidade**, v. 7, n. 3, p. 55-67, 2011.  
SANTOS, M. B. **Impacto de um programa de intervenção motora no desempenho de escolares, na execução do teste de agilidade de membros superiores – Golpeio de Placas**. (Dissertação de mestrado), UDESC, Florianópolis, 2009.

## NÍVEL DE CONHECIMENTO DOS ACADÊMICOS DOS CURSOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DE NUTRIÇÃO (7º PERÍODOS) SOBRE SUPLEMENTOS ALIMENTARES

ELIAS DA SILVA SANTANA\*

CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS\*

LUÍS PAULO DE SOUZA GOMES (CREF: 1156-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

[sniper3594@yahoo.com.br](mailto:sniper3594@yahoo.com.br)

Palavras-chave: Aptidão física, alimentos, saúde.

**INTRODUÇÃO:** A procura por um corpo perfeito e pela melhora do desempenho físico tem influenciado muitas pessoas a usarem recursos que atendam os seus objetivos mais rapidamente; entre esses recursos destacam-se os suplementos alimentares. (POLL e LIMA, 2013). Perante ALVES e NAVARRO (2012) afirma que a nutrição tem forte ligação com a educação física e que na área de esportes e atividade física, fica facilmente evidenciada como um dos fatores que pode maximizar o desempenho atlético, atingindo também a saúde geral do indivíduo. **OBJETIVO:** Verificar o nível de conhecimento dos acadêmicos de dois cursos da área de saúde Nutrição e Educação Física, ambos estão no 7º período, sobre o consumo de suplementos alimentares. **METODOLOGIA:** O presente estudo tem caráter descritivo é um estudo de status onde seu método mais comum é o estudo de levantamento, no qual inclui questionários e entrevistas. Participaram 50 acadêmicos do curso de Nutrição e 50 do curso de Educação Física de uma instituição particular de ensino da Cidade de Aracaju-Se. Eles foram informados e orientados sobre a realização do estudo, assinando o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE). Utilizou-se um questionário adaptado sobre o uso de suplementos alimentares, em dia e local pré-determinado, composto por 8 perguntas fechadas e 1 aberta. **RESULTADOS:** Os resultados foram expressos como frequência relativa (%). Pode-se constatar que, a maioria (88% do Curso de Nutrição e 64% do Curso de Educação Física) acha que não há necessidade do consumo de suplementação, se a alimentação já estiver correta. Já a indicação de que todos devem consumir obteve 8% na turma do Curso de Nutrição e 36% na turma do Curso de Educação Física. Sobre as fontes mais consultadas para obter informações sobre suplementos, pode-se observar que os três maiores meios consultados pelo curso de Nutrição foram: Nutricionista (54%), internet (46%) e revistas e jornais científicos (44%). Já os três maiores dados do curso de Educação Física foram: Internet (48%), professor de academia (48%), nutricionista (38%). **CONCLUSÃO:** Conclui-se que o nível de conhecimento dos alunos deixa a desejar em ambos os cursos, haja vista estarem na reta final da graduação, esperava-se respostas mais consistentes e técnicas, pois eles estarão prescrevendo suplementos alimentares (nutrição) e orientando (educação física) os jovens frequentadores de academias, possivelmente seu paciente e/ou seu aluno.

### REFERÊNCIAS

- ALVES, S.C. R.; NAVARRO, F. O uso de suplementos alimentares por frequentadores de academia de Potim – SP. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva** ISSN 1981-9927, 2012.
- DOMINGUES, S.F.; MARINS, J.C.B. Utilização de Recursos Ergogênicos e Suplementos Alimentares por Praticantes de Musculação em Belo Horizonte – MG. **Fit Perf J** 6(4): 218-26 2007.
- HERNANDEZ, A.J.; NAHAS, R.M. Modificações Dietéticas, Reposição Hídrica, Suplementos Alimentares e Drogas: Comprovação de Ação Ergogênica e Potenciais Riscos Para a Saúde. **Rev Bras Med Esporte** 15(3): 3-12, 2009.
- POLL, F.A.; LIMA, A.P.D. Consumo de Suplementos Alimentares por Universitários da Área de Saúde. **Cinergis** 2013; 14 (1):33-37.

---

POSSEBON, J.; DE OLIVEIRA, V.R. Consumo de suplementos na atividade física: uma revisão. **Disciplinarum Scientia Saúde**, v. 7, n. 1, p. 71-82, 2016.

## PERCEPÇÃO DE ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO SOBRE O USO DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES: COMPARATIVO ENTRE 1º E 7º PERÍODO

HÁDSTON ALEXANDRE SANTOS CARDOSO\*  
THAUAN DE SANTANA SANTOS\*  
CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS\*  
LUÍS PAULO DE SOUZA GOMES (CREF: 1156-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
hadston\_alexandre\_10@hotmail.com  
Palavras-chave: Saúde, jovens, nutrição.

**INTRODUÇÃO:** O Profissional de Educação Física está, a todo tempo, envolvido com técnicas corporais e com a cultura do corpo nos mais variados ambientes, como: escola, academia, clube, universidade e demais espaços sociais, assim, é prioridade que ele esteja preparado para lidar criticamente com as novas demandas corporais, ou antes, que reflita sobre o impacto das mesmas no processo de sua formação, para que possa desempenhar plenamente sua função de educador (ALVES e NAVARRO, 2012). Percebe-se a resistência dos jovens às orientações sobre alimentação de profissionais de nutrição, estando mais predispostos a ceder ao apelo do marketing à pressão da mídia por um corpo esteticamente inatingíveis em curto e sempre despreparados (HIRSCHBRUCH, 2003; ROPELATO e RAVAZZANI, 2012). **OBJETIVO:** Avaliar a percepção relacionada ao consumo de suplementos alimentares entre alunos do 1º e 7º período do curso de educação física bacharelado. **METODOLOGIA:** Trata-se de estudo descritivo, pois constitui um passo inicial ou uma base de dados para pesquisas comparativas subsequentes e construção de teorias com aplicação de questionário. Participaram do estudo 40 estudantes de educação física (bacharelado) de uma instituição de ensino particular sendo 20 do 1º período e 20 do 7º período, média de idade de  $24,28 \pm 5,81$  anos, a amostra foi por conveniência. Coleta de dados foi feita na cidade de Aracaju. **RESULTADOS:** Constatamos que 85% dos entrevistados do 1º período já tiveram alguma informação e apenas 15% nunca obteve informação sobre suplementos, já os alunos dos 7º período, 100% dos entrevistados afirmou. Com relação às fontes de informações, 70% (1º período) afirmaram que foi o professor de academia que o indicou e 50% (7º período). Ambos os períodos (1º e 7º) demonstraram um resultado similares entre as informações geradas em revistas, nutricionista e internet (1º período 20% / 25% / 45%; 7º período 25% / 30% / 45% respectivamente). Associados ao exercício os alunos do 1º e 7º período responderam respectivamente 45% e 70% que todos podem consumir e 55% e 30% responderam que não é necessário se a alimentação estiver adequada. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que os acadêmicos do 1º e 7º período têm informação sobre os suplementos alimentares, embora não busquem essas informações nas melhores fontes.

### REFERÊNCIAS:

- ALVES, S.C. R.; NAVARRO, F. O uso de suplementos alimentares por frequentadores de academia de Potim – SP. Revista **Brasileira de Nutrição Esportiva** ISSN 1981-9927, 2012.
- LÜDORF, S.M.A. **Corpo e formação de professores de educação física**. Rio de Janeiro, 2009.
- HIRSCHBRUCH, M.D. **Consumo de suplementos por jovens frequentadores de academias de ginástica em São Paulo [Tese]**. São Paulo: Universidade Federal de São Paulo, 2003.
- POSSEBON, J.; DE OLIVEIRA, V.R. Consumo de suplementos na atividade física: uma revisão. **Disciplinarum Scientia Saúde**, v. 7, n. 1, p. 71-82, 2016.
- ROPELATO, F.F.; RAVAZZANI, E.D.A. Percepção de acadêmicos de educação física em relação aos suplementos alimentares. **Cadernos da escola de saúde**, Curitiba, 2012.

## FREQUÊNCIA CARDÍACA E PERCEPÇÃO SUBJETIVA DE ESFORÇO DURANTE EXERCÍCIO FÍSICO REALIZADO EM CICLOERGÔMETRO PARA MEMBROS SUPERIORES E INFERIORES

MILTON DE ANDRADE SANTOS NETO\*  
CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS\*  
DANILLO REIS DOS SANTOS\*  
LUÍS PAULO DE SOUZA GOMES (CREF:1156-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
carla\_fabiane.tec.alimentos@hotmail.com

Palavras-chave: Frequência cardíaca, exercício físico, cardiovascular.

**INTRODUÇÃO:** O aumento da frequência cardíaca durante o exercício físico é principalmente mediado pelo sistema nervoso simpático, cuja ação possibilita a liberação de catecolaminas e aumento na permeabilidade do sódio e do cálcio no músculo cardíaco (PONTES et al., 2010; LIMA et al., 2012). Segundo Figueiredo (2016) o controle da intensidade do exercício pode-se ter um acompanhamento do estresse cardiovascular, como também fornecem informações importantes sobre o nível de adaptação das cargas. **OBJETIVOS:** Analisar o comportamento da frequência cardíaca e percepção subjetiva de esforço durante o exercício através do teste em cicloergômetro nos membros superiores e inferiores. **METODOLOGIA:** O teste foi realizado no laboratório de Biociência da Motricidade Humana (LABIMH) da Universidade Tiradentes (UNIT), por 8 voluntários do curso de Educação física bacharelado, do sexo masculino, com idade média de  $24,6 \pm 2,53$  anos, com  $1,79 \pm 0,49$ cm de estatura, e massa corporal de  $80 \pm 18,22$  kg, todos fisicamente ativos, onde a média do  $VO_{2m\acute{a}x}$  foi de  $47,33$  ml.kg.min<sup>-1</sup>.ML (min.Kg), utilizamos a escala de Borg para percepção de esforço e um monitor cardíaco polar. **RESULTADOS:** Analisando a frequência cardíaca geral, nota-se que houve uma preponderância do cicloergômetro de membros inferiores (CICLOMI) sobre o de membros superiores (CICLOMS), com frequência cardíaca média de exercício de 155 e 121bpm respectivamente. Em média a frequência cardíaca pré-exercício já se iniciou acima nos dias do CICLOMI, 80bpm, o que poderia ser uma justificativa para tal predomínio. Entretanto a frequência cardíaca sofre uma maior variação nos primeiros 2 minutos de atividade, chegando a ser maior que o dobro no dia do CICLOMI 158 bpm, quando comparado ao do CICLOMS 96 bpm. Outra justificativa plausível seria a quantidade de massa muscular dos membros inferiores e seus componentes osteomusculoesqueléticos necessitarem de uma maior quantidade de sangue circulando por eles do que os membros superiores (PERLA et al., 2005; LOVATO et al., 2012). Ao analisar os dados da percepção subjetiva de esforço geral, observou-se que no cicloergômetro de membro inferior houve uma maior sensação de esforço físico do que no de membro superior de acordo com escala de Borg, desde os primeiros 2 minutos até o final do exercício físico. **CONCLUSÃO:** Por fim a partir da interpretação dos dados resultantes percebeu-se que a percepção subjetiva de esforço acompanhou em todos os momentos a frequência cardíaca em sua ascendência durante o exercício físico, sendo maior no cicloergômetro de membros inferiores do que no de membros superiores.

### REFERÊNCIAS

- FIGUEIREDO, A.P. Comportamento da variabilidade da frequência cardíaca em teste com cargas progressivas. **Conexão Ciência (Online)**, v. 11, n. 1, p. 107-111, 2016.  
LIMA, J. R. P.; OLIVEIRA, T. P.; FERREIRA-JÚNIOR, A. J. Recuperação autonômica cardíaca pós-exercício: Revisão dos mecanismos autonômicos envolvidos e relevância clínica e desportiva/Post-exercise cardiovascular

---

autonomic recovery: Review of the underlying autonomic mechanisms and clinical and sports relevance.

**Motricidade**, v. 8, n. 2, p. 419, 2012.

LOVATO, N.S.; ANUNCIÇÃO, P.G.; POLITO, M.D.B. Pressure and Heart Rate Variability After Aerobic and Weight Exercises Performed in the Same Session. **Rev Bras Med Esporte** – Vol. 18, No 1 – Jan/Fev, 2012.

PERLA, R.L.C.; OLIVEIRA, T.C.; BASTOS, A.L. et al. Dispositivos mecânicos que oferecem resistência cardiovascular. **Revista Saúde**. 2005; 1(2): 110-17.

PONTES, J.R.F. L.; PRESTES, J.; LEITE, R.D. Influência do treinamento aeróbico nos mecanismos fisiopatológicos da hipertensão arterial sistêmica. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. Florianópolis. 2010; 32(2-4): 229-44.

## RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UM CENTRO DE REABILITAÇÃO EM ARACAJU

PAULA LETÍCIA SANTOS COSTA SENA (CREF 964G/SE)<sup>1 2</sup>  
CLESIMARY EVANGELISTA MOLINA MARTINS (CREFITO 36641/SE)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

<sup>2</sup>Laboratório de Biociências da Motricidade Humana - LABIMH  
paulaleticia20.pls@gmail.com

Palavras-Chave: Reabilitação. Educação Física. Promoção da Saúde. Estágios.

**INTRODUÇÃO:** O estudo é caracterizado como um relato de experiência no Estágio Supervisionado II - Bacharelado em Educação Física durante 4 meses, com foco principal na intervenção in loco, pelo discente. O campo de estágio escolhido foi um Centro de Reabilitação localizado no município de Aracaju-SE, que atende funcionários ativos e inativos do Estado, que apresentam diferentes patologias. A experiência de prática profissional é de suma importância, pois nesse nível de ensino possibilita, através dos seus diversos aspectos, a compreensão acerca da relação teórica e prática aos futuros profissionais, além de favorecer as discussões que envolvem a Educação Física. Uma pesquisa realizada com 340 discentes concluintes do curso Educação Física Bacharelado de onze instituições de ensino superior do Estado do Paraná que, apesar de serem reconhecidos déficits no estágio curricular, os discentes avaliam a disciplina como importante e reconhecem suas contribuições, ressaltando que é por meio dessa prática que se possibilita a relação entre teoria e prática, bem como a aproximação com o mercado de trabalho. Vale ressaltar, que a importância do contato direto com algumas patologias, e da prática do exercício físico para o tratamento das mesmas, seja ele voltado para o fortalecimento ou para a recuperação da musculatura envolvida, uma grande vivência para o acadêmico (ANVERSA et al, 2015). **OBJETIVOS:** Vivenciar e Intervir através de experiências que possibilitem integrar teoria e prática a partir de situações concretas, realizadas no campo de estágio ligado à Reabilitação. **METODOLOGIA:** O presente estudo caracterizou-se como uma pesquisa de campo, foi realizada: escolha do local do estágio, dias e horários, observação e caracterização estrutural e administrativa do mesmo, troca de saberes com o professor colaborador e preceptor e por último as intervenções do acadêmico. O último passo se deu pela realização de uma análise do quadro clínico do paciente a partir dos encaminhamentos feitos pelo médico e/ou fisioterapeuta. A partir daí o Profissional de Educação Física monta um plano de tratamento inicial com exercícios de musculação, com carga, séries e repetições de acordo com a necessidade do paciente. Após a montagem desse plano de tratamento, inicia-se a aplicação do mesmo durante dez dias, após esse período o paciente é liberado, caso não apresente nenhuma restrição ou queixa do quadro patológico. **RESULTADOS:** Com as intervenções realizadas nesse período, foi possível perceber o contributo do exercício físico no processo de reabilitação e recuperação dos pacientes atendidos pós procedimentos cirúrgicos de implantação de prótese nos joelhos com diagnósticos de Artrose e Condromalácia. Foi percebido ao longo do tratamento uma melhora significativa no quadro clínico dentre ao quais a diminuição da dor, ganho de força e amplitude de movimento e o aumento da capacidade funcional. (FLECK e KRAEMER, 2006 apud LESSA; FURLAN; CAPELARI, 2012; REBUTINI et al, 2013; BRUNONI et al, 2015; VIEIRA & QUEIROZ, 2013). **CONCLUSÃO:** Conclui-se que durante o estágio, foi possível verificar como o treinamento resistido é de fundamental importância para pacientes com diferentes patologias, pois além de contribuiu de maneira significativa no processo de reabilitação e recuperação, também auxilia na manutenção da capacidade funcional do indivíduo, além de melhorar outros aspectos, como a qualidade de vida, bem-estar e a autoestima.

## REFERÊNCIAS

---

ANVERSA, A. L. B. [et al]. O estágio curricular em Educação Física – Bacharelado. **Revista Kinesis**, vol. 33, nº 1, p. 24-39, jan-jun, 2015, Santa Maria.

BRUNONI, L. et al. Treinamento de força diminui os sintomas depressivos e melhora a qualidade de vida relacionada a saúde em idosas. **RevBrasEducFís Esporte**, São Paulo, 2015, Abr/Jun; 29(2): 189-96.

LESSA, P. FURLAN, C. C. CAPELARI, J. B. Pedagogia do corpo e construção do gênero na prática de musculação em academias. **Motrivivência**, 2012, no 37, p. 41-50.

REBUTINI, V. Z. et al. Efeito do treinamento resistido em paciente com fibromialgia: Estudo de caso. **Motriz**, Rio Claro, v. 19, n. 2, p. 513-522, abr./jun., 2013.

VIEIRA, L. G. U. QUEIROZ, A. C. C. Análise metodológica do treinamento de força como estratégia de controle da pressão arterial em idosos: uma revisão. **RevBrasGeriatr. Gerontol**, Rio de Janeiro, 2013; 16(4): 845-854.



## EFEITOS DE UM PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL SOBRE A DOR MUSCULO ESQUELÉTICA EM FUNCIONÁRIOS DE UM HOSPITAL PÚBLICO DE SERGIPE

MARIA DE LOURDES FEITOSA NETA (CREF: 002758-G/SE),  
AYSLAN JORGE SANTOS DE ARAUJO (CREF:000906-G/SE)

Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brasil

Contato: [netinhafeitosa02@gmail.com](mailto:netinhafeitosa02@gmail.com)

Palavras-chave: Saúde do trabalhador; Ginástica; Atividade física.

**INTRODUÇÃO:** A ginástica Laboral constitui uma rotina de atividades físicas planejadas que prioriza a saúde do trabalhador, dentro do seu próprio ambiente de trabalho, na tentativa de prevenir ou tratar LERs e DORTs, estas potenciais geradoras de dor e consequente queda na produção.

**OBJETIVO:** Verificar o impacto de um programa de ginástica laboral sobre o nível de atividade física de funcionários de um hospital público de Sergipe. **METODOLOGIA:** Participaram do estudo 50 funcionários técnicos-administrativos, sendo 26 são do gênero feminino ( $35,5 \pm 8,8$  anos), e 24 são do gênero masculino, ( $34,0 \pm 8,4$  anos) praticantes de ginástica laboral com frequência de 2 sessões semanais e duração de 15 minutos. Ao longo da sessão todos os indivíduos eram convidados a repetir os movimentos de alongamentos e exercícios de intensidade leve a moderada. Antes e após o programa foi aplicado o Diagrama de Corlett para avaliar a presença, localização e intensidade de dor musculo esquelética. Os dados foram analisados a partir do Teste de Wilcoxon para determinar as diferenças pré e pós, com nível de significância 5%. **RESULTADOS:** Ao final de 10 semanas de ginástica laboral foram observadas redução significativa na dor para o pescoço ( $p=0,004$ ), região cervical ( $p=0,04$ ), porção dorsal superior ( $p=0,007$ ), porção dorsal média ( $p=0,01$ ), porção dorsal inferior ( $p=0,01$ ), ombro esquerdo ( $p=0,01$ ), ombro direito ( $p=0,03$ ). **CONCLUSÃO:** Tendo em vista a amostra e as condições analisadas, a ginástica laboral se mostrou capaz de reduzir a intensidade de em sete regiões corporais, localizadas na parte superior do corpo, de funcionários de um hospital público de Sergipe. São necessários mais estudos para entender o motivo para a não redução da dor nas demais regiões corporais.

### REFERÊNCIAS

FREITAS-SWERTS, F.C.T.D.; ROBAZZI, M.L.D.C.C. The effects of compensatory workplace exercises to reduce work-related stress and musculoskeletal pain. **Revista latino-americana de enfermagem**, v. 22, n. 4, p. 629-636, 2014.

GUIMARAES, B.M.D.; MARTINS, L.B.; DE AZEVEDO, L.S.; ANDRADE, M.D.A. Análise da carga de trabalho de analistas de sistemas e dos distúrbios osteomusculares. **Fisioter.mov. (Impr.)**.v. 24, n. 1, p. 115-124, 2011.

MARTINS, P.F.O.; ZICOLAU, E.A.A.; CURY-BOAVENTURA, M.F. Stretch breaks in the work setting improve flexibility and grip strength and reduce musculoskeletal complaints. **Motriz: rev. educ. fis**, v. 21, n. 3, p. 263-273, 2015.

CANDOTTI, C.T.; STROSCHEIN, R.; NOLL, M. Efeitos da ginástica laboral na dor nas costas e nos hábitos posturais adotados no ambiente de trabalho. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, v. 33, n. 3, p. 699-714, 2011.

FERRACINI, G.N.; VALENTE, F.M. Presença de sintomas musculoesqueléticos e efeitos da ginástica laboral em funcionários do setor administrativo de um hospital público. **Rev Dor**, v. 11, n. 3, p. 233-236, 2010.

## EFEITO DE 12 SEMANAS DO TREINAMENTO DE FLEXIBILIDADE NA CAPACIDADE FUNCIONAL EM IDOSAS PRÉ-FRÁGEIS

MARCELI MATOS ANDRADE MESQUITA (CREFITO: 175599-F/SE),  
MARZO EDIR DA SILVA-GRIGOLETTO.  
Universidade Federal de Sergipe, Brasil  
marcelimesquita@hotmail.com

Palavras-chave: Envelhecimento, aptidão física, exercícios de alongamento.

**INTRODUÇÃO:** No processo de envelhecimento, ocorre diminuição da flexibilidade, devido às alterações do sistema musculoesquelético. Por isso, recomenda-se que rotinas de alongamento sejam incorporadas aos programas de atividade física voltados para a população idosa, afim de melhorar capacidade de realizar tarefas diárias sem fadiga excessiva. **OBJETIVO:** Analisar os efeitos de doze semanas alongamento na capacidade funcional em idosas pré-frágeis. **METODOLOGIA:** Onze idosas (idade  $m = 62,5 \pm 3,0$  anos e peso  $m = 72,5 \pm 14,4$  kg) após passarem por uma avaliação médica, participaram deste estudo. O treinamento consistiu em 40 minutos de exercícios de alongamento com níveis de amplitude articular submáxima e 10 minutos atividade cognitiva. Para verificação da aptidão funcional foi utilizado a bateria Senior Fitness Test (SFT). Os dados foram apresentados com média e desvio padrão, analisados a partir do Teste "t" para amostras pareadas afim de determinar as diferenças pré e pós, com nível de significância 5%. **RESULTADOS:** Ao final das 12 semanas as idosas apresentaram aumentos estatisticamente significativos nos testes de *Sentar e alcançar* (pré:  $2,2 \pm 1,2$  vs. pós:  $6,8 \pm 7,3$ ;  $p = 0,00$ ) e *Alcançar atrás das costas* (pré:  $-3,7 \pm 10,3$  vs. pós:  $-1,0 \pm 7,4$ ;  $p = 0,00$ ). Entretanto nos testes de *Levantar e caminhar* (pré:  $5,5 \pm 0,6$  vs. pós:  $5,6 \pm 0,6$ ;  $p = 0,99$ ), *Sentar e levantar* (pré:  $20,2 \pm 3,1$  vs. pós:  $19,0 \pm 3,4$ ;  $p = 0,09$ ), *Flexão de cotovelo* (pré:  $20,4 \pm 2,8$  vs. pós:  $20,5 \pm 2,0$ ;  $p = 0,9$ ), e *Caminhada de 6 minutos* (pré:  $534,8 \pm 39,7$  vs. pós:  $549,4 \pm 40,7$ ;  $p = 0,33$ ) não houve incremento significativo. **CONCLUSÃO:** Tendo em vista a amostra e as condições analisadas, o alongamento mostrou-se eficaz nos testes de sentar e alcançar, e alcançar atrás das costas em idosas pré-frágeis.

### REFERÊNCIAS

- CIVINSKI C, MONTIBELLER A, BRAZ ALO. A Importância do exercício físico no envelhecimento. **Revista da Unifeb**. v. 9, n. 1, p. 163-75, 2011.
- FECHINE, B.R.A.; TROMPIERI, N. Processo de Envelhecimento: As principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. **Revista Científica Internacional**. v. 1, n. 7, p. 106-132, 2012.
- GARBER, C. E., BLISSMER B., DESCHENES, M.R., FRANKLIN, B.A.; LAMONTE, M.J.; American College of Sports Medicine. American College of Sports Medicine position stand. Quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory, musculoskeletal, and neuromotor fitness in apparently healthy adults: guidance for prescribing exercise. **Med Sci Sports Exerc**. v. 43, n. 7, p. 1334-59, 2011.
- RIKLI, R.E.; JONES, C. J. Development and validation of a functional fitness test for community-residing older adults. **J Aging Phys Activity**. v. 7, p. 129-161, 1999.
- VIEIRA, E.P.; ALVES, E.; Reach capacity in older women submitted to flexibility training. **RBCDH**. v. 17, n. 6, p.722-732, 2015.

## VISÃO DE ACESSIBILIDADE PELOS CADEIRANTES PRATICANTES DE BASQUETE ADAPTADO

PABLO DOS SANTOS PINHEIRO (pablo.ita.prof@gmail.com)  
WANDREY QUEIROZ DOS SANTOS  
RAÍSSA CAROLINA HORA SANTOS  
ARIOSVALDO MENEZES SANTOS SOBRINHO  
MADSON RODRIGO SILVA BEZERRA (CREF: 2396-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
Palavras-chave: Basquetebol. Atividade motora. Cadeira de rodas.

**INTRODUÇÃO:** O esporte adaptado, conhecido como basquetebol em cadeira de rodas, praticados por pessoas portadoras de deficiência física, traz inúmeros benefícios para seus praticantes, além da melhoria do seu estado físico, mental e social, apontado em diversos estudos científicos. Afim de enriquecer nossas discussões sobre a área da atividade física adaptada. **OBJETIVO:** o presente estudo tem como objetivo compreender, na visão de cadeirantes praticantes de basquete, a acessibilidade ou falta de acessibilidade em nosso meio, expondo as dificuldades e obstáculos enfrentados por deficientes físicos como: a falta de conscientização social; acessibilidade no transporte público e acessibilidade e trabalho, bem como desvelar a inclusão dos seus sentimentos frente às barreiras arquitetônicas encontradas em nossa sociedade, que retratam atenção na pesquisa, à inclusão. **METODOLOGIA:** Estudo com base em revisão bibliográfica a partir de artigos científicos disponíveis na mídia digital. **RESULTADOS:** Em seu estudo os autores. Souza e Arruda (2010) verificaram que além de proporcionar a autonomia e independência, prevenindo doenças secundárias, a prática do basquetebol em cadeira de rodas pode resultar em benefícios motores, cognitivos e afetivos. Além disso, Leite e Cardoso (2009), O esporte no geral é bem aceito pelos deficientes físicos, pois além de melhorar suas habilidades, proporciona a integração, não deixando de lado o aspecto lúdico, reunindo o mais básico para o desenvolvimento global, permitindo um plano de ação em situações interativas desejáveis do ponto de vista dos interesses e sua independência nas relações com o meio. **CONCLUSÃO:** Os dados analisados nos permitiram concluir que o basquetebol em cadeira de rodas não tem proporcionado à inclusão dos seus praticantes na sociedade, e sim possibilitando a integração dos mesmos no ambiente do jogo/treino. Cabe então ao esporte, pelo aspecto lúdico que lhe é peculiar, propiciar uma reflexão mais saudável sobre o comprometimento da deficiência física.

### REFERÊNCIAS

- LAGO, Társio Monteiro; AMORIM, Alessandra Agra. **O Basquete em Cadeiras de Rodas com Papel de Inclusão e Integração dos Portadores de Deficiência.** vol.2, n.2, mai.2008/set.2008.
- LEITE, Adriana Bahia Carreiro; CARDOSO Ana Lucia do Nascimento. **Os Benefícios da Atividade Física para Crianças Portadoras de Deficiência Física.** UGF, Campo Grande, MS. 2010
- LEONI, Camila Ferreira. ZAMAI, Carlos Aparecido. Análise das Dificuldades de Cadeirantes para a Prática do Basquetebol em Cadeira de Rodas. **Movimento & Percepção**, SP, v. 6, n. 9, 2006.ISSN1679-8678.
- SOUZA, Dianne Pereira de; CABRAL, Rayany Martins; ALVARENGA, Gabriella Assumpção. Atletas Cadeirantes de Basquete na Experiência da Acessibilidade. **Fragments de Cultura**, Goiânia, v. 24, especial, p. 115-127, dez. 2014.
- SOUZA, Gerson Calmon; ARRUDA, Leomar Cardoso. Basquetebol em Cadeira de Rodas: uma Análise sobre a Inclusão na Cidade de Catalão-Go a Partir de um Diálogo com seus Praticantes. **Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte**, Porto Alegre, RS, 2011.

## FLEXIBILIDADE EM IDOSOS: IMPORTÂNCIAS E NECESSIDADES

VICTOR MATHEUS SANTOS DO NASCIMENTO\*  
DYNA ROSY ALVES DE OLIVEIRA\*  
CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
vmsantos\_nascimento@hotmail.com  
Palavras-chave: Flexibilidade, idosos, qualidade de vida.

**INTRODUÇÃO:** A idade avançada é o período em que as capacidades físicas começam a decrescer, agilidade, equilíbrio e a mobilidade articular também são afetados, com isso gerando instabilidade e decaimento na qualidade de vida desse público, haja vista que seus afazeres diários são afetados diretamente por essas mudanças. **OBJETIVO:** Identificar as contribuições da produção científica acadêmica sobre a flexibilidade e a importância para este público. **METODOLOGIA:** Foram utilizados estudos da plataforma google acadêmico e da biblioteca virtual em saúde para a resolução deste trabalho, contendo as palavras-chave: “flexibilidade”, “idosos” e “qualidade de vida”. Encontrou-se 27.774 artigos dos quais separou-se 18 mais adequados e então foram selecionados cinco. **RESULTADOS:** Com o avanço da idade uma série de mudanças vão surgindo na população idosa, as quedas começam a ocorrer de forma mais frequente e por consequência os riscos de lesões aumentam bastante. Fraqueza muscular, inflexibilidade e dificuldades de controle motor contribuem para este risco aumentado (MATSUDO, 2002). O aumento do nível de atividade física parece ser uma medida eficaz para preveni-las, pois, esta intervenção propicia um aumento na força muscular, na flexibilidade e promove melhorias no controle motor (DANTAS, 2002; MAZO, 2007). Programas de exercício físico supervisionado são normalmente compostos por treinamento de resistência aeróbica/muscular e exercícios de flexibilidade. Foram observados com estes programas ganhos médios de 38 % na facilidade de execução das 11 ações cotidianas, são elas, subir e descer escadas, entrar e sair do carro, amarrar os sapatos, pedalar a bicicleta, andar na esteira, cruzar as pernas, alcançar as costas para coçar ou esfregar durante o banho, alcançar algum objeto no alto da estante, caminhar, levantar da cama, agachar-se (COELHO E ARAÚJO, 2000). Estudos de Varejão et al. (2007) também ressaltaram que devido ao treino de flexionamento e alongamento, aumentaram os níveis de qualidade de vida e autonomia funcional dos idosos. **CONCLUSÃO:** É percebido que o treino de flexibilidade se mostra de grande importância para o idoso, haja vista a necessidade de evitar riscos de acidentes, além disso, com esse treino favoreceu um aumento da facilidade ao realizar atividades diárias destas pessoas, promovendo uma terceira idade mais saudável, proveitosa e aumentando sua qualidade de vida.

### REFERÊNCIAS:

- COELHO, C. W.; ARAÚJO, CLAUDIO GIL SOARES. Relação entre aumento da flexibilidade e facilitações na execução de ações cotidianas em adultos participantes de programa de exercício supervisionado. **Rev. Bras. Cineantropom Desempenho Hum**, v. 2, n.1, p.31–41, 2000.
- DANTAS, E.H.M.; PEREIRA, S.A.M; ARAGÃO, J.C.; OTA, A.H. A preponderância da diminuição da mobilidade articular ou da elasticidade muscular na perda da flexibilidade no envelhecimento. **Fit Perf J**, v.1, n.3, p.12-20, 2002.
- MATSUDO, S.M; BARROS NETO, TL; MATSUDO, V.K.R. Perfil antropométrico de mulheres maiores de 50 anos fisicamente ativas de acordo com a idade cronológica - Evolução de 1 ano. **Rev. Bras. Cienc. e Mov**, v.10, n.2, p.15-26, 2002.

---

MAZO, G. et al. Incidência de quedas, atividade física e saúde dos idosos. **Rev. Bras. fisioter.**, São Carlos. v. 11, n. 6, p. 437-442, nov./dez. 2007

VAREJÃO, R.V.; DANTAS E.H.M; MATSUDO, S.M.M. Comparação dos efeitos do alongamento e do flexionamento, ambos passivos, sobre os níveis de flexibilidade, capacidade funcional e qualidade de vida do idoso. Universidade Castelo Branco. **Rev. Bras. Ci e Mov.** v.15, n.2, p. 87-95, 2007.

## MÉTODOS DE PERIODIZAÇÃO NO TREINAMENTO PARA HIPERTROFIA

VICTOR MATHEUS SANTOS DO NASCIMENTO\*

DYNA ROSY ALVES DE OLIVEIRA\*

CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS\*

MILTON DE ANDRADE SANTOS NETO\*

ESTÉLIO HENRIQUE MARTIN DANTAS (CREF: 000001-G/RJ)\*

\*UNIVERSIDADE TIRADENTES, Aracaju, Sergipe, Brasil.

vmsantos\_nascimento@hotmail.com

Palavras-chave: Periodização; Adaptação fisiológica; Treinamento físico.

**INTRODUÇÃO:** Periodização do treinamento físico refere-se à manipulação das variáveis metodológicas do treinamento físico divididas em fases lógicas, e tem por objetivo realizar ajustes específicos para o aumento do desempenho físico e prevenir o excesso de treinamento (STONE, et. al. 2000). **OBJETIVOS:** Acompanhar a evolução e adequabilidade de modelos de periodização no treinamento esportivo. **METODOLOGIA:** Foram utilizados estudos da plataforma google acadêmico e pubmed para a resolução deste trabalho, encontrou-se 761.930 artigos dos quais 20 foram considerados mais adequados, restando apenas seis para este resumo. Foram utilizadas as palavras-chave: “periodização”, “adaptação fisiológica”, “treinamento físico”. **RESULTADOS:** A utilização da periodização no treinamento resistido ganhou considerável popularidade nos últimos anos. À medida que os praticantes ficam mais experientes, os ganhos com o treinamento de força tendem a ser menores ou até atingir um platô, ou a um excesso de treinamento (overtraining), caso não haja uma adequação e variação dos estímulos. Os dias ou semanas recuperativas também devem ser planejados para o restabelecimento do corpo e da mente, na tentativa de afastamento do indivíduo do risco de lesões e resultados causados pelo overtraining. Estudos feitos por (Spinetti et. al. 2013) avaliaram e compararam o efeito de dois modelos de periodização; a ondulatória e a linear sobre a força máxima e hipertrofia muscular em uma sequência de treinamento resistido realizada do menor para o maior grupamento muscular. Os maiores achados deste estudo foi que a periodização ondulatória foi mais efetiva para promover melhoras sobre a força dinâmica máxima nos exercícios que iniciavam a sessão e sobre a hipertrofia muscular dos extensores de cotovelo e flexores de cotovelos. Já no estudo realizado por (Ramalho et. al. 2003) foram colocados dois grupos, G1: periodização linear, G2: periodização não linear, observou-se uma melhora significativa dos resultados obtidos pelos sujeitos pertencentes ao grupo 2 (não-linear), especificamente na massa corporal magra que pode estar relacionado principalmente com o princípio da periodização e da variação da sobrecarga proposto por (Weineck1999). Que diz que para que o princípio da sobrecarga possa ser utilizado de forma a estimular o atleta a atingir a forma ideal para uma determinada competição ou um alto rendimento, deve haver uma alternância entre aumento e redução do volume e intensidade dos estímulos. Por meio desse tipo de treinamento, os sujeitos conseguiram manter o organismo em situação metabólica favorável. Esta situação é a predominância do anabolismo sobre o catabolismo, ou seja, das reações de síntese sobre as reações de degradação de matéria. Quando ocorre mais anabolismo do que catabolismo o balanço nitrogenado torna-se positivo, com retenção de nitrogênio e aumento da massa muscular (SANTARÉM, 2002). **CONCLUSÃO:** A utilização da periodização no treinamento resistido ganhou considerável popularidade nos últimos anos. Baseados em tais resultados, foi confirmado que a periodização ondulatória é mais efetiva no aumento dos níveis de força dos exercícios e sobre a hipertrofia muscular na fase inicial do treinamento quando comparada à periodização linear. Já em contrapartida o método linear se mostrou mais eficiente que o método de periodização não linear.

## REFERÊNCIAS

- DANTAS, E.H.M. **A prática da preparação física**. 6. ed., Vila Mariana, SP: ROCA, 2014.
- DANTAS, E.H.M; AZEVEDO, R.C.; SEQUEIROS, L.S.; MARQUES GOMES, A.L.; GOMES, A.C.; TUBINO, M.J. G. Abrangência dos modelos de periodização do treinamento esportivo. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 16, n.4, 2008.
- DANTAS, E.H.M; DE GODOY, E.S; SPOSITO, C.A; DE OLIVEIRA, L.B; TUBINO, M.J.G; GOMES, A.C. Adequabilidade dos principais modelos de periodização do treinamento esportivo. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, Porto Alegre, v. 33 n.2, Apr./June 2011.
- RAMALHO, V. P. & MARTINS Jr, J. Influência da periodização do treinamento com pesos na massa corporal magra em jovens adultos do sexo masculino: um estudo de caso. **Revista da Educação Física**, Maringá, v. 14, n. 2, p. 49-56, Jul./dez. 2003.
- SANTARÉM, J. M. Textos selecionados sobre atividade física em geral e exercícios resistidos. 2002. Disponível em: <<http://www.saudetotal.com/saud e/musvida/artigos.htm>>. Acesso em: 28 Março, 2016.
- SPINETI, J.; FIGUEIREDO, T.; DE SALLES, B.F.; ASSIS, M.; FERNANDES, L.; NOVAES, J.; SIMÃO, R. Comparação entre diferentes modelos de periodização sobre a força e espessura muscular em uma sequência dos menores para os maiores grupamentos musculares. **Rev Bras Med Esporte**, v. 19, n. 4, Jul/Ago, 2013.
- STONE, M.H.; POTTEIGER, J.A; PIERCE, K.C; PROULX, H.S; O'BRYANT, H.S; JOHNSON, R.L. Comparison of the effects of three different weight-training programs on the one repetition maximum squat. **J Strength Cond Res**, v.14 p. 332-337, 2000.
- WEINECK, J. **Treinamento ideal**. 9. ed. São Paulo: Manole, 1999.

## EXERCÍCIO FÍSICO X OBESIDADE

RHUAN DA SILVA MALTAS  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
rhuandandane@gmail.com  
Palavras-chave: Obesidade. Exercício Físico. Adolescente.

**INTRODUÇÃO:** A obesidade é considerada doença universal de prevalência crescente e hoje assume caráter epidemiológico, como o principal problema de saúde pública na sociedade moderna. O indivíduo é considerado obeso quando a quantidade de gordura relativa à massa corporal se iguala ou excede a 30% em mulheres e a 25% em homens e a obesidade grave é caracterizada por um conteúdo de gordura corporal que exceda 40% em mulheres e 35% em homens. **OBJETIVOS:** Analisar os resultados da prática de exercício físico em crianças com obesidade. **METODOLOGIA:** O presente estudo foi revisado com base na literatura de artigos publicados no Google acadêmico, tendo como tema a obesidade infantil e o treinamento físico. **RESULTADOS:** Segundo RENATA (2004), nos exercícios aeróbios, a massa corporal total diminuiu 1,5% e nos exercícios anaeróbios, 3,7%. Foi observado nos resultados pós-exercício aumento significativo estatisticamente na massa magra e diminuição na massa gorda. ROSANE (2008), se tratando do processo de perda de peso ponderal torna-se eficientemente mais favorecido quando os dois tipos de exercícios, aeróbios e anaeróbios, são utilizados em conjunto, neste sentido, um minimiza as pequenas deficiências do outro (em relação ao metabolismo de gordura), e os resultados são substancialmente melhores. Para BRACCO (2003), a idade escolar é o melhor período para o desenvolvimento da aptidão física e para adoção de um estilo de vida ativo, que pode ser mantido na vida futura, além dos benefícios diretos, o aumento da atividade física diária nas escolas primárias pode manter ou mesmo melhorar o desempenho acadêmico. FIGUEIREDO (2011) diz, na aptidão física (AptF), um número elevado de alunos, sempre superior a 50%, é considerado inapto fisicamente, e, não se situa na zona saudável de aptidão em todos os testes. Os meninos com sobrepeso são mais aptos que as meninas do mesmo "status". **CONCLUSÃO:** De acordo com os estudos analisados, ficou em evidência a importância da atividade física no processo de desenvolvimento fisiológico e morfológico do ser humano ainda quando adolescente.

## REFERÊNCIAS

- BIAZUSSI, Rosane. **Os benefícios da atividade física aos adolescentes.** Educação física - univ.webnode.com, pag. 13 – 19, 2008.
- BRACCO, Mário Maia. Atividade Física na infância e adolescência: impacto na saúde pública. **Rev. Ciênc. Méd.**, Campinas, 12(1): pag. 89-97, 2003.
- FIGUEIREDO, Cláudia. Obesidade e sobrepeso em adolescentes: relação com atividade física, aptidão física, maturação biológica e "status" socioeconômico. **Rev. bras. Educ. Fís. Esporte**, São Paulo, v.25, n.2, p.225-35, abr./jun. 2011.
- RENATA Viccari Sabia. Efeito da atividade física associada à orientação alimentar em adolescentes obesos: comparação entre o exercício aeróbio e anaeróbio. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Vol. 10, Nº 5, pag. 349 - 355, Set/Out, 2004.



## EFEITO DO TREINAMENTO MENTAL NA CONCENTRAÇÃO PARA O ARREMESSO DE PESO

PAULO EMMANUEL NUNES REZENDE<sup>1</sup>

THAYS COSTA DA SILVA <sup>1</sup>

RAPHAEL FABRICIO DE SOUZA (CREF: 012531-G/PR)<sup>1</sup>

pauloemmanuel92@gmail.com

<sup>1</sup>Universidade Federal de Sergipe (UFS), São Cristóvão/SE, Brasil

Palavras chave: Treinamento mental, Arremesso de peso, Desempenho atlético.

**INTRODUÇÃO:** O treinamento mental é um conceito complexo de diferentes habilidades mentais para o estabelecimento de metas, aumento da confiança, desenvolvimento da concentração, imaginação e controle da ansiedade. É considerado como uma possível estratégia de otimização da performance devendo ser realizado antes e durante a competição. Para tanto deve ser desenvolvido por indivíduos que já possuem experiência mínima no movimento a ser realizado a fim de potencializar o desenvolvimento de habilidades motoras e técnicas esportivas. **OBJETIVO:** Analisar o efeito do treinamento e da concentração mental na distância da queda do implemento do arremesso de peso. **MÉTODOS:** Foi verificado a distância do arremesso de peso de 10 estudantes de educação física do sexo masculino sob duas condições: Sem orientação ao treinamento mental (STM) e com orientação ao treinamento mental (CTM). Para a execução do arremesso CTM os voluntários foram orientados a realizar três mecanismos temporais de imaginação: antecipatória (imaginar a ação a ser realizada e mentalizar o controle de fatores internos e externos), integrativa (visualizar a ação integrada a estímulos cognitivos, motores e psicológicos) e retroativa (visualizar uma ação de movimentos anteriores afim de possibilitar uma regulação das ações futuras). Para avaliar o efeito estatístico do arremesso recorreu-se ao teste t-Student para amostras emparelhadas. O pressuposto de normalidade foi validado com o teste de Shapiro-Wilk para as duas condições (STM e CTM). Foi utilizado o software SPSS Statistics 20 e adotado o nível de significância  $p < 0,05$ . Os resultados são apresentados como média  $\pm$  erro-padrão da média. **RESULTADOS:** Observou-se uma melhora estatisticamente significativa no CTM ( $M = 6,94$ ;  $SEM = 0,179$ ) comparado ao STM ( $M = 6,01$ ;  $SEM = 0,002$ ) ( $t(9) = 6,76$ ;  $p < 0,001$ ). **CONCLUSÃO:** Conclui-se que o treinamento mental deve ser intensificado durante a periodização do treinamento de arremessadores de peso por favorecer a concentração e otimizar o movimento motor durante a execução do arremesso.

### REFERÊNCIAS:

- LEITE, C. D. et al. Representações de ansiedade e medo de atletas universitários. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, São Paulo, v.6, n. 1, p. 36-46, janeiro/junho 2016.
- MONTIEL, J. M. et al. Avaliação do treinamento mental na melhora de desempenho do saque no voleibol. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, Londrina, v. 4, n. 1, p. 46-63, jun. 2013.
- SAMULSKI, D.; NOCE, F.; DA COSTA, V. T. Treinamento mental de atletas olímpicos e paraolímpicos. In: SAMULSKI, D.; MENZEL, H.; PRADO, L. S. **Treinamento Esportivo**, 2013. Cap. 5, p. 111-135.
- SLIMANI, M. et al. Effects of mental training on muscular force, hormonal and physiological changes in kickboxers. **The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness**. 2016 Jul 5. [Epub ahead of print]
- TREUHERZ, R. M.; CORNEJO, A. **Tênis – técnicas e táticas de jogo**. São Paulo: Alaude, 2006.

## EFEITO DO TREINAMENTO RESISTIDO SOBRE APRESSÃO ARTERIAL DE IDOSAS HIPERTENSAS

JARLISSON FRANCSUEL MELO DOS SANTOS\*  
ADANS SOARES DOS SANTOS\*  
CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS\*  
LUÍS PAULO DE SOUZA GOMES (CREF: 1156-G/SE)\*  
\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
jarlissoufrancsuel@hotmail.com

Palavras-chave: Pressão arterial, exercício físico, qualidade de vida.

**INTRODUÇÃO:** A pressão arterial é a força exercida pelo sangue sobre a parede dos vasos, variando de maneira contínua a cada ciclo cardíaco (MACIEL, 2012). Para Bundchen et al. (2013), o exercício físico em geral provoca uma série de respostas fisiológicas, resultantes de adaptações autonômicas e hemodinâmicas que vão influenciar o sistema cardiovascular. Dentre os tipos de exercícios que influenciam o sistema cardiovascular, podemos destacar o treinamento resistido, definido como contrações contra a resistência, se refere a qualquer tipo de treinamento em que o corpo se movimenta em alguma direção contra algum tipo de força oposta (ROCHA, 2010). **OBJETIVO:** Analisar o comportamento da pressão arterial de idosas hipertensas e normotensas após o treinamento resistido. **METODOLOGIA:** O presente estudo tem caráter descritivo e delineamento experimental a partir de uma curta intervenção, que foram realizadas na academia e quadra de poliesportiva da Universidade Tiradentes (UNIT). A amostra foi composta por 13 indivíduos do sexo feminino (69,5 ± 5,6 anos, 1,52 ± 0,6 cm de estatura, 61,8 ± 9,7 kg de massa corporal, IMC de 26.5 ± 3.11Kg/m<sup>2</sup>). Sendo que, 7 eram normotensas e 6 hipertensas, que faziam uso de medicação controlada. As idosas avaliadas eram fisicamente ativas, se exercitavam em cerca de três vezes por semana. Os treinamentos consistiram na realização de exercícios resistidos de musculação. Nas sessões de exercícios resistidos foram realizados 3 séries de 10 repetições por exercício, intensidade a 70% de 8RM e intervalo de 1 minutos entre as séries e os exercícios. **RESULTADOS:** Em relação a pressão arterial sistólica após o treinamento resistido (PAS<sub>pós</sub>) e durante trinta minutos de repouso (PAS<sub>30</sub>), observou-se que em relação a pressão arterial sistólica pré- exercício, houve elevação da PAS nas hipertensas comparado com os normotensos, entre as condições de repouso de PAS<sub>pós</sub> e PAS<sub>30</sub>, para ambos os grupos. Já na pressão arterial diastólica pós-exercício encontrou-se um média de 95 mmHg e 80 mmHg respectivamente. Polito e Farinatti (2006), explica que determinadas variáveis (número de séries, intervalo, carga, exercício) do treinamento resistido encontram-se diretamente associadas ao aumento das respostas cardiovasculares, sobretudo da pressão arterial (PA). Outra variável fisiológica analisada pré e pós do treinamento resistido e durante uma hora após o exercício, foi a frequência cardíaca (FC), a qual é mediada primariamente pela atividade direta do sistema nervoso autônomo (SNA), através dos ramos, simpático e parassimpático sobre a auto-ritmicidade do nódulo sinusal (LIMA JUNIOR et al., 2010). Houve uma predominância da atividade vagal durante o repouso, enquanto durante o exercício a atividade simpática se sobrepõe. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que não houve modificações significativas na pressão arterial sistólica e diastólica, pré e após exercício físico. Houve apenas um aumento na pressão diastólica das idosas hipertensas no momento pré-exercício. Todas as evidências que foram levantadas quanto aos efeitos do treinamento resistido serão sempre bem-vindas para a melhora da qualidade de vida como um todo.

---

## REFERÊNCIAS

- BUNDCHEN, D. C.; SCHENKEL, I. C.; SANTOS, R. Z.; CARVALHO, T. Exercício físico controla pressão arterial e melhora qualidade de vida. Exercise contro blood pressure and improvement quality of life. **Rev Bras Med Esporte** – Vol. 19, No 2 – Mar/Abr 2013.
- LIMA JUNIOR, L. A. de S. et al. **Predição da frequência cardíaca basal, através da mensuração da frequência cardíaca de repouso**. EFDesportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Ano 15, Nº 150, Nov, 2010.
- MACIEL, EDIVÂNIA APARECIDA MOREIRA. **A não adesão ao tratamento da hipertensão por pacientes trabalhadores**. Monografia–UFMG, Belo Horizonte, 2012.
- MONTEIRO, M. F.; FILHO, D. C. S. Exercício físico e o controle da pressão arterial. **Rev Bras Med Esporte** \_ Vol. 10, Nº 6 –Nov/Dez, 2004.
- POLITO, M. D.; FARINATTI, P. T. V. Comportamento da pressão arterial após exercícios contra-resistência: uma revisão sistemática sobre variáveis determinantes e possíveis mecanismos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 12, n. 6, p. 386-392, 2006.
- ROCHA, A. J. **A influência do exercício físico no controle da pressão arterial**. Batatais, 2010.

## BATERIA DE TESTES SOMATOMOTORES DO PROESP-BR PARA JOVENS ATLETAS DE GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA

DANILLO REIS DOS SANTOS (CREF: 002715-G/SE)\*

CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS\*

DYNA ROSY ALVES DE OLIVEIRA\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

ESTELIO HENRIQUE MARTIN DANTAS (CREF: 0001-G/RJ)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

danillo\_rds@hotmail.com

Palavras-chave: Habilidade física, jovens, crescimento corporal.

**INTRODUÇÃO:** o nível atual dos êxitos desportivos visa grande exigência do organismo do atleta, portanto um importante aspecto do período contemporâneo de desenvolvimento dos esportes é a identificação da juventude talentosa (MELO e CORRÊA, 2015). No Brasil, normalmente a seleção de talentos é realizada com base em experiências pessoais de cada treinador, e o olhar deste especialista acaba sendo a única estratégia para diagnosticar em idade precoce, toda a complexidade de elementos determinantes do desempenho específico de uma modalidade que podem ser projetados na idade adulta, e em consequência, determinar o alto nível de um indivíduo (CRIPPA e LA TORRE, 2013). **OBJETIVO:** avaliar jovens atletas da modalidade de ginástica artística em três níveis diferentes, sob os seguintes aspectos: padrões de crescimento corporal, aptidão física relacionada à saúde e para o desempenho esportivo. **METODOLOGIA:** o desenho do estudo foi transversal, consiste na aplicação da bateria de medidas e testes somatomotores do projeto Esporte Brasil (PROESP - BR), em 6 jovens atletas de ginástica artística masculina, entre 12 a 15 anos de idade, do centro de excelência Caixa Jovem Promessa de Ginástica, da cidade de Carmópolis- SE. Foram utilizados os processos avaliativos e a organização sequenciada bateria de testes da seguinte forma: 1. Medida de massa corporal; 2. Medida de estatura; 3. Medida de envergadura; 4. Teste "Sentar-e-alcançar"; 5. Teste de exercício abdominal; 6. Teste do salto em distância; 7. Teste do arremesso de medicine ball; 8. Teste do quadrado; 9. Teste da corrida de 20 metros. Da mesma forma que a metodologia, os resultados seguem um processo uniforme do PROESP-BR e foram obtidos a partir da comparação dos resultados obtidos nos testes e os valores indicados nas tabelas. **RESULTADOS:** A média do IMC dos atletas foi de  $19,64 \pm 1,89 \text{Kg/m}^2$ , classificado dentro dos parâmetros da normalidade. No teste "Sentar-e-alcançar", foi obtido o resultado de  $36,11 \pm 2,66$  cm apresentado um excelente resultado. Já no teste de exercício abdominal os atletas realizaram  $36,5 \pm 4,49$  repetições, classificado como ideal. O teste do salto em distância, que objetiva avaliar força de explosão dos membros inferiores, os mesmos apresentaram média de  $168,16 \pm 2,17$  cm, estando dentro da média 159cm a 169 cm. No teste do arremesso de medicine ball obtiveram a com média de 373,8cm apresentando bom desempenho. Porém no teste do quadrado, foi obtido o resultado de  $6,59 \pm 3,42$ s ficando a abaixo da média recomendada. Por fim o teste da corrida de 20m apresentaram 4,11s classificado como "fraco". **CONCLUSÃO:** Os aspectos crescimento corporal e aptidão física nos jovens se encontram dentro da normalidade, porém no desempenho motor os foi apresentado resultados medianos.

### REFERÊNCIAS

CRIPPA, Franciela; LA TORRE, Marcelo. Comparação das características antropométricas e da força muscular de meninas de 9 a 11 anos praticantes e não praticantes de exercício físico regular. **Cinergis**, v. 14, n. 1, 2013.

DANTAS, Estélio HM; PORTAL, Maria de Nazaré Dias; ALONSO, L. Plano de expectativa individual: uma perspectiva científica para a detecção de talentos esportivos. **Revista Mineira de Educação Física**, v. 12, n. 2, p. 72-100, 2004.

DANTAS, E. **A prática da preparação física**. 6ª Edição. Vila Mariana, SP:Roca, 2014.

DE MELO DIAS, Ricardo; CORRÊA, Daniel Alves. Aspectos importantes no processo detecção e orientação de talentos esportivos e a contribuição da estatística z neste contexto. **Conexões**, v. 13, n. 2, p. 166-184, 2015.

GAYA, Adroaldo et al. PROJETO ESPORTE BRASIL PROESP-Br. **Manual de Aplicação de Medidas e Testes, Normas e Critérios de Avaliação**. Porto Alegre-RS, 2009. Disponível em: <https://www.ufrgs.br/proesp/arquivos/manual-proesp-br-2015.pdf>. Acessado em: 13 de março de 2016.

OLIVEIRA, Gonçalves de Oliveira; BRUNO, Emerson Gonçalves de Oliveira; FALCÃO, José Newton Fragoso. **O uso do PROESP-BR em uma escola de São Borja-RS para identificar talentos esportivos no futebol**. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Año 16, Nº 161, Outubro de 2011. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd161/o-uso-do-proesp-br-para-talentos-esportivos.htm>. Acessado em: 18 de março de 2016.

RODRIGUES, J. R. **Análise do somatotipo e da composição corporal de crianças do sexo masculino de 09 a 10 anos para critério preliminar de detecção de talentos esportivos na modalidade de judô no projeto atleta do futuro em Campo Grande, Mato Grosso do Sul**. 2009. 97 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) –Universidade de Brasília, Brasília, 2009.

## EFEITOS DA DANÇA NO DESENVOLVIMENTO DAS CAPACIDADES MOTORAS EM PORTADORES DE SÍNDROME DE DOWN

LUCAS GONÇALVES SOUZA\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

lucas02souza@outlook.com

Palavras-chave: síndrome de down; dança; deficiência intelectual

**INTRODUÇÃO:** A dança é uma atividade física que proporciona diversos benefícios aos adeptos da prática. Reduz os riscos de doenças cardiovasculares, os distúrbios do aparelho locomotor e até mesmo a depressão e a ansiedade (PAULA, 2010). Onde estudos, apontam a importância dessa prática no desenvolvimento das habilidades motoras, sensoriais e intelectuais para indivíduos portadores de necessidades especiais, como síndrome de down. **OBJETIVO:** Analisar os benefícios da Dança, para pessoas portadoras de Síndrome de Down. **METODOLOGIA:** A pesquisa foi realizada no Google acadêmico, com o objetivo de encontrar artigos científicos, publicados em revistas da área, que trouxesse esclarecimentos sobre os benefícios da utilização da dança para portadores da síndrome de down. Depois de analisar quinze artigos, cinco foram selecionados para a realização desse estudo. **RESULTADOS:** Segundo Zausmer (1998), o auxílio precoce a uma criança com síndrome de down, é essencial para desenvolver os interesses e habilidades necessários para a realização de uma variedade de atividades físicas e recreacionais, como dançar acompanhando ritmos com o movimento. A prática da dança pelos portadores de síndrome de down os beneficia pelos aspectos lúdicos que o movimento, a música ou sons proporcionam, dando oportunidade para a facilitação do movimento, da reabilitação ou reeducação do gesto (CASTRO, 2005). A dança, muitas vezes está ligada aos serviços da fisioterapia ou da terapia ocupacional, mas possui suas próprias características, pois difere das terapias convencionais, levando em conta que é um exercício que se pratica “brincando”, favorecendo a percepção e o contato com o próprio corpo, sendo que a estimulação do esquema corporal é essencial para a descoberta de possibilidades de movimentos ainda não praticados (PERES & GONÇALVES, 2001). A dança enquanto educação surge como uma alternativa para o desenvolvimento do portador de síndrome de down, pois na prática, a dança reforça a ideia de que a pessoa precisa se reconhecer, se relacionar com os outros, desenvolver suas capacidades motoras, sociais, afetivas e cognitiva, além do seu conteúdo representativo, que permite a expressão dos conflitos contextualizados através de um processo simbólico, que permite a exteriorização, com conseguinte liberação dos efeitos psicológicos (RODRÍGUEZ, 2001). **CONCLUSÃO:** Portanto, a dança é uma das possibilidades para o aprimoramento do esquema motor do portador de síndrome de down, melhorando e tornando mais eficiente suas expressões corporais.

### REFERÊNCIAS

CASTRO, E. M. **Atividade Física Adaptada**. Ribeirão Preto: Tecmedd, 2005.

PAULA, Ana Rodrigues Lima. **Dança para Síndrome de Down: uma análise dos benefícios da dança para os portadores de Síndrome de Down**. Brasília, 2010.

PERES, M.; GONÇALVES, C.A. Dança para pessoas com lesão medular: uma experiência de abordagem terapêutica. **Revista Conexões: educação física, esporte, lazer**. Campinas, n.6, p.51-55, dez/2001.

RODRÍGUEZ, M.R.C. La danza em la musicoterapia. **Revista Interuniversitaria de formación Del profesorado**. N.42, p. 77-90, dez, 2001.

---

ZAUSMER, E. **Estimulação do desenvolvimento da motricidade grossa**. In: PUESCHEL, S. Síndrome de Down guia para pais e educadores. 3.ed. Campinas: Papyrus, 1998

## OS BENEFÍCIOS DAS ATIVIDADES ADAPTADAS PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA FÍSICA

AYRTON DOS SANTOS FEITOSA\*  
JEFESSON CARVALHO DE JESUS\*  
JONATHAS OTAVIO SANTOS SOUZA\*  
JOÃO PAULO DOS SANTOS FONSECA\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
ayrtonfeitosa@outlook.com

Palavras-chave: Atividade Física. Deficiência Física. Educação Física.

**INTRODUÇÃO:** Atividade Física Adaptada é uma área de conhecimento da Educação Física que tem como ideia principal incluir as pessoas com deficiência em um conjunto de atividade, jogos, esportes e exercícios. (BRITO; LIMA, 2012). Deficiência motora caracteriza-se por um distúrbio da estrutura anatômica ou da função, que interfere na movimentação e/ou locomoção do indivíduo (MATTOS apud TELFORD & SAWREY et al, 1978). **OBJETIVOS:** O objetivo deste estudo foi realizar uma revisão de literatura sobre pessoas com deficiência através de atividades físicas adaptadas. **METODOLOGIA:** Esse estudo é de caráter bibliográfico. Foram pesquisados artigos na base de dados google acadêmico. Os termos de pesquisa utilizados para identificar os estudos foram atividade física adaptada e pessoas com deficiências físicas. **RESULTADOS:** A prática de atividades físicas para pessoas com deficiências, além de proporcionar todos os benefícios para seu bem-estar e qualidade de vida, também é a oportunidade de testar seus limites e potencialidades, prevenir as enfermidades secundárias à sua deficiência e promover a integração social e a reabilitação da pessoa com deficiência (CARDOSO, 2011). Souza (2004) apud Melo e López (2002) enfatiza que as atividades adaptadas devem ser consideradas como uma alternativa lúdica e prazerosa, sendo parte da reabilitação de pessoas com deficiências físicas. Através dessa prática lúdica e prazerosa para o indivíduo, estas atividades surgem como facilitadoras para a melhoria da qualidade de vida. A atividade física adaptada melhora as condições totais do organismo. Força, agilidade, coordenação motora, flexibilidade, postura e resistência física adquiridas com a prática de exercícios são fatores importantes para o desempenho produtivo do ser humano e que o capacitam a realizar eficientemente as tarefas impostas pela vida (Ricardo, 2008 apud Py e Jacques 1999). **CONCLUSÃO:** Observou-se que os benefícios da prática de atividades físicas para pessoas com deficiências físicas são evidenciados por grande parte de estudiosos dessa área e contribuem para a qualidade de vida desta população.

### REFERÊNCIAS:

- BOAVENTURA, S. ROBERTA; CASTELLI, S. MICHELE; BARATA, R.T. RODRIGUES. **Os benefícios da atividade física para a pessoa com deficiência.** v. 6, n. 1, p. 51-61, 2009.
- BUSTO, M. ROSANGELA. et al. **Esportes paralímpicos: uma proposta de intervenção,** Londrina/PR, novembro 2013.
- CARDOSO, D. VINÍCIUS. **A reabilitação de pessoas com deficiência através do desporto adaptado,** Florianópolis/SC, v. 33, n. 2, p. 529-539, abr/jun. 2011.
- MENDES, C. BRUNA; PAULA, M. NILMA, **A hospitalidade, o turismo e a inclusão social para cadeirantes,** v. 19, n. 2, agosto/2008.
- NOCE, FRANCO; MOURA, A. MÁRIO; MELLO, T. MARCO. **Apercepção de qualidade de vida de pessoas portadoras de deficiência física pode ser influenciada pela prática de atividade física.** Belo horizonte/MG, v. 15, n. 3, mai/jun. 2009.



---

RABELO, J. RICARDO. **Influência da atividade física adaptada na qualidade da vida de deficientes físicos.** – Unileste/MG, v. 3, n. 2, ago/dez. 2008.

SILVA, C. A. ANSELMO. et al. **Esporte adaptado: abordagem sobre os fatores que influenciam a prática do esporte coletivo em cadeira de rodas,** são paulo, out/dez 2013.

SOARES, M. SUZILANE; MISTRELLO, B. CAROLINA; RIBEIRO, C. GISELE. **Os benefícios sociais e físicos do basquete para cadeirante, paraíba,** março 2007.

## IMPACTO DE UM PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL SOBRE O NÍVEL DE ATIVIDADE DE FUNCIONÁRIOS DE UM HOSPITAL PÚBLICO DE SERGIPE

MARIA DE LOURDES FEITOSA NETA (CREF: 002758-G/SE)  
AYSLAN JORGE SANTOS DE ARAUJO (CREF:000906-G/SE)  
Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brasil  
Contato: [netinhafeitosa02@gmail.com](mailto:netinhafeitosa02@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Saúde do trabalhador; Ginástica; Atividade física.

**INTRODUÇÃO:** A ginástica Laboral constitui uma rotina de atividades físicas planejadas que prioriza a saúde do trabalhador, dentro do seu próprio ambiente de trabalho. **OBJETIVO:** Verificar o impacto de um programa de ginástica laboral sobre o nível de atividade física de funcionários de um hospital público de Sergipe. **METODOLOGIA:** Participaram do estudo 61 funcionários, sendo 33 são do gênero feminino com média de idade de 36,4 anos ( $\pm 9,8$ ) e 28 são do gênero masculino com idade média de 34,0 anos ( $\pm 8,4$ ) que praticava a ginástica laboral com frequência de 2 sessões semanais, com duração de 15 minutos, sendo que ao longo da sessão todos os indivíduos eram convidados a repetir os movimentos de alongamentos e exercícios de intensidade leve a moderada. Para mensurar o nível de atividade física foi aplicado o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) versão curta, antes e após as 10 semanas do programa de ginástica laboral. Os participantes foram classificados em Não Ativos e Ativos. **RESULTADOS:** Inicialmente o perfil encontrado foi de 50,8% não ativos (n=31) e 49,2% ativos (n=30). Ao final de 10 semanas de ginástica laboral o perfil foi modificado para 29,5% não ativos (n=18) e 57,4% ativos (n=35), considerando que 13,1% (n=8) não estiveram presentes às 10 sessões. **CONCLUSÃO:** Tendo em vista a amostra e as condições analisadas, a ginástica laboral apresentou impacto sobre o nível de atividade física de funcionários de um hospital público de Sergipe, eficaz para a mudança do estilo de vida e não apenas uma repetição dos movimentos propostos.

### REFERÊNCIAS:

- GUIMARAES, B.M.D.; MARTINS, L.B.; DE AZEVEDO, L.S.; ANDRADE, M.D.A. Análise da carga de trabalho de analistas de sistemas e dos distúrbios osteomusculares. **Fisioter. mov. (Impr.)**. v. 24, n. 1, p. 115-124, 2011.
- MAIANO, C.; MORIN, A.J.S.; LANFRANCHI, M.C.; THERME, P. Body-related Sport and Exercise Motives and Disturbed Eating Attitudes and Behaviours in Adolescents. **European Eating Disorders Review**, v. 23, n. 4, p. 277-286, 2015.
- MARTINS, P.F.D.O.; ZICOLAU, E.A.A.; CURY-BOAVENTURA, M.F. Stretch breaks in the work setting improve flexibility and grip strength and reduce musculoskeletal complaints. **Motriz: Revista de Educação Física**. v. 21, n. 3, p. 263-273, 2015.
- RUFF, C.T.; BRAUNWALD, E. The evolving epidemiology of acute coronary syndromes. **Nature Reviews Cardiology**. v.8, n. 3, p. 140-7, 2011.
- WOLIN, K.Y.; HEIL, D.P.; ASKEW, S.; MATTHEWS, C.E.; BENNETT, G.G. Validation of the International Physical Activity Questionnaire-Short among Blacks. **Journal of Physical Activity & Health**. v.5, n.5, p. 746-760, 2008.

## RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UM INSTITUTO DE PESQUISA COM GINÁSTICA LABORAL

LUANA SANTANA DOS SANTOS (CREF-001799/SE)<sup>1</sup>  
CLESIMARY EVANGELISTA MOLINA MARTINS (CREFITO 36641/SE)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

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

**PALAVRAS-CHAVE:** Ginástica Laboral, Socialização, Atividade Física, Saúde.

**INTRODUÇÃO:** O presente estudo é caracterizado como um relato de experiência no Estágio Supervisionado II - Bacharelado em Educação Física durante 4 meses, em um Instituto Tecnológico de Pesquisa priorizando a intervenção in loco, pelo acadêmico com a atividade de Ginástica Laboral (GL). O primeiro registro da prática da GL foi em 1925, na Polônia onde os operários se exercitavam com uma pausa adaptada a cada ocupação. Surgiu, como ginástica de pausa (GP) para os operários, e após alguns anos a GP foi executada na Holanda e na Rússia, como uma ginástica adaptada para a função do trabalhador, para cada cargo era implantado exercícios diferenciados, conforme a necessidade do trabalhador (LIMA, 2004). A Ginástica Laboral é uma prática corporal muito utilizada dentro de grandes e pequenas empresas de ramos diferenciados, podendo ser incluída em momentos distintos da jornada de trabalho dos funcionários. O Profissional de Educação Física estuda e elabora o seu plano de aula através da necessidade dos funcionários do ambiente laboral a ser trabalhado para uma melhor aplicação da Ginástica para esse grupo. As articulações e músculos requisitados durante todo o dia serão estimulados de forma preparatória, compensatória ou de pausa, aumentando o fluxo sanguíneo e diminuindo os pontos de tensão e sobrecarga muscular ocasionados por posturas inadequadas e falta de assentos e moveis adequados ergonomicamente para o desempenho das atividades laborais. Sendo, portanto, os exercícios benéficos não só para o corpo, mas também, para a mente, relacionando assim os aspectos psicológicos e sociais. Com relação aos aspectos sociais, a prática da Ginástica Laboral aproxima os funcionários uns dos outros, fazendo com que todos haja como um time dentro da empresa, onde, muitos que até não se conheciam tem a oportunidade de interação no momento da aula, tornando o ambiente de trabalho mais agradável e as relações interpessoais mais fortes.

**OBJETIVOS:** Intervir no campo de estágio e conscientizar os participantes sobre a importância da prática regular de atividade física através da ginástica laboral. **METODOLOGIA:** Foi realizada à priori uma pesquisa bibliográfica em livros e artigos científicos para auxiliar na construção das aulas durante as intervenções. A aplicação da Ginástica Laboral aconteceu com os funcionários, estudantes e professores do instituto de pesquisa. **RESULTADOS:** Com as intervenções foi notado um aumento satisfatório do quantitativo de participantes de setores distintos do Instituto, possibilitando assim promover a socialização entre os mesmos com dinâmicas em grupo, trabalhos em dupla e exercícios de forma coletiva, e uma melhora na disposição para a volta ao trabalho.

**CONCLUSÃO:** Tal vivência nos permitiu identificar situações-problemas, possibilitando através da GL de forma diferenciada, quebrar alguns tabus de atividade “chata” e “monotona” promovendo uma conscientização dos participantes da importância da prática e da melhoria da sua saúde através de mudanças de hábitos alimentares e da prática regular de exercícios na sua rotina diária. Possibilitando assim, resultados significativos nos aspectos físicos, sociais e psicológicos dos participantes, deixando-os mais motivados e preparados para realizar suas atividades dentro do ambiente laboral.

### REFERÊNCIAS

ALVES S, VALE A. Ginástica Laboral a caminho para uma Vida mais saudável no trabalho. **Revista CIPA** 1999; 232: 30-43.

---

KOLLING A. Ginástica laboral compensatória. **Revista Brasileira de Educação Física e Desporto** 1980; 44: 20-3.

LIMA, G. D. **Ginastica laboral: metodologia de implantação de programas com abordagem ergonômica**. Jundiaí – SP: Sextante, 2004.

MARTINS CO. **Efeitos da ginástica laboral em servidores da reitoria da UFSC**. Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro 21Tecnológico, Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, Florianópolis, 2000.

THOMAS, R .e NELSON, Jack K. **Métodos de Pesquisa em Educação Física**. Porto Alegre. Artimed (2002).

## ENCONTRO DOS ESTUDANTES DE ENFERMAGEM DA UFS: INCLUINDO ATIVIDADE FÍSICA NA ROTINA DE ACADÊMICOS

DAIANNE CARDINALLI RÊGO (COREN 461285-ENF)

LARISSA MARIA SOUZA DOS REIS

CAMILA NAZIOZENO BATISTA BRANDÃO

MIKAELY APARECIDA GOIS OLIVEIRA

EDILENE CURVELO HORA MOTA

PET Enfermagem, Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brasil

daianne\_cardi@hotmail.com

**PALAVRAS CHAVE:** Atividade Motora; Atividades de Lazer. Estudantes de Enfermagem. Cuidados de Enfermagem.

**INTRODUÇÃO:** Atividade física é qualquer movimento corporal que resulte em gasto energético (CASPERSEN; POWELL; CHRISTENSON, 1985). Esta atua na melhoria da autoestima, da socialização, na diminuição do estresse e da ansiedade (ASSUMPÇÃO; MORAIS; FONTOURA, 2002). Dessa forma, alguns estudos relacionam a prática de atividades físicas e o estilo de vida de universitários. Estes demonstram que jovens nessa fase da vida apresentam baixo nível de atividade física (FONTES; VIANNA, 2009). Especialmente em relação a estudantes de Enfermagem, o padrão dos ingressantes e concluintes é de sedentarismo (PIRES, 2013). O sedentarismo é um grande fator de risco para doenças crônicas não transmissíveis (WHO, 2011). Dessa forma, o Programa de Educação Tutorial - PET Enfermagem UFS idealizou um evento para promover o incentivo a saída do sedentarismo, tendo em vista a preocupação diante do risco para o desenvolvimento dessas doenças por jovens estudantes. **OBJETIVOS:** Discutir o papel do Encontro dos Estudantes de Enfermagem da UFS (EEEUFS) na conscientização dos acadêmicos quanto à prática regular de atividade física. **METODOLOGIA:** O EEEUFS aconteceu com a proposta de Cuidar de quem cuida em três edições (2012, 2013, 2014), sendo as duas últimas com a proposta de incluir atividade física e práticas esportivas na programação. As atividades (Alongamento, Aeróbica, Vôlei, Futsal, Kickboxe, Boxe, Zumba, entre outras) foram coordenadas pela equipe de petianos, e executadas por profissionais da Educação Física habilitados voluntários. Havia a disposição alimentos e bebidas para nutrição e hidratação diversificados e naturais. As observações aqui apresentadas são fruto da reflexão dos organizadores das edições do evento acerca das impressões dos participantes relatadas durante e após as atividades. **RESULTADOS:** O EEEUFS caminha para a quarta edição; o número de participantes dobrou da segunda edição para a terceira, devido a publicidade boca a boca produzida pelos próprios estudantes participantes. A diversidade das atividades do evento proporcionou maior adesão ao projeto e reparticipação dos alunos. Há relatos de alunos que iniciaram a prática esportiva e de atividade física após terem contato com as oferecidas no evento. Alunos retornaram aos espaços nos quais o evento ocorreu (Parque da Sementeira e Parque dos Cajueiros) para outras atividades após participarem do evento. **CONCLUSÃO:** A ideia implantada pelo PET Enfermagem UFS trouxe uma visão de saúde mais ampla aos envolvidos. Por diversas vezes o acadêmico de Enfermagem recomenda a prática de atividade física aos pacientes que atende, sem levar essa prática à própria realidade de cuidador. Proporcionar momentos de lazer e práticas esportivas possibilita a experimentação ao estudante, levando-o a encontrar uma atividade que goste e o motive a continuar a realizar. Sendo, assim, a continuidade do projeto de grande relevância para a conscientização sobre a saúde de quem cuida e de quem é cuidado, bem como, a longo prazo, a mudança de hábitos e do perfil dos alunos do curso.

---

## REFERÊNCIAS

ASSUMPÇÃO, L. O. T.; MORAIS, P. P. de; FONTOURA, H. Relação entre atividade física, saúde e qualidade de vida. Notas introdutórias. *Revista Digital Buenos Aires*, Porto, v. 8, n. 52, p. 1-3, set. 2002.

CASPERSEN, C.J.; POWELL, K.E.; CHRISTENSON, G.M. Physical activity, exercise and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*, Rockville, v. 100, n. 2, p.126-131, mar./apr. 1985.

FONTES, A.C.D. VIANNA, R.P.T. Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste - Brasil. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v.12, n.1, p. 20-9, 2009.

PIRES, C. G. da S., et al. Prática de atividade física entre estudantes de graduação em enfermagem, *Acta Paulista de Enfermagem*, São Paulo, v. 26, n. 5, p. 436-43, 2013.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global status report on noncommunicable diseases 2010. *World Health Organization*, Geneva, 2011.

## A IMPORTÂNCIA DA NATAÇÃO PARA PESSOAS COM NECESSIDADES ESPECIAIS

LUIS HENRIQUE GOMES DE MELO\*  
MATHEUS HENRIQUE OLIVEIRA MENEZES\*  
LUCAS VINICIUS SANTOS\*  
RIVALDO ALVES BATISTA JUNIOR\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*#

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
e-mail: henriquegomes@outlook.com  
Palavras-chave: Natação. Inclusão. Benefícios.

**INTRODUÇÃO:** A experiência de nadar reúne condições importantes, capazes de ajudar na melhoria da qualidade de vida das pessoas que obtêm necessidades especiais, bem como, na sua formação humana, além de estimular o desenvolvimento social. (LORO, 2010) **OBJETIVOS:** Informar a importância do treinamento de natação como elemento influenciador na qualidade de vida das pessoas com limitações e seus benefícios que são inúmeros, tendo como exemplo: Melhor condicionamento físico, reeducação da musculatura, equilíbrio e flexibilidade, aumento de amplitude dos movimentos e da independência, grande relação na prevenção de possíveis doenças (ex.: diabetes, hipertensão arterial, acidente vascular cerebral e cardiopatias.) entre outros. **METODOLOGIA:** Por meio de uma revisão bibliográfica, expor assuntos relacionados ao tema, que abordam diversos fatores positivos para o desenvolvimento de pessoas com necessidades especiais, bem como informar seus benefícios e importância, através do estudo de artigos científicos sobre a importância da natação, publicados nos bancos de dados da Internet. **RESULTADOS:** No Brasil, o censo de 2000 14,5% da população declarou possuir algum tipo de deficiência. Isto corresponde a 24,6 milhões de pessoas. Sendo a deficiência todo e qualquer comprometimento que afeta a integridade da pessoa e traz prejuízo a sua locomoção. O “*grau de dificuldade para a integração social é que definirá quem obtém ou não deficiência*” (ARAÚJO, 2003, p. 24). Contudo, a natação, atualmente é uma das modalidades esportivas com mais tradição dentro do campo do esporte para pessoas com deficiências (necessidades especiais), sendo bem pesquisada e indicada desde a fase inicial do processo de reabilitação, onde é importante um trabalho de uma equipe multiprofissional juntamente com o apoio da família e da sociedade a qual a pessoa convive. **CONCLUSÃO:** Diante dos fatos expostos, torna – se perceptível que a natação tem grande valor. É muito importante salientar que esta atividade esportiva é vital para indivíduos com necessidades especiais. Sendo uma forma ideal de mantê-los em atividade física contínua, prevenindo sua saúde e complicações futuras e, sobretudo, estimulando a sua qualidade de vida e integração social.

### REFERÊNCIAS:

- ARAÚJO, Luciana Gassenferth. SOUZA, Thiago Gonsaga. **Natação para portadores de necessidades especiais.** 01 pag. Revista Digital - Buenos Aires - Ano 14 - Nº 137 - Outubro de 2009.
- LORO, Alexandre Paulo. **A natação e as pessoas com deficiência: a experiência de um projeto na rede pública de ensino.** 03 pag. Fortaleza – CE, julho/2010.
- Seminário Portadores Necessidades Especiais. **Natação para portadores de necessidades especiais.** 01 pag. Quinta-feira, 29 de outubro de 2009.
- SILVA, Osni. **A importância da natação na vida de pessoas com deficiência visual.** 01 página. Publicado: 01/07/2011.

---

SOUZA, Valdênya. MENEZES, Larianne. AMORIM, Marília. Acadêmicos de Educação Física da PUC-Go. **Os benefícios de exercícios físicos aquáticos (natação) para deficientes físicos.** TSUTSUMI, Olívia. CRUZ, Viviane da Silva. CHIARELLO, Berenice, Junior JUNIOR, Domingos Belasco. ALOUCHE et al. **Os Benefícios da Natação Adaptada em Indivíduos com Lesões Neurológicas.** Trabalho realizado na Universidade Metodista de São Paulo (UMESP). 05 pag. ABR/JUN, 2004.



## FORMAÇÃO DOCENTE EM EDUCAÇÃO FÍSICA: O CONTEXTO DO PIBID DA UNOESC CAMPUS DE JOAÇABA

ELISABETH BARETTA, CREF 330-G/SC  
JACQUELINE SALETE BAPTISTA RIGHI, CREF 906-G/SC  
LEOBERTO RICARDO GRIGOLLO, CREF 327-G/SC  
RUDY JOSÉ NODARI JUNIOR, CREF 321-G/SC  
Universidade do Oeste de Santa Catarina, Joaçaba, Santa Catarina, Brasil  
educacaofisica.jba@unoesc.edu.br

**Palavras-chave:** Docentes. Educação Física e Treinamento. Ensino.

**INTRODUÇÃO:** O Pibid, Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência, é um programa da Capes que tem por finalidade fomentar a iniciação à docência, contribuindo para a melhoria da qualidade da educação básica pública brasileira. O apoio do programa consiste na concessão de bolsas aos integrantes do projeto e no repasse de recursos financeiros para custear suas atividades. **OBJETIVOS:** Oportunizar aos acadêmicos a vivência no processo pedagógico de modo a intervir na promoção da saúde e qualidade de vida dos escolares por meio do desenvolvimento de suas habilidades motoras, bem como possibilitar a inserção na cultura escolar do magistério, por meio da apropriação e da reflexão sobre instrumentos, saberes e peculiaridades do trabalho docente. **METODOLOGIA:** A Unoesc participa do Pibid contemplando 16 cursos de formação de professores, 16 coordenadores de área, 64 professores supervisores das escolas da rede pública conveniada e 320 bolsistas de graduação (licenciandos). Participam do Pibid Educação Física, 2 escolas de educação básica envolvendo 1.120 crianças do ensino fundamental I e II. Cada escola possui um professor de Educação Física responsável pela supervisão de 10 bolsistas. Em 2014, quando da implantação do projeto, as equipes coletaram informações sobre a realidade escolar e desenvolveram projetos específicos que atendessem suas necessidades. Além das oito horas semanais que os bolsistas atuam diretamente nas escolas, os mesmos participam de reuniões de trabalho, planejamento e avaliação e oficinas de formação continuada. Dentre as ações desenvolvidas nas escolas conjuntamente com as atividades de docência, destacam-se os projetos do Recreio Divertido e Recreio Orientado. **RESULTADOS:** O Pibid proporciona a oportunidade de reflexão para a equipe pedagógica da escola, principalmente para o professor supervisor. Para os acadêmicos, o contato direto com os alunos possibilita vivenciar a prática da docência. As inovações metodológicas utilizadas para o planejamento das ações, mostra que é possível compartilhar responsabilidades e interesses, salientando que é necessário saber onde se quer chegar para traçar as estratégias de intervenção. **CONCLUSÃO:** O programa apresenta-se como um momento importante de crescimento aos acadêmicos, contribuindo de forma relevante na sua formação. As propostas desenvolvidas nas escolas têm proporcionado aos bolsistas oportunidades de aprender e ensinar práticas e metodologias inovadoras a partir dos problemas e desafios existentes no contexto das aulas de Educação Física na educação básica.

### REFERÊNCIAS

- BRASIL, Capes. **Programa institucional de bolsa de iniciação à docência**. Edital nº 061/2013, ago. 2013. Disponível em:  
<[http://www.capes.gov.br/images/stories/download/editais/Edital\\_061\\_2013\\_PIBID.pdf](http://www.capes.gov.br/images/stories/download/editais/Edital_061_2013_PIBID.pdf)> Acesso em: 10 set. 2013.
- GALVÃO, Z. Educação física escolar: a prática do bom professor. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**. Vol. 1. Núm. 1. p.65-72. 2002.
- MARCELLINO, N.C. **Lazer e educação**. 4ª. Ed. Campinas: Papirus, 1998. 164p.

---

PIMENTEL, Giuliano. **Lazer: fundamentos, estratégias e atuação profissional**. Jundiaí: Fontoura, 2003.

SILVA, Tiago Aquino da Costa e; GONÇALVES, Kaoê Giro Ferraz. **Manual da lazer e recreação: o mundo lúdico ao alcance de todos**. São Paulo: Phorte, 2010.

SOLER, R. **Educação Física Escolar**. Rio de Janeiro: Sprint. 2003.

## MOTIVOS DE ADESÃO À PRÁTICA DE GINÁSTICA LABORAL

DAIANNE CARDINALLI RÊGO (COREN 461285-ENF)

JESSICA DA SILVA SILVEIRA

GRACIELLE COSTA REIS

DEBORAH LIMA RAMOS DE MELO

AFRÂNIO DE ANDRADE BASTOS

Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão/Sergipe/Brasil

daianne\_cardi@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade motora. Motivação. Saúde do trabalhador.

**INTRODUÇÃO:** A transição da manufatura para a modernização do trabalho gerou um impacto na saúde do trabalhador (RODRIGUES; BELLINI, 2010). Esforços repetitivos tem sido a causa de muitos problemas para a saúde, gerando dor e desconforto (YASS; SPROUT; TATE, 1996). Sendo assim, empresas têm implantado programas de Ginástica Laboral com o intuito de prevenir doenças ocupacionais e melhorar a qualidade de vida do trabalhador. A Ginástica Laboral procura trabalhar os aspectos físico, social e psicológico, preparando o trabalhador para a sua jornada de trabalho, prevenindo lesões e proporcionando momentos de descontração e socialização no trabalho (POLITO e BERGAMASCHI, 2006). **OBJETIVO:** Desta forma, esse estudo verificou os motivos de adesão à prática da Ginástica Laboral em uma instituição pública. **METODOLOGIA:** Participaram da pesquisa funcionários (n = 38) alocados no TRT-SE, de ambos os sexos, com idades entre 20 a 65 anos de setores aleatórios, dos quais 24 do sexo feminino e 14 do sexo masculino, e que participavam há mais de 3 meses do programa de Ginástica Laboral. Foi aplicado, além do questionário socioeconômico, um instrumento com 25 itens adaptado por Chagas e Samulski (1992) que mensura os motivos pelos quais o indivíduo pratica Ginástica Laboral. Os participantes responderam cada item numa escala de importância tipo Likert de 4 pontos. Para a análise dos dados foi utilizada a estatística descritiva, teste t de Student para amostras independentes, considerando significativos os valores de  $p \leq 0,05$ . **RESULTADOS:** A pontuação média da amostra foi de 2,71. Os itens que mais pontuaram foram: aumentar o bem-estar corporal (3,66) e melhorar a qualidade de vida (3,63). Foram observadas diferenças estatísticas significantes quanto ao gênero, masculino pontuou 2,44 e feminino 2,87. Quando comparados os que realizam somente a Ginástica Laboral com os que praticam outra atividade física além dela, não foram encontradas diferenças significativas, assim como para o fator idade. **CONCLUSÃO:** Portanto, a prática de ginástica laboral é motivada, principalmente, pelo aumento do bem-estar corporal e melhora a qualidade de vida promovida aos participantes. As mulheres apresentam maior interesse pela prática, demonstrando com clareza a importância que a mulher dá ao cuidado com a saúde. Trabalhadores bem informados e conscientes de que seus comportamentos podem determinar o risco maior ou menor de adoecer certamente são mais saudáveis, produtivos e, possivelmente, mais felizes (SAMPAIO; OLIVEIRA, 2008). Para tanto, fica a necessidade do direcionamento de estratégias para melhora dos programas de Ginástica Laboral nos quais ambos os sexos sejam ativos e avaliem positivamente os benefícios da prática para o bem-estar e a qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

- CHAGAS, M. H.; SAMULSKI, D. M. Análise da motivação para atividades físicas em academias de ginástica de Belo Horizonte. In: *1 Semana de Iniciação Científica da UFMG*. Belo Horizonte, 1992.
- POLITO, E.; BERGAMASCHI, E. C. *Ginástica Laboral teoria e prática*. Rio de Janeiro: 3º edição: Sprint, 2006.
- RODRIGUES, P. F. V.; BELLINI, M. I. B. A Organização do Trabalho e as Repercussões na Saúde

---

do Trabalhador e de sua Família. *Revista Textos & Contextos*, Porto Alegre, v. 9, n. 2, p. 345 - 357, ago./dez. 2010.

SAMPAIO, A. A.; OLIVEIRA, J. R. G. A Ginástica Laboral na promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida no trabalho. *Caderno de Educação Física*, v.7, n.13, 2008.

YASS, A.; SPROUT, J.; TATE, R. Upper limb repetitive strain injuries in Manitoba. *American Journal of Industrial Medicine*, New Jersey, v. 30, p. 461-72, 1996.

## INFLUÊNCIA DA RELAÇÃO PROFESSOR-ALUNO NA PERMANÊNCIA DE IDOSOS EM PROGRAMAS DE ATIVIDADE FÍSICA

GRACIELLE COSTA REIS (CREF:1539-G/SE)

JULIANY DE ANDRADE MATOS

DAIANNE CARDINALLI RÊGO

HORTÊNCIA MARIA SANTOS DE MELO

AFRÂNIO DE ANDRADE BASTOS

Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil

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

**Palavras-chave:** Atividade motora. Motivação. Idoso.

**INTRODUÇÃO:** A prática da atividade física vem sendo considerada como um fator importante não só para uma vida mais longa, mas também como tratamento não farmacológico e para prevenção de determinadas doenças. De acordo com Nóbrega (1999), a atividade física se constitui como um excelente instrumento de saúde em qualquer faixa etária, em especial no idoso, induzindo várias adaptações fisiológicas e psicológicas. Segundo Cavalli et al. (2014) para um indivíduo ingressar em um programa de atividade física este encontra algumas barreiras, principalmente relacionadas à motivação interna. Sabendo-se da existência de barreiras motivacionais para aderência e permanência do indivíduo em programas de atividade física, e, tendo afirmado Freitas (2007) que mais da metade dos idosos permanecem em programas por receber incentivos e atenção do instrutor, a relação professor-aluno pode ser um fator motivacional para estes indivíduos aderirem e, principalmente, permanecerem nos programas de atividade física. **OBJETIVO:** Identificar se a relação professor-aluno é um dos fatores motivacionais importantes para a prática de atividade física em idosos. **METODOLOGIA:** O presente estudo descritivo teve como população indivíduos praticantes de atividade física inscritos no programa Academia da Cidade, há pelo menos 06 meses. A amostra consistiu de 112 sujeitos voluntários idosos, de ambos os sexos e com idade mínima de 60 anos. Os indivíduos foram recrutados em diversos polos de ocorrência da atividade do programa, todos localizados na cidade de Aracaju. O instrumento para a coleta de dados consistiu de questionário contendo 10 perguntas com respostas de múltipla escolha, adaptado por Souza (2007). **RESULTADOS:** A amostra apresentou a relação com o professor como 3º fator motivador mais significativo para a prática de atividade física. Nos primeiros lugares encontramos os fatores saúde e manter-se ativo. Dentre os alunos incluídos na amostra, 73% possuíam uma ótima comunicação com seus professores, 97% pontuaram como boa ou ótima a linguagem dos professores para explicar a execução dos exercícios, 55% relatou conversar assuntos pessoais com seus professores e 79% consideraram as aulas agradáveis. **CONCLUSÃO:** No grupo estudado, a relação professor-aluno demonstrou ser importante para a adesão e permanência dos indivíduos na atividade física oferecida pelo programa Academia da Cidade, bem como fazendo com que os participantes continuassem motivados para a manutenção da prática regular dos exercícios físicos. A pesquisa deixa claro que uma maior preocupação por parte dos profissionais competentes deve ser a de suprir, nesta clientela, a necessidade de atenção requerida, permitindo o desenvolvimento de uma relação bem estruturada, mesmo que restrita aos momentos de atividades relacionadas ao programa.

### REFERÊNCIAS

CAVALLI, A. S.; et al. Motivação de pessoas idosas para a prática de atividade física: estudo comparativo entre dois programas universitários - Brasil e Portugal. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v.17, n. 2, 2014.

- 
- FREITAS, C. M. S. M. de; et al. Aspectos motivacionais que influenciam a adesão e manutenção de idosos a programas de exercícios físicos. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 9, n. 1, p. 92-100, 2007.
- MATSUDO, S. M; MATSUDO, V. K. R. Prescrição e benefícios da atividade física na terceira idade. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, 1992.
- NÓBREGA A. C. L.; et al. Posicionamento Oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte e da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia: Atividade Física e Saúde no Idoso. **Revista brasileira de medicina do esporte**, 1999.
- SOUZA, V. A. **A relação professor-aluno na escola estadual de ensino fundamental e médio Arlindo Ramalho nas séries iniciais do ensino médio noturno, no município de Solânea-PB.** Monografia de Especialização. Universidade Federal da Paraíba, 72 p., 2007.

## HIPERTENSÃO ARTERIAL: SUAS MELHORAS ATRAVÉS DAS ATIVIDADES FÍSICAS

JONATHAN COPELAND DE SÁ  
VICTOR TELES DOS SANTOS

ALEX SANTOS DE MENEZES (CREF: 002523-G/SE)\*

JULIANA PEREIRA MORAIS (CREF: 002515-G/SE)\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*#

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

jcopelanddsa@gmail.com

Palavras-chave: Atividade física. Hipertensão arterial. Prevenção.

**INTRODUÇÃO:** No Brasil a hipertensão arterial se dá de modo bastante acelerado, a projeção para 2025 da população de idoso no país, está representando por cerca 30 milhões de indivíduos. Dados populacionais mostram que até os 50 anos e 60 anos de idade, tanto o componente sistólico quanto o diastólico da pressão arterial aumentam gradualmente ambos os sexos. **OBJETIVOS:** Identificar os motivos da resistência dos idosos ao tratamento da hipertensão arterial que consiste em prevenir as sequelas de longa evolução da doença. Por menor que haja uma necessidade evidente para uso de terapêutica farmacológica imediata, a maioria dos pacientes deve ter a oportunidade de reduzir sua pressão arterial através de tratamento não farmacológico, por meio de medidas gerais e reeducação. **METODOLOGIA:** Para o desenvolvimento deste estudo, foram utilizados dados do estudo da prevalência e do conhecimento da hipertensão arterial e alguns fatores de risco. A atividade física praticada regularmente e orientada por profissionais qualificados reduz a perda das capacidades físicas, reduzem os efeitos do envelhecimento e previne doenças cardíacas e ajuda pessoas com hipertensão a terem uma vida melhor. **RESULTADOS:** O exercício contribui na redução da obesidade e para a prevenção de doenças coronárias. Também auxilia na preservação da independência de pessoas idosas, melhorando o funcionamento do organismo, reforçando o coração, músculos, pulmões, ossos e articulação. A atividade física realizada regularmente melhora a condição física e a saúde do coração, devendo o exercício ser realizado, no mínimo, três vezes por semana, com duração de pelo menos vinte minutos, uma atividade regular, pois quando a mesma é interrompida a condição física deteriora-se rapidamente. **CONCLUSÃO:** Através de pesquisas feitas sobre hipertensão arterial, o grupo pode constatar a importância da prevenção e a melhoria do hipertenso com a atividade física, porém algumas pessoas hipertensas não dão a devida atenção as orientações médicas e em alguns casos não segue à risca o tratamento. Sendo assim a prática de atividade física é relevante para que haja uma boa qualidade de vida consequentemente mantendo sua capacidade funcional.

### REFERÊNCIAS:

BORELLI FAO, SOUSA MG, PASSARELLI JR. O, PIMENTA E, GONZAGA C, CORDEIRO A, LOTAIF L, AMODEO C. Hipertensão arterial no idoso: importância em se tratar. Rev Bras Hipertens, São Paulo, v. 15, n. 4, p. 236-239, 2008.

CÉSAR B. V. J. Hipertensão arterial e alguns fatores de risco em uma capital brasileira. Arq. Bras. Cardiol, São Paulo, v. 88, n. 4, abril de 2007.

LESSA, I. Epidemiologia da hipertensão arterial sistêmica e da insuficiência cardíaca no Brasil. Rev Bras Hipertens, Salvador, v. 8, n. 4, 383-392, outubro/dezembro de 2001

MARIA DEL C. B. M., ROBERTO DE SÁ C., HERKENHOFF L. F., MILL J. G. HIPERTENSÃO arterial e consumo de sal em população urbana. Rev Saúde Pública, Espírito Santo, v. 37, n. 6, p. 743-750, junho de 2003.

---

PESSUTO, J.; CARVALHO, E.C. de. Fatores de risco em indivíduos com hipertensão arterial. Rev.latino-am.enfermagem, Ribeirão Preto, v. 6, n. 1, p. 33-39, janeiro 1998.



## O EFEITO DE ANTI-INFLAMATÓRIOS NA DOR DE CORREDORES PARTICIPANTES DE 42KM DE TRAIL RUNNING

MICAEL DEIVISON DE JESUS ALVES<sup>1</sup>

WALFRAN SILVA SANTOS<sup>1</sup>

FELIPE JOSÉ AIDAR (CREF – 001776-G/MG)<sup>1</sup>

RAPHAEL FABRICIO DE SOUZA (CREF- 012541-G/PR)<sup>1</sup>

email: micael\_crvg@hotmail.com

<sup>1</sup>Universidade Federal de Sergipe (UFS), São Cristóvão/SE, Brasil.

**Palavras-chave:** resistência muscular; mialgia; anti-inflamatórios.

**INTRODUÇÃO:** Ultra corridas e provas de longa duração realizadas em percursos superiores ou igual 42km, apresentam comumente sintomas de dor durante e após a prova<sup>1</sup>. O aumento da dor eleva o índice de desistência, empregado por corredores um uso profilático de anti-inflamatórios não esteróides (AINEs) com o objetivo de reduzir a dor e aumentar o rendimento físico. Por outro lado, são inconclusivos, os efeitos dos AINEs para a performance, havendo estudos que apresentaram melhoras nas enzimas de dano muscular e redução do tempo de prova<sup>2,3</sup> e pesquisas que não resultaram qualquer benefício<sup>4</sup>. **OBJETIVO:** Verificar o efeito do uso profilático do ibuprofeno no desempenho físico e no quadro agudo de dor durante a competição de 42km de *trail running*. **METODOLOGIA:** A pesquisa foi iniciada com 20 corredores do sexo masculino inscritos na prova Desafio 42k – Serra de Itabaiana/SE e encerrada com 12 corredores que concluíram o percurso, ocorrendo 2 desistências por motivo de lesão e 6 desclassificações por ultrapassarem o tempo de corte (9 horas). Os participantes foram divididos em dois grupos: Grupo experimental (GE: n=6; 41,83±9,30 anos, 73,13±14,43 kg, 171,66±10,89 cm, 19,9±6,2 %Gord) que fizeram uso do medicamento ibuprofeno 1 hora antes do início da prova e Grupo controle (GC: n=6; 40,33±9,15 anos, 78,48±9,75 kg, 176,66±6,53 cm, 18,8±4,5 %Gord). A dor foi avaliada conforme a Escala Multidimensional de Avaliação de Dor (EMADOR)<sup>5</sup>, quantificado o tempo total de prova, velocidade média e *pace*. Para verificação da normalidade e homogeneidade da amostra foram realizados os testes de Shapiro-Wilk e Levene respectivamente. Para a comparação entre os grupos foi utilizado o teste T para medidas independentes. Considerado significativos os valores de p>0,05. **RESULTADOS:** Os grupos não apresentaram diferenças estatisticamente significante na escala de dor GE vs GC (4,6±3,2 vs 4,5±2,4 p=0,319), velocidade (1,76±0,26 vs 1,34±0,68 p=0,197), *pace* (09,36±01,35 vs 10,36±1,18 p=0,283), tempo final (06,44±01,11 vs 07,20±58,22 p=0,281). Os grupamentos musculares que apresentaram a maior frequência de dor em ambos os grupos foram: quadríceps anterior e posterior, costas e panturrilha. **CONCLUSÃO:** O uso profilático do ibuprofeno durante provas de longa duração não resultou melhora na performance física e nos quadros agudos de dor dos corredores de *Trail Run*.

### REFERÊNCIAS

TEXEIRA, R. N.; LUNARDI, A.; SILVA, R. A.; LOPES, A. D.; CARVALHO, C. R. F. Prevalence of musculoskeletal pain in marathon runners who compete at the elite level. **International Journal of Sports Physical Therapy**, v. 11, n. 1, 2016.

CORREA, C. S.; CADORE E. L.; BARONI, B. M.; SILVA, E. R.; BIJOLDO, J. M.; PINTO, R. S.; KRUEL, L. F. M. Efeito do uso profilático do anti-inflamatório não-esteróide ibuprofeno sobre o desempenho em uma sessão de treino de força. **Revista Brasileira de Medicina no Esporte**, v. 19, n. 2, 2013.

3.MACKEY, A. L.; KJAER, M.; DANDANELL, S.; Mikkelsen, K. H.; HOLM, L.; Døssing, S.; KADI, F.; Koskinen, S. O.; Jensen, C. H.; Schrøder, H. D.; Langberg, H. The influence of anti-inflammatory

---

medication on exercise-induced myogenic precursor cell responses in humans. **Journal of Applied Physiology**, v 103, n. 2, 2007.

SILVA, E.; PINTO, R. S.; CADORE, E. L.; Krueger, L. F. Nonsteroidal Anti-Inflammatory Drug Use and Endurance During Running in Male Long-Distance Runners. **Journal of Athletic Training**, v. 50, n. 3, 2015.

SOUSA, F. F.; PEREIRA, L. V.; CARDOSO, R.; HORTENSE, P. Escala Multidimensional de Avaliação de Dor (EMADOR). **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 18 n. 1, 2010.

## **ABORDAGEM CRÍTICA-EMANCIPATÓRIA NUMA PERSPECTIVA ENGAJADA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR APLICADA AO ESPORTE**

JAMILE SANTA BÁRBARA DE SANTANA  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)  
[Jamilesbs@hotmail.com](mailto:Jamilesbs@hotmail.com)

Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil<sup>1</sup>.

Palavras-chaves: Educação Física Escolar, Abordagem Pedagógica Crítica Emancipatória, Autonomia.

**INTRODUÇÃO:** O presente trabalho que será exposto consiste em discutir sobre qual a importância de se trabalhar com a abordagem Crítica-Emancipatória no ensino da educação física escolar aplicada ao esporte, que vem a ser considerado como o movimento da cultura corporal na sociedade, tendo como eixo temático a Educação Física Escolar. **OBJETIVOS:** Compreender as finalidades que essa abordagem proporciona ao ser trabalhado na escola numa perspectiva de levar ao aluno a desvendar e solucionar as problemáticas apresentadas pelo docente, comprometendo no desenvolvimento numa concepção crítica e autônoma relacionada às práticas esportivas. **METODOLOGIA:** Com isso neste trabalho é abordado os conceitos e as concepções da mesma, sendo apresentados a base e os preceitos e por fim as perspectivas que ela traz ao sujeito que se aproveita desta abordagem pedagógica além de acrescentar à abordagem Crítica Emancipatória nas aulas de Educação Física Escolar assim melhor desenvolver o trabalho político e pedagógico, além de construir um sujeito crítico, autônomo e reflexivo pronto para o seu contexto social, na formação de sujeitos críticos e autônomos para a transformação da realidade em que estão inseridos, por meio de uma educação de caráter crítico, reflexivo. De acordo com KUNZ (2004), para ensinar os esportes aos alunos devem-se observar pelo menos as experiências anteriores dos alunos nas modalidades que se pretende ensinar. (KUNZ, 2004, p.18). A Abordagem crítica emancipatória de KUNZ (2004) destaca pontos importantes para o aprendizado e para autonomia do sujeito, assim que afirma novamente que o principal conteúdo do trabalho pedagógico da Educação Física Escolar é o movimento humano. **RESULTADOS:** A abordagem crítica emancipatória está juntamente voltada para um ensino libertário e crítico, construindo no indivíduo concepções de diferentes possibilidades de escolhas e de autorreflexão. É uma ferramenta base para a produção desse trabalho que é de fato uma pesquisa em andamento. **CONCLUSÃO:** Está abordagem possibilita aproximação entre aluno e professor, deixando claro que o educador está para fazer a ligação de ideias entre os alunos no ambiente escolar. Com o contexto sociocultural do aluno.

### **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:**

- ELENOR. KUNZ Transformação Didática– **Pedagógica do Esporte**, 7 ED, Rio Grande Do Sul: Unijuí 2004 p.18
- ELENOR. KUNZ Transformação Didática– **Pedagógica do Esporte**, 7 ED. Rio Grande Do Sul: Unijuí, 2004, p.121.
- FERNANDES, A. **As Abordagens Pedagógicas Renovadoras na Educação Física Escolar e a Autonomia: algumas reflexões**. UNESP, Rio Claro-SP. 2008.
- HENKLEIN, Ana Paula e SILVA, Marcelo Moraes. **A Concepção Crítico-Emancipatória: Avanços e Possibilidades para a Educação Física Escolar**. UFPR, Curitiba-PR. S/A.

---

MARIMON, Tzusy Estivalet de Mello. **Paulo Freire e as Metodologias Críticas da Educação Física: Influências e Aproximações.** (PPGE – UNINOVE), São Paulo. S/A

## BENEFÍCIOS DO TREINAMNETO E CIRCUITO PARA ADULTOS

FABIANE PEREIRA GUILMO\*  
JOYCE GOIS DOS ANJOS\*  
LETÍCIA ALVES DOS SANTOS\*  
LYONN ROCHA SANTOS\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
fabitmz@hotmail.com

Palavras-chave: Treinamento. Circuito. Resistência.

**INTRODUÇÃO:** Os treinamentos em formato de circuito são importantes para direcionar a melhora da composição corporal, por ter efeitos benéficos no aumento da massa livre de gordura, aumento na taxa metabólica de repouso e uma melhor qualidade de vida. **OBJETIVOS:** Comparar os efeitos do treinamento de resistência muscular em circuito, abordados em artigos científicos que analisaram pessoas de diversos condicionamentos físicos. **METODOLOGIA:** Para a construção da presente revisão de literatura, foi pesquisado no DeCS três palavras-chaves relacionadas ao tema: “treinamento”, “circuito”, “resistência”. Em seguida, foi realizada no Google acadêmico uma pesquisa com os termos DeCS simultaneamente identificando 475 resultados. A partir disso, foram selecionados cinco artigos. **RESULTADOS** Segundo César, et al (2013) a manipulação das variáveis do treinamento de força modifica as respostas de gasto energético e diminuir o tempo de descanso entre as séries parece aumentar o consumo de oxigênio pós exercício. É interessante incluir atividades aeróbias para aumentar o gasto energéticos em programas de exercícios físicos para controle de massa corporal. Já Bavaresco e Costa (2013), pontua que, de acordo com a OMS, 150 minutos de exercício físico por semana de intensidade leve e moderada é suficiente para a saúde e prevenir doenças cardiovasculares. Mas para alterar a composição corporal é necessário 200 a 300 minutos semanais para a redução de peso em obesos. Através dos artigos revistos por Santos *et al* (2008), diminuir o intervalo entre as séries, ou fazer circuito contínuo, é mais benéfico para perda de gordura corporal, pois, esse tem um gasto energético maior até 2 horas após a atividade. No artigo de Garcia *et al* (2007), concluiu-se que realizando 2 sessões de atividade física semanais obtenha resultado satisfatório, mas, o certo é com uma maior frequência se conseguem maiores benefícios. De acordo com Granza *et al* (2009) o treinamento de circuito personalizado e individualizado propiciou alterações significantes, nas variáveis da antropométrica e composição corporal de um modo geral dentro de um mesmo grupo tanto para o grupo que fez atividade 2 vezes quanto para o grupo que praticou atividade 3 vezes por semana entre o pré e pós teste. **CONCLUSÃO:** Através dos artigos analisados, é possível perceber que ambas as formas de treinamento são benéficas ao corpo, tendo em vista que quanto maior tempo de atividade e menor descanso entre as séries dos exercícios, mais significativos são os resultados, porém nunca deixar de praticar mesmo que em pequena escala, pois estes também fazem muito bem a saúde.

### REFERÊNCIAS:

BAVARESCO, Bruna; COSTA, Gisele M. Tonin da. Treinamento intervalado associado à nutrição na redução do peso corporal. **Revista de Educação do IDEAU**. v. 8, n. 18, p. 1-17, 2013.  
CESAR M.C.; SINDORF M.G.; SIMÕES R.A.; GONELLI P.G.; MONTEBELO M.L.; PELLEGRINOTTI I.L. Motricidade. **Comparação do gasto energético de mulheres jovens durante o treinamento de força máxima e resistência muscular localizada**. v. 9, n. 1, p.1-7, 2013

---

GARCIA, José Miguel Saavedra; SÁNCHEZ, Ernesto de la Cruz; GARCÍA, Sánchez David GONZÁLEZ, Alejandro; PILES, Yolanda Escalante. Condicionamento de idosos. **Influência de um programa de treinamento em circuito sobre a condição física saudável e a qualidade de vida de mulheres sedentárias com mais de 70 anos.** Rio de Janeiro. v. 6, n. 1, p. 1-6, 2007.

GRANZA, Ivanir; SANTOS, Benone Vidal dos; MATTOS, Willian Timóteo Avelino de; FERNANDES, Nilmam Leal; BENDER, Evandro Thiago. Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício. **Efeitos do treinamento em circuito personalizado em dois grupos de mulheres sedentárias com idade entre 23 a 49 anos sobre a antropometria e composição corporal durante doze semanas.** São Paulo, v.3, n.13, p.04-15. Jan/Fev, 2009.

SANTOS, Victor Hugo Araújo; NASCIMENTO, Wellington Ferreira; LIBERALI, Rafaela. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. **O treinamento de resistência muscular localizada como intervenção no emagrecimento.** São Paulo v. 2, n. 7, p. 34-43, 2008.

## RELAÇÃO ENTRE OS NÍVEIS DE HABILIDADES MOTORAS E A FLEXIBILIDADE EM ESCOLARES DE 11 A 12 ANOS DE IDADE

LUCIO MARQUES VIEIRA SOUZA  
SILVAN SILVA DE ARAÚJO  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA - UFS  
SÃO CRISTÓVÃO-SE / BRASIL  
[profedf.luciomarkes@gmail.com](mailto:profedf.luciomarkes@gmail.com)

**Palavras-chave:** Habilidades Motoras, Flexibilidade, Padrões Fundamentais do Movimento.

**Introdução:** O presente estudo investiga a relação entre o nível de habilidades motoras e a flexibilidade em crianças de 11 a 12 anos da Escola Municipal de Ensino Fundamental Leandro Maciel. Tem como autores base Gallhaue (2005) que possibilitou compreender os conceitos dos níveis de habilidades motoras e Dantas (1999) no que se refere sobre a flexibilidade. **Objetivo:** Verificar a associação entre o desenvolvimento das habilidades motoras e o nível de flexibilidade em escolares da 5ª série da Escola Municipal de Ensino Fundamental Leandro Maciel. **Metodologia:** A pesquisa desenvolvida foi direta do tipo descritiva com enfoque quantitativo. Os sujeitos foram 24 (vinte e quatro) alunos, sendo 12 (doze) tanto do sexo masculino como do sexo feminino. Os materiais e métodos utilizados foram: ficha de observação e filmagem, teste de sentar e alcançar de Wells e Dillon (1952), utilizando-se o banco de Wells e a matriz analítica proposta por Gallahue (2005). **Resultados:** Com base nos resultados obtidos neste estudo pode-se concluir que houve uma maior prevalência de escolares, em todas as tarefas, nos níveis iniciais e elementares da habilidade motora. Em termos absolutos a flexibilidade apresentou-se maior nas fases iniciais do desenvolvimento motor. **Conclusão:** Verificou-se que a aptidão física relacionada à saúde e o desenvolvimento motor de crianças, sejam motivo de grande interesse para todos os profissionais diretamente relacionados ao convívio com crianças e nas fases iniciais da adolescência, pois o fomento às mais variadas tarefas motoras nesta fase favorecerá a melhoria das capacidades motoras, como visto com respeito à flexibilidade.

### Referências

- AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM). **Diretrizes do acsm para os testes de esforço e sua prescrição**. 6ª ed. Guanabara koogan. 2003.
- DANTAS, Estélio H.M. **Flexibilidade: alongamento e flexionamento**. 3ª ed. Rio de Janeiro: Shape, 1995.
- ECKERT, Helen M. **Desenvolvimento Motor**. 3ª ed. São Paulo: Manole, 1993.
- GALLAHUE, David L. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 3ª ed. São Paulo: Phorte, 2005. 600p.
- MARINS, João Carlos Bouzas et al. **Avaliação e prescrição de atividade física: guia prático**. 2ª ed. Rio de Janeiro: Shape, 1998.

## **NÍVEL DE HABILIDADES MOTORAS: RELAÇÃO ENTRE CRIANÇAS HIPERATIVAS E NÃO HIPERATIVAS DE 07 A 10 ANOS**

LUCIO MARQUES VIEIRA SOUZA  
SILVAN SILVA DE ARAÚJO  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA - UFS  
SÃO CRISTÓVÃO-SE / BRASIL  
[profedf.luciomarkes@gmail.com](mailto:profedf.luciomarkes@gmail.com)

**Palavras-chave:** Habilidades Motoras, Hiperatividade, Padrões Fundamentais do Movimento.

**INTRODUÇÃO:** Ao longo dos anos o desenvolvimento humano vem sendo constantemente alvo de estudos para pesquisadores e educadores. No curso das últimas décadas, o estudo do transtorno por déficit de atenção / hiperatividade (TDAH), tem fascinado o interesse de pesquisadores da medicina, psicologia e educação. Estudos demonstram que as características do transtorno são mais demonstradas em idade escolar, sendo o profissional da educação um dos mais indicados para fazer o encaminhamento de crianças para um diagnóstico especializado, devido a sua convivência quase que diária com elas. **OBJETIVO:** Verificar o Nível de habilidades motoras em crianças hiperativas e não hiperativas de 07 a 10 anos. A pesquisa desenvolvida foi direta do tipo descritiva com enfoque quantitativo. **METODOLOGIA:** Os sujeitos foram 16 (dezesesseis) alunos, sendo 8 (oito) caracterizados como hiperativos e 8 (oito) não hiperativos. Os materiais e métodos utilizados foram: análise documental, ficha de observação e a matriz analítica proposta por Gallahue (2005). **RESULTADOS:** É demonstrada a importância da realização de atividades que estimulem o desenvolvimento das habilidades básicas (manipulativas, locomotoras e estabilizadoras) dos escolares. **CONCLUSÃO:** As diferenças entre as crianças hiperativas e não hiperativas dão-se no sentido de suas particularidades, e parte do professor observar e proporcionar atividades adequadas para o desenvolvimento para a formação integral da criança.

### **REFERÊNCIAS**

- ANTONY, Sheila; RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Hiperatividade: doença ou essência um enfoque da gestalt-terapia**. Psicol. cienc. prof., Brasília, v. 25, n. 2, p. 186-197, jun. 2005.
- ECKERT, Helen M. **Desenvolvimento Motor**. 3ª ed. São Paulo: Manole, 1993.
- GALLAHUE, David L. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 3ª ed. São Paulo: Phorte, 2005. 600p.
- GOLDSTEIN, Sam. **Hiperatividade: Como desenvolver a capacidade de atenção da criança**. 7ª ed. Campinas, SP: Papyrus, 1994.
- GOLDSTEIN, Sam. **"Hiperatividade: Compreensão, Avaliação e Atuação: Uma Visão Geral sobre o TDAH"**. 15.11.2006. <<http://www.hiperatividade.com.br/article.php?sid=14>> acesso em 15 de março de 2016.
- MATTOS, M. G. NEIRA, M. G. **Educação Física na adolescência: contruindo o conhecimento na escola**. São Paulo: Phorte, 1999.
- TOPCZEWSKI, Abram. **Hiperatividade, como lidar?**. Casa dos Psicólogos, São Paulo: Ateniense LTDA, 1999.



## AVALIAÇÃO DE NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS

DYNA ROSY ALVES DE OLIVEIRA  
CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS  
PEDRO PHILLIPE VIEIRA GOMES  
VICTOR MATHEUS SANTOS DO NASCIMENTO  
LUÍS PAULO DE SOUZA GOMES (CREF: 1156-G/SE) \*  
\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
dyninhaalves@gmail.com  
Palavras-chave: Atividade física, gênero, acadêmicos.

**INTRODUÇÃO:** A atividade física é definida como qualquer movimento corporal, produzido pela musculatura esquelética, que leva ao gasto energético (VASCONCELOS et al., 2012). Segundo alguns estudos a atividade física contribui de forma positiva para a saúde, melhorando a qualidade de vida do indivíduo, diminuindo o sedentarismo e as doenças hipocinéticas (VILARTA e GONÇALVES, 2004). Perante Guedes et al. (2006) e Evangelista (2012) a inatividade física é um componente negativo à saúde porque eleva a incidência de cardiopatias, diabetes, hipertensão, osteoporose e alguns tipos de câncer. **OBJETIVO:** Investigar os níveis de atividade física habitual de jovens universitários. **METODOLOGIA:** Este estudo é do tipo transversal, realizado no laboratório de Biociência da Motricidade Humana (LABIMH) da Universidade Tiradentes (UNIT), contendo uma amostra de 10 jovens universitários do gênero masculino, com intuito de avaliar a atividade física habitual no qual foi utilizado o questionário de Baecke validado para o Brasil (FLORINDO e LATORRE, 2003). O instrumento escolhido para mensurar o nível de atividade física averigua a atividade física nos últimos 12 meses. Este escore varia de 1 a 5, sendo 1 menor índice de atividade física e 5 maior índice. E é composto por 16 questões e envolve três componentes da atividade física: 1) atividades físicas ocupacionais (AFO - Q1 a Q8); 2) atividades físicas no lazer (AFL - Q9 a Q12); e 3) atividades físicas de lazer e locomoção excluindo exercícios físicos (AFL - Q9 a Q12). **RESULTADOS:** Os jovens avaliados apresentaram uma classificação forte do NAFH e ao analisar a AFL este índice apresentou uma média maior entre os demais. E isto reflete uma maior preocupação entre eles em praticar atividades físicas apesar das várias tarefas a cumprir durante a semana como estudos e trabalho. O que sugere que o lazer deve ser mais contemplado pelas políticas públicas. E a adoção de alguma atividade física nas horas de lazer é decisivo na manutenção do corpo físico, quanto a aspectos fisiológicos, sociais e psicológicos (VASCONCELOS, 2012 apud GUEDES *et al.*, 2002 e COSTA *et al.*, 2003). **CONCLUSÃO:** Deste modo, verificamos que apesar das várias tarefas do dia a dia os alunos ainda encontram tempo para praticar esportes e atividades de lazer com o intuito de melhorar a saúde e a qualidade de vida. E a prática de atividade física habitual sobretudo os exercícios físicos, atividades físicas de lazer e de locomoção do cotidiano contribui para o aumento e preservação da densidade mineral e diminui o desenvolvimento de doenças cardíacas, do diabetes tipo II e alguns tipos de câncer.

### REFERÊNCIAS:

- EVANGELISTA, A. L. Verificar a associação entre o nível de atividade física e qualidade de vida em mulheres com câncer de mama tratadas com intuito de cura. **São Paulo: Fundação Antônio Prudente**, 2012.
- FLORINDO, A. A.; LATORRE, M. R. D. O. Validação e reprodutibilidade do questionário de Baecke de avaliação da atividade física habitual em homens adultos. **Rev Bras Med Esporte**, v. 9, n. 3, p. 121-8, 2003.

---

GUEDES, D. P.; SANTOS, C. A.; LOPES, C. C. Estágios de mudança de comportamento e prática habitual de atividade física em universitários. **Rev. Bras. Cineantropom. Desempenho Hum**, 8: 5-15, 2006.

VASCONCELOS, E. R. et al. NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL DOS ESTUDANTES DO CURSO DE ADMINISTRAÇÃO DE EMPRESAS DA FUNORTE. **Coleção Pesquisa em Educação Física** - Vol.11, n.3, 2012.

VILARTA, R.; GONÇALVES, A. Qualidade de Vida – Concepções Básicas Voltadas à Saúde. In: **Qualidade de vida e atividade física: explorando teoria e pratica**. São Paulo: Manole, 27 – 61, 2004.

## OS BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA NA TERCEIRA IDADE

RONALD DA SILVA MONTE SANTO  
GURGEL MENDES DE ANDRADE  
TICIANE SOARES FERREIRA  
WILLIAM SANTOS DANTAS  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
[ronald.silva.13@hotmail.com](mailto:ronald.silva.13@hotmail.com)  
Palavras-chave: idosos, benefícios, saúde.

**INTRODUÇÃO:** Nos últimos anos o aumento da população de idosos vem crescendo de forma acelerada e importante no mundo. Isso vem ocorrendo devido à conscientização das pessoas em ter uma qualidade de vida melhor, mudando hábitos alimentícios e praticando atividades físicas, além de que, essa procura é de grande evidência por pessoas na terceira idade. A atividade física aparece como uma forma de permitir que os idosos tenham uma vida saudável e se tornem mais independentes. Os benefícios são evidentes na melhoria da capacidade física e no aspecto psicológico, levando essa população a maior integração na sociedade. **OBJETIVOS:** Realizar uma revisão bibliográfica sobre os benefícios da atividade física na terceira idade. **METODOLOGIA:** Foi realizada uma revisão de literatura em sete artigos científicos, buscados na base de dados Scielo e Capes/Periódicos e, destes foram selecionados apenas cinco, nos quais abordavam os benefícios da atividade física e influência dessa prática na vida das pessoas com idade mais elevada. **RESULTADOS:** Os benefícios da atividade física para a saúde do idoso são inúmeros, dentre eles destaca-se o melhor funcionamento corporal, diminuição das perdas funcionais, preservação da independência, redução o risco de morte por doenças cardiovasculares, melhoria do controle da pressão arterial, da postura e do equilíbrio, controle do peso corporal, controle da ansiedade e do estresse. Para que isso possa ocorrer, o programa de exercícios deve ser feito com segurança, habitualmente precedido de um teste ergométrico com protocolo individualizado, com programas de atividades apresentando períodos de aquecimento e relaxamento mais longos e graduais, os exercícios propriamente ditos devem respeitar as restrições individuais, para evitar complicações. O aumento do número de idosos em academias, praças e clubes é grande, eles buscam objetivos relacionados à saúde e a qualidade de vida. Atividades físicas em forma de recreação são as mais recomendadas para adaptação do idoso, pois usando a ludicidade a sua prática pode ser de melhor aceitação pelos praticantes e posteriormente podem-se introduzir outros tipos de atividades mais específicas, tais como, treinamento de força, flexibilidade, alongamentos, resistência aeróbica, entre outros. **CONCLUSÃO:** É necessária uma atenção especial na distribuição de atividades com pessoas da terceira idade, pois, estes precisam de um programa de exercícios individualizados e seguros, cuidados especiais devem ser tomados caso haja alguma restrição, que pode estar relacionada às modificações progressivas da idade ou a patologias. É inevitável a comprovação da importância da prática de atividade física para adquirir benefícios tendo um envelhecimento mais saudável resultando em ganhos como saúde mental e o ajustamento social, contribuindo para melhor qualidade de vida.

### REFERÊNCIAS:

CALVINHO, Hermínio Júnior do Vale; LIRA, Josileia do Socorro Neves. **Os benefícios da atividade física para o envelhecimento saudável.** Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, 2008-2012.

- 
- FERREIRA, Tacyany Karine de Almeida; PIRES, Vitória Augusta Teles Netto. **Atividade física na velhice: avaliação de um grupo de idosas sobre seus benefícios.** Revista Enfermagem Integrada – Ipatinga: Unileste, V. 8 - N. 1 - Jul./Ago. 2015.
- FRANCHI, Kristiane Mesquita Barros; JUNIOR, Renan Magalhães Montenegro. **Atividade física: uma necessidade para a boa saúde na terceira idade.** Revista Brasileira em Promoção da Saúde, vol. 18, núm. 3, 2005, pp. 152-156.
- KOPIELER, Daniel Arkader. **Atividade física na terceira idade.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Vol. 3, Nº 4 – Out/Dez, 1997.
- MACIEL, Marcos Gonçalves. **Atividade física e funcionalidade do idoso.** Motriz, Rio Claro, v.16, n.4, p.1024-1032, out./dez. 2010.

## PRECONCEITO NO FUTEBOL FEMININO

JÉSSICA SANTOS ALMEIDA\*  
GLEDSON SILVA DOS SANTOS DE JESUS\*  
AIRTON DOUGLAS CARVALHO OLIVEIRA\*  
ROBSON MAURICIO DA SILVA SANTOS\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
jess.almeida.21@hotmail.com

Palavras-chave: Preconceito. Futebol. Feminino.

**INTRODUÇÃO:** O Futebol é um esporte que exige a força viril e músculos fortes, mesmo que, a presença feminina seja crescente na área esportiva, o cenário atual das mulheres tem que ser analisado com cautela, sendo a presença delas seja significativo ou não, ainda é menor do que a dos homens, vivenciando preconceitos resultantes de uma visão que impõe um modo prevalecente de feminilidade. Porém, as políticas de incentivo ao esporte feminino ainda são menores que para o masculino, sendo mais evidente no caso do futebol. **OBJETIVOS:** Observar o preconceito, diferenças e as dificuldades enfrentadas pelo futebol feminino, buscando discussões que possam reduzir os problemas oriundos do sexismo dentro das escolas e instituições de grande importância social. **METODOLOGIA:** São muitos os obstáculos a serem vencidos pelas mulheres, estes também em aspectos técnicos: como uma liga profissional, participação das mulheres nas comissões dos times e nas organizações que gerenciam o futebol. “Além, evidentemente, dos vários preconceitos e estereótipos que ainda cercam a prática da modalidade, tais como a associação de sua imagem à homossexualidade ou os perigos de choque nos órgãos de função reprodutiva (GOELLNER, 2005a)”. Torna-se necessário a transição nas normas e práticas educativas dentro das escolas, para que possam garantir o fim do preconceito no esporte. O esporte muitas vezes se traduz como um significativo componente de visibilidade da mulher na sociedade e no espaço público; muitos nomes que se destacaram como talentos esportivos são resultantes de lutas ao longo dos anos por conquistas nesse espaço marcadamente masculino. **CONCLUSÃO:** O preconceito no futebol feminino decorre de fatores sociais e culturais, que não só limita ao futebol, mas da esportividade feminina em geral, Há muito a ser realizado, e sugere-se nesse trabalho que as práticas sejam readequadas, e que seu começo se dê nas instituições de ensino e nas políticas públicas de incentivo, em um planejamento onde há a formação do cidadão.

### REFERÊNCIAS:

- DARIDO, S. C. **Futebol feminino no Brasil: do seu início à prática pedagógica**. Motriz, Rio Claro, v. 8, n. 2, p. 6-15, 2002.
- GOELLNER, S. V. **A educação física e a construção do corpo da mulher: imagem de feminilidade**. Revista Motrivivência, Florianópolis: UFSC, ano XII, n.16, p. 35-52, mar. 2001.
- GOELLNER, S. V. **Mulheres e futebol no Brasil: entre sombras e visibilidades**. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 143- 51, abr./jun. 2003.
- LOURO, G. L., GOELLNER, S. V. (org.). **Corpo, gênero e sexualidade: um debate contemporâneo na educação**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2007b. p.41-52.
- MOURÃO, L.; MOREL, M. **As narrativas sobre o futebol feminino: o discurso da mídia impressa em campo**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Campinas, v. 26, p. 73-86, 2005.

## INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO DE FORÇA NO CRESCIMENTO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

LEONARDO ANDRADE SANTOS\*

TAINAR ALEXANDRE FARIAS\*

GILMAR TAVARES DA SILVA\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*#

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

#Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil

leo.uzumaque@hotmail.com

Palavras-chave: Treinamento de resistência. Adolescentes. Crianças. Crescimento.

**INTRODUÇÃO:** O treinamento de força é uma modalidade popularmente praticada por pessoas de diversas faixas etárias que se concentram geralmente em academias de musculação buscando atingir metas que vão desde a qualidade de vida e um bom condicionamento físico, até padrões estéticos satisfatórios e o treinamento de auto rendimento. Porém, ainda há muita controvérsia sobre os benefícios e riscos sobre os exercícios de força para crianças e adolescentes.

**OBJETIVOS:** Verificar se há influência do treinamento de força no crescimento de crianças e adolescentes praticantes da modalidade. **METODOLOGIA:** As informações foram coletadas através de pesquisas pelas fontes de referencial teórico nacional, nas bases de dados Google Acadêmico (2 revisões sistemáticas e 1 dissertação) e Scielo (2 revisões sistemáticas), por meio dos descritores: treinamento de resistência para crianças, crescimento ósseo estatural, além de um livro que aborda o assunto. Após consultadas no DeCS, foram escolhidas as palavras-chave Crescimento, adolescentes, crianças e treinamento de resistência. **RESULTADOS:** Nos resultados, Filho et al (2015) constataram que “o exercício físico de força contribui de forma significativa tanto para o crescimento quanto para prevenção de problemas ósseos em crianças e adolescentes”, igualmente, segundo a *American Academy of Pediatrics* (1990) e o *American College of Sports Medicine* (1995) apud Pinto (1998), o treinamento de força, quando prescrito corretamente e supervisionado por especialistas, é indicado como efetivo para crianças”. Acrescenta-se a ideia de SILVA et al (2004) “Alguns dos benefícios do treinamento de força em jovens são: aumento da força, melhora da coordenação motora, aumento da densidade mineral óssea e prevenção de lesões”. Para confirmar a ideia, Perfeito et al menciona “o treinamento de força estimula a síntese do hormônio GH, favorecendo o crescimento e desenvolvimento de crianças e adolescentes”. Ainda segundo Perfeito et al (2013), porém por uma lógica diferente, supõe que “prejuízos no crescimento longitudinal são apenas observados quando a intensidade do exercício é extremamente alta”. Já o autor Alves et al (2008), diz: “o que ocorre é um viés de seleção no qual crianças com baixa estatura são recrutadas para alguns esportes” **CONCLUSÃO:** De maneira geral, de acordo com as informações apresentadas anteriormente, conclui-se que há sim uma influência do treinamento de força no crescimento de crianças e adolescentes. Porém, esta influência foi constatada de diferentes maneiras, como: influência positiva para o crescimento, influência não prejudicial ao crescimento e não influência do treinamento. Assim, observa-se que os resultados estão mais ligados a qualidade de planejamento: execução, intensidade e volume. Outro ponto importante a ser considerado, é que a estatura não é resultado do treinamento e sim um pré-requisito de escolha para determinadas modalidades esportivas, objetivando uma melhor performance. Em suma, considera-se que o treinamento de força seja indicado para crianças e adolescentes, devendo respeitar a individualidade biológica.

---

**REFERÊNCIAS:**

ALVES, Crésio; LIMA, Renata V B. Impacto da atividade física e esportes sobre o crescimento e puberdade de crianças e adolescentes.

FILHO, José N S; CORDEIRO, Roberto C F S C; Cruz, Adelman P, FILHO, José R M G, SARAIVA, Bruno. Efeitos Do Exercício Físico De Força Sobre O Desenvolvimento Ósseo em Crianças e Adolescentes: Uma Revisão Sistemática. v. 9, n.51, p. 40-47, 2015.

GUEDES, Dartagnan P; GUEDES, Joana E R P. Crescimento Composição Corporal e Desenvolvimento Motor: de Crianças e Adolescentes. São Paulo: CRL Balieiro, 1997, 362p.

PERFEITO, Rodrigo S; MACHADO, Wallace; SOUZA, Magalhães; ALVES, Diego G S. Treinamento de força muscular para crianças e adolescentes: benefícios ou malefícios? v. 10, n. 2, p. 54-62, 2013.

PINTO, Ronei S. A Treinabilidade da Força de Meninos Escolares Pré-Púberes e Púberes Submetidos a Um Programa de Treinamento de Força. 1998. 76 f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano) – Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.

SILVA, Carla C; GOLDBERG, Tamara B L; TEIXEIRA, Altamir S; MARQUES, Inara. O exercício físico potencializa ou compromete o crescimento longitudinal de crianças e adolescentes? Mito ou verdade? Botucatu, vol. 10, Nº 6, 520-524, 2004.

## MARCAS DERMATOGLÍFICAS EM MULHERES COM CÂNCER DE MAMA

ELISABETH BARETTA, CREF 000330-G/SC  
GABRIELA SARTORI, CREF 009883-G/SC  
GRACIELLE FIN, CREF 012229-G/SC  
RUDY JOSÉ NODARI JÚNIOR, CREF 0321-G/SC  
Universidade do Oeste de Santa Catarina, Joaçaba, Santa Catarina, Brasil  
rudynodari.junior@unoesc.edu.br

**Palavras-chave:** Câncer de mama. Dermatoglia. Impressões digitais.

**INTRODUÇÃO:** O câncer de mama configura-se como um dos mais importantes problemas de saúde pública mundial, entre as diversas doenças que acometem a população. Fatores ambientais, combinados com fatores genéticos podem representar condições importantes para a manifestação desta doença na população. A impressão digital é uma marca genética que expressa as potencialidades que o indivíduo possui para desenvolver doenças ou características de aptidão física, desta forma a dermatoglia apresenta-se como um método possível de identificação de doenças com características genéticas. **OBJETIVO:** Este trabalho investigou as características das figuras das impressões digitais de mulheres com câncer de mama comparando-as com um grupo controle, que não apresenta a doença. **METODOLOGIA:** A amostra foi constituída por 200 mulheres com diagnóstico de câncer de mama e outras 200 mulheres sem câncer que constituíram o grupo controle. Para avaliar possíveis marcas genéticas expressas nas impressões digitais foi utilizado o método Dermatoglífico por intermédio de um leitor dermatoglífico. **RESULTADOS:** Foram encontradas características específicas nos tipos de figuras das impressões digitais, sendo encontradas diferenças significativas entre mulheres com diagnóstico de câncer de mama em relação a um grupo controle sem diagnóstico, com maior presença das figuras presilha ulnar (LU) em todos os dedos das mãos, e verticilo (W) nos dedos: indicador da mão esquerda (MET2), polegar (MDT1) e anular (MDT4) da mão direita nas mulheres com câncer de mama. **CONCLUSÃO:** O padrão de impressões digitais que apresente as figuras presilha ulnar em todos os dedos das mãos, e verticilo nos dedos: indicador da mão esquerda, polegar da mão direita e anular da mão direita, pode ser um preditor do câncer de mama em mulheres brasileiras.

## REFERÊNCIAS

- CUMMINS, H.; MIDLO, C. **Finger prints, palms, and soles:** an introduction to dermatoglyphics. Dover Publication: New York, 1961.
- HOWLADER N, NOONE A, KRAPCHO M, et al. Cancer Statistics Review, 1975-2008. Available at: [http://seer.cancer.gov/csr/1975\\_2008/](http://seer.cancer.gov/csr/1975_2008/). Accessed October 16, 2014.
- INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER. **Incidência de câncer no Brasil:** estimativa 2012. Rio de Janeiro: INCA, 2010. Disponível em: <http://www2.inca.gov.br/wps/wcm/connect/tiposdecancer/site/home/mama>. Acesso em: 10 maio 2013.
- NODARI JÚNIOR RJ, et al. 2008. Impressões Digitais para Diagnóstico em Saúde: Validação de Protótipo de Escaneamento Informatizado. **Rev. Salud Pública.**, v. 10, n. 5, p. 767-776.
- NODARI JÚNIOR RJ, et al. Dermatoglyphics: Correlation between software and traditional method in kineanthropometric application. **Rev Andal Med Deporte.** 2014; 07:60-5.



## LESÕES DESPORTIVAS DECORRENTES DA PRÁTICA DO ATLETISMO

ESTEFANY SANTOS PEREIRA  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
estefany\_santos00@hotmail.com  
Palavras-chave: Atletismo, Treinamento, Lesões.

**INTRODUÇÃO:** Lesão desportiva é considerada como qualquer dor ou afecção músculo-esquelética resultante de treinamentos e competições esportivas, suficientes para causar alterações no treinamento normal do atleta, seja na forma, duração, intensidade ou frequência. **OBJETIVOS:** O objetivo dos artigos foi levantar informações a respeito da incidência de lesões no atletismo de alto rendimento e os seus fatores de riscos, a partir de inquéritos de morbidade referida (IMR), em que o próprio acometido relata sua lesão. **METODOLOGIA:** Para a construção do presente resumo foi utilizado o vocabulário do “Decs”, Descritores da Ciência e da Saúde, por meio da consulta das palavras: “Atletismo, Treinamento, Lesões.” Em seguida, os termos foram postos no Google Acadêmico, permitindo encontrar os artigos que assim se fizeram necessários. **RESULTADO:** O atletismo diferencia-se das demais modalidades por empreender gestos biomecânicos diversos, pela especificidade na execução gestual dos movimentos e pela dinâmica na forma de treinamento, que se acentuam em altas performances. Contudo, apesar do avanço das ciências e tecnologia, dados epidemiológicos referentes à modalidade revela elevada frequência de lesões com perfis multifatoriais, o que causa preocupação aos profissionais envolvidos, principalmente devido ao afastamento das atividades, que interrompe o processo de adaptações orgânicas, influenciando o rendimento e que, em alguns casos, leva à incapacidade permanente para o esporte. De acordo com os objetivos propostos nas pesquisas e após a coleta dos dados, verificou-se que: os valores anotados são bastante próximos quando comparados os gêneros. Em relação ao momento da ocorrência, o alto número de lesões ocorre durante os treinamentos, devido à necessidade de sobrecarga de treino, ou seja, são causadas por excessivos movimentos de repetição, que estão relacionadas com atividades que submetem o aparelho motor a esforços excessivos e de longa duração. Quando a investigação refere-se apenas aos acometidos, os destaques são os atletas das provas de velocidade e saltos. As lesões musculares instalam-se preferencialmente durante atividades com elevada intensidade, assim, destacaram-se as tendinopatias, as osteoarticulares e as distensões/estiramentos. A maior incidência de lesões é nos membros inferiores, exemplo disso são as da coxa, que se deve ao grande trabalho muscular que é submetido. **CONCLUSÃO:** A partir do levantamento e comparação de informações sugeridas constatou-se que, existem associações entre lesões e fatores causais, como entre provas e lesões e entre mecanismos de lesão e local anatômico, nos praticantes de atletismo de alta performance, não havendo diferença entre gêneros quanto a sua incidência, sendo as lesões musculares as mais prevalentes, a prática das atividades de velocidade e saltos a principal causadora, e a coxa, o local mais frequente de instalação de lesões. Por fim que, para que esses problemas não ocorram, o melhor tratamento é a prevenção, através da utilização de equipamentos eficazes, treinamentos corretos, individualizados e preparados por profissionais qualificados, o que permitirá a obtenção de resultados expressivos por longo tempo, sem lesionar o corpo e limitar essa prática.

### REFERÊNCIAS:

FEITOZA, José Ernandes, JÚNIOR, Joaquim Martins. Lesões Desportivas Decorrentes Da Prática Do Atletismo. *Rev. da Educação Física/UEM* Maringá, v. 11, n. 1, p. 139-147, 2000.

---

LAURINO Cristiano F. De S., LOPES Alexandre Dias, MANO Karina Da Silva, COHEN Moisés, ABDALLA Rene J.. Lesões músculo-esqueléticas no atletismo. Rev. Brás Ortop. \_ Vol. 35, Nº 9 – Setembro, 2000.

PASTRE Carlos Marcelo, FILHO Guaracy Carvalho, MONTEIRO Henrique Luiz, JÚNIOR Jayme Netto, PADOVANI Carlos Roberto. Lesões desportivas no atletismo: comparação entre informações obtidas em prontuários e inquéritos de morbidade referida. Rev. Brás Med. Esporte \_ Vol. 10, Nº 1 – Jan/Fev. 2004.

PASTRE Carlos Marcelo, FILHO Guaracy Carvalho, MONTEIRO Henrique Luiz, JÚNIOR Jayme Netto, PADOVANI Carlos Roberto, GARCÍA Ángel Basas. Exploração de fatores de risco para lesões no atletismo de alta performance. Rev. Brás Med. Esporte \_ Vol. 13, Nº 3 – Mai/Jun., 2007.

PASTRE Carlos Marcelo, FILHO Guaracy Carvalho, MONTEIRO Henrique Luiz, JÚNIOR Jayme Netto, PADOVANI Carlos Roberto. Lesões desportivas na elite do atletismo brasileiro: estudo a partir de morbidade referida. Rev. Brás Med. Esporte \_ Vol. 11, Nº 1 – Jan/Fev. 2005.

## UM RELATO DE EXPERIÊNCIA NO ENSINO FUNDAMENTAL EM UMA ESCOLA DA REDE PARTICULAR ARACAJU

JOSÉ GABINO LOUREIRO DE BARROS LIMA\*  
IAGO SANTOS MOTA\*  
WADSON MARTINS SANTOS SILVA\*  
GRACIELLE COSTA REIS (CREF:1539-G/SE)\*  
\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
[gabinofi@hotmail.com](mailto:gabinofi@hotmail.com)

**Palavras-chave:** Estágio. Ensino. Aprendizagem.

**INTRODUÇÃO:** O estágio supervisionado de ensino II é curricular e é um espaço de construções significativas no processo de formação de professores e deve ser entendido como uma oportunidade de formação contínua da prática pedagógica (SANTOS, 2005), além de ser uma disciplina integradora, pois promove a ligação entre a teoria e a prática. Sua função é a de integrar os ambientes escolares e acadêmicos articulando os conteúdos específicos e didáticos, desempenhando um papel decisivo para a formação de professores (ZIMMERMANN e BERTANI, 2003). O objetivo do estágio é propiciar ao estudante uma aproximação com o cotidiano no qual irá atuar. Ao participar das atividades de uma escola, o estagiário deve ter consciência de que a finalidade é sua formação como professor (CARVALHO, 1985). Entre outras coisas, o estágio proporciona, aos alunos, um suporte importante para o desenvolvimento de competências essenciais para o exercício profissional (PIMENTA, 2001). **OBJETIVO:** Este trabalho tem por objetivo relatar a vivência prática dos acadêmicos em Educação física, através das regências de aulas e observações da estrutura da escola e identificar a importância do estágio. **METODOLOGIA:** Para efetivação da experiência do Estágio Supervisionado do Ensino II foram adotados como procedimentos metodológicos a análise descritiva de forma concisa e crítica, além de relatórios de observação e regências, na perspectiva do conflito e da solução de problemas e na vivência das atividades, sendo observada também a estrutura do campo de estágio através de um questionário com 30 perguntas. A população do estudo foram alunos do ensino fundamental I e II. **RESULTADOS:** Ao falar da estrutura, a escola possui rampas, corrimões, banheiros adaptados, sinalização correta para atender a portadores de deficiência e audiovisuais. A estrutura da educação física dispõe de materiais de todas as modalidades, quadras e 23 professores formados. As regências foram realizadas nas turmas do ensino fundamental I e II, com o tema dança e os conteúdos da modalidade ginástica artística. Foram desenvolvidos vários exercícios da ginástica nos diversos aparelhos, como a trave de equilíbrio, as paralelas assimétricas, o cavalo e o solo. O estágio nos trouxe vários pontos positivos, entre os quais podemos citar a prática docente que vivenciamos, adquirindo assim mais conhecimento prático para a atuação na vida profissional. Além de proporcionar um contato direto com os alunos, a prática de campo nos preparou para os desafios que possamos enfrentar na nossa carreira. Por ser uma modalidade que não tínhamos vivenciado melhor, sentimos um pouco de dificuldade no início do estágio. A experiência de conhecer melhor a modalidade de ginástica foi bastante prazerosa, além de despertar-nos para um conhecimento novo, antes desconhecido. **CONCLUSÃO:** Podemos concluir que o estágio supervisionado de ensino II tem uma importância fundamental para a evolução do estagiário enquanto acadêmico, pois é nesse momento que o aluno vivencia a prática pedagógica que o acompanhará na sua vida profissional. A transição realizada pelo estagiário, que vai de aluno a professor, é o momento mais importante durante todo o curso de graduação.

---

## REFERÊNCIAS

- CARVALHO, A.M.P. **Prática de Ensino: os estágios na formação do professor**. São Paulo, Biblioteca Pioneira de Ciências Sociais, 1985.
- CASTOLDI, R.; POLINARSKI, C.A. **Considerações sobre estágio supervisionado por alunos licenciando em Ciências Biológicas**. In: VII Encontro Nacional de Pesquisa em Educação em Ciências, Florianópolis, 2009. Anais do VII ENPEC, Belo Horizonte: ABRAPEC, 2009.
- PIMENTA, S.G. **O Estágio na Formação de Professores: Unidade Teoria e Prática?** 4ª ed. São Paulo: Cortez, 2001. 186 p.
- SANTOS, H.M. **O estágio curricular na formação de professores: diversos olhares**. In 28ª Reunião Anual da ANPED, GT8 – Formação de Professores. Caxambu, 2005.
- ZIMMERMANN, E. E BERTANI, J.A. **Um novo olhar sobre os cursos de formação de professores**. Cad.Bras.Ens.Fís., v.20, n.1: 43-62, 2003.

## RELAÇÃO DAS MEDIDAS ANTROPOMÉTRICA NA MEIA IDADE

NATHAN FONTES VALENÇA\*  
JOSE EDUARDO DE ARAÚJO SANTANA\*  
RYCHARD CORREIA DOS SANTOS \*  
TAMARA MARIA DE ANDRADE SANTANA\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
nathan\_valenca@hotmail.com

Palavras-chave: Meia idade. Índice ponderal. Peso corporal.

**INTRODUÇÃO:** Os artigos pesquisados resumem que a antropometria é um instrumento importante para avaliação nutricional. Fala também que com os avanços tecnológicos as pessoas ficam cada dia mais sedentárias, adquirindo uma obesidade que contribui para o desenvolvimento de doenças crônicas. **OBJETIVOS:** Analisar através de medidas antropométricas a classificação de cada indivíduo. **METODOLOGIA:** Fomos no decs pesquisar as palavras chaves: “Meia idade”, “Índice ponderal” e “Peso corporal”, em seguida levamos as palavras ao Google acadêmico, onde colocando-as entre aspas pesquisamos 5 artigos. **RESULTADOS:** Foram amostrados valores médios de massa muscular e o índice corporal. A antropometria é um instrumento importante para avaliação nutricional, oferece informações sobre o crescimento e desenvolvimento, sempre usado por ser um método de baixo custo, universalmente aplicável e aceitável pela população (MENEZES, MARUCCI, 2010). "Com os avanços tecnológicos, as pessoas cada vez mais ficam menos ativas, fato que, somado aos maus hábitos alimentares podem acarretar alguns distúrbios hipocinéticos, como sobrepeso e obesidade".(GUIMARÃES; LOPES; SCHMIDT, 2014). " Com isso, vem à tona a importância de uma atenção básica a saúde da população. As doenças de cunho cardiovascular e metabólico [...], entre inúmeras outras causam muitas despesas aos cofres públicos".(OLIVEIRA; BRUNO, 2013). Segundo Picon et al. (2007, p.444) a obesidade contribui para o desenvolvimento de várias doenças crônicas, incluindo a doença arterial coronariana [...], diabetes melito tipo 2 (DM2), levando a um maior risco de complicações cardiovasculares e morte. "Devido aos inúmeros males associados à obesidade, esta já vem sendo definida como uma doença crônica não transmissível [...] que afeta praticamente todas as idades, grupos socioeconômicos e ameaça tanto os países desenvolvidos quanto os subdesenvolvidos".(HAUN; PITANGA; LESSA, 2009, p.705). Sendo por isso crucial na avaliação do estado físico e no controle de diversas variáveis que estão envolvidas durante uma prescrição de treinamento, promoção da saúde, associadas principalmente a obesidade, partindo para uma proposta de não apenas medir ou avaliar. **CONCLUSÃO:** Analisando os artigos, vemos que eles se completam, enquanto um fala das medidas que definem os níveis de sobrepeso e obesidade, por exemplo, outros relatam o prejuízo à saúde causado pelo sedentarismo advindo de uma população cada dia mais conectada com a tecnologia e menos em saúde.

## REFERÊNCIAS

AMARO DE LOLIO, CECÍLIA; ROSÁRIO DIAS DE OLIVEIRA LATORRE, MARIA. Prevalência de obesidade em localidade do Estado de São Paulo, Brasil, 1987. vol.25 no.1 São Paulo Feb. 1991.  
GONÇALVES DE OLIVEIRA, EMERSON; MACHADO BAZARELE BRUNO, GIANCARLO. A antropometria como determinante de fator de risco ao desenvolvimento de doenças cardíacas e metabólicas relacionadas ao Perfil de Estilo de Vida Individual, Buenos Aires, n.179, 2013.

---

MARIA BISMARCK-NASR, ELIZABETH; FERNANDA PETROLI FRUTUOSO, MARIA; MARIA DIANEZI GAMBARDELLA, ANA. Relação entre índice ponderal ao nascer e excesso de peso corporal em jovens, Rio de Janeiro, 23(9):2064-2071, set, 2007.

NOBRE DE MENEZES, TARCIANA; DE FÁTIMA NUNES MARUCCI, MARIA. Avaliação antropométrica de idosos residentes em Instituições de Longa Permanência de Fortaleza-CE, Rio de Janeiro, 2010

XAVIER PICON, PAULA; BAUERMAN LEITÃO, CRISTIANE; GERCHMAN, FERNANDO; JOBIM DE AZEVEDO, MIRELA; PINHO SILVEIRO, SANDRA; LUIZ GROSS; HENRIQUE CANANI, LUIZ. Medida da cintura e razão cintura/quadril e identificação de situações de risco cardiovascular: estudo multicêntrico em pacientes com diabetes melito tipo 2, São Paulo, vol.51, n.3, p. 443-449, 2007.

## UM RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UMA ESCOLA DA PARTICULAR DE ARACAJU

MONIQUE DOS SANTOS<sup>1</sup>  
CLESBERTON SANTOS REIS<sup>1</sup>  
GLÍCIA CLAIANE DOS SANTOS<sup>1</sup>  
GRACIELLE COSTA REIS (CREF:1539-G/SE)<sup>1</sup>  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil. <sup>1</sup>  
monique.santos04@hotmail.com  
**Palavras-chave:** Estágio. Educação Física. Prática.

**INTRODUÇÃO:** Promover o primeiro contato que o aluno tem com seu futuro campo de atuação é a função do Estágio Supervisionado de Ensino II. Segundo Pimenta e Lima (2004, p. 153) o estágio é o eixo central na formação de professores, pois é através dele que o profissional conhece os aspectos indispensáveis para a formação da construção da identidade e dos saberes do dia-a-dia. O estágio supervisionado vai muito além de um simples cumprimento de exigências acadêmicas (OLIVEIRA E CUNHA, 2006). Ele é uma oportunidade de crescimento pessoal e profissional. Além de ser um importante instrumento de integração entre universidade, escola e comunidade (FILHO, 2010, p. 13). **OBJETIVO:** Este trabalho tem como objetivo analisar os aspectos físicos, pedagógicos e sociais da Instituição escolar, além de propor aos acadêmicos de Educação Física que experimentem e conheçam diferentes práticas corporais sistematizadas, compreendendo-as como produções culturais dinâmicas, diversificadas e contraditórias. **METODOLOGIA:** Foi feita uma pesquisa bibliográfica sobre os conteúdos propostos pelos os professores, logo após foi escolhido um campo de estágio cadastrado pela Universidade para ser feita a pesquisa de campo. O instrumento para a coleta de dados consistiu de um questionário contendo 30 perguntas com respostas de múltipla escolha e abertas, relacionadas a aspectos estruturais, pedagógicos e administrativos como também foram utilizados relatos de experiência a partir das observações e regências ocorridas durante as aulas de educação física. O presente estudo teve como população crianças do ensino fundamental I de uma Unidade de Ensino da rede particular. **RESULTADOS:** A escola é adaptada para receber crianças com deficiência. Dispõe de uma ampla área para esporte e lazer das crianças. Possui materiais de todas as modalidades esportivas, além de atender fielmente ao seu Projeto político pedagógico. Atualmente tem 1500 alunos ativos e mais de 300 funcionários. A educação física possui 23 professores e cada turma tem aula 2 vezes por semana. Pudemos vivenciar a modalidade Karatê, onde desenvolvemos as técnicas de ataque e defesa e o Kata, já na modalidade Judô, as técnicas de desequilíbrio, pegada, esquiva, projeção, queda, pegada e imobilização, sempre com atividades lúdicas e adaptadas para cada faixa etária. Nas turmas dos 2º, 3º, 4º e 5º anos, desenvolvemos o tema esporte com as modalidades voleibol e futsal, através do contexto histórico, regras e fundamentos técnicos. Utilizando os métodos analítico e global através das abordagens tecnicista e desenvolvimentista. Podemos citar como pontos positivos, a interação com o ambiente escolar, a grande cooperação dos professores colaboradores e a participação ativa dos alunos nas atividades desenvolvidas, além do privilégio de conhecer um pouco mais de algumas modalidades que não tínhamos vivenciado antes. **CONCLUSÃO:** Analisando-se os resultados conclui-se que o Estágio Supervisionado de Ensino II foi de grande importância para a futura carreira profissional, pois podemos vivenciar a realidade do futuro campo de trabalho, desenvolvendo o que foi abordado na Universidade e adquirindo conhecimentos através da relação docentes-discentes, desta maneira se tornando um momento único para vida acadêmica.

---

## REFERÊNCIAS

BRASIL. **Lei nº 9394 de 20 de dezembro de 1996**. Dispõe sobre a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/L9394.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L9394.htm)>. Acesso em: 21 abril. 2016.

FILHO, A. P. **O Estágio Supervisionado e sua importância na formação docente**. Revista Partes. 2010. Disponível em: <http://www.partes.com.br/educacao/estagiosupervisionado.asp>>. Acesso em: 18 abril. 2016.

LIBÂNEO, J. C. **Didática**. São Paulo: Cortez, 1994.

OLIVEIRA, E.S.G.; CUNHA, V.L. **O estágio Supervisionado na formação continuada docente a distância: desafios a vencer e Construção de novas subjetividades**. Publicación en línea. Murcia (España). Año V. Número 14.- 31 de Marzo de 2006.

PIMENTA, S.G.; LIMA, M.S.L. **Estágio e Docência**. 2. ed. São Paulo: Cortez, 2004.



**ANÁLISE DESCRITIVA DOS LANCES LIVRES ARREMESSADOS NOS PLAYOFFS DO NOVO BASQUETE BRASIL (NBB) - TEMPORADA 2015/2016**

CARLA SOUZA DE JESUS (CREF 2162-G/SE)  
MARCOS BEZERRA DE ALMEIDA (CREF 605-G/SE)  
Universidade federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.  
cs.jesus@ufs.br

**PALAVRAS CHAVE:** Basquetebol. Desempenho Esportivo. Atletas.

**INTRODUÇÃO:** No basquetebol, o lance livre (LL) é considerado como única situação de estabilidade ambiental (ROSE Jr, 2006), visto que o atleta não tem interferência dos oponentes. Não há um consenso acerca da influência do LL sobre o resultado final da partida, especialmente quando considerados os momentos decisivos do jogo (NAVARRO et al., 2009; LÓPEZ-GUTIÉRREZ e JIMÉNEZ-TORRES, 2013). Contudo, esse tipo de arremesso responde por cerca de 25% do total de pontos obtidos pelas equipes (CÁRDENAS e ROJAS, 1997). Desta forma, para que o treinamento deste arremesso possa representar as condições naturais do jogo, é importante conhecer as características destes arremessos, como por exemplo, a quantidade de lances livres cobrados em sequência por um mesmo jogador. **OBJETIVO:** analisar descritiva e quantitativamente os lances livres cobrados durante os jogos dos *playoffs* do Novo Basquete Brasil (NBB), temporada 2015/16. **METODOLOGIA:** a análise foi feita a partir das súmulas oficiais dos jogos disponibilizadas no site da Liga Nacional de Basquete (<http://lnb.com.br/campeonato/nbb/>). Foram disputadas 45 partidas, no entanto, duas súmulas não estavam disponíveis para consulta, perfazendo um total de 43 jogos analisados. Foi aplicada estatística descritiva, considerando-se frequências relativas e absolutas, média e desvio padrão, além da determinação de valores de referência por percentis. **RESULTADOS:** houve um total de 1019 faltas que geraram cobranças de LL ao longo dos 43 jogos analisados, resultando em 1832 arremessos. Cada equipe cobrou em média 21 LL por partida. Houve 218 (21,4%) faltas para 1 LL, 789 (77,4%) para 2 LL, e 12 (1,2%) para 3 LL. Ao longo dos *playoffs*, 65,2% das partidas tiveram uma ou nenhuma falta técnica. Por fim, os valores de referência em percentis da frequência de faltas que geram cada quantidade de LL ao longo da partida são apresentados na tabela 1.

Tabela 1. Percentis de faltas que geraram cobranças de lances livres e total de lances livres arremessados durante os jogos dos *playoffs* do NBB temporada 2015/16 (n=43 jogos)

Percentil	1 LL	2 LL	3 LL	Faltas Técnicas	Total de LL Arremessados
P5	1,0	10,2	0,0	0,0	26,2
P10	1,0	12,0	0,0	0,0	29,6
P25	2,0	15,0	0,0	0,0	35,5
P40	3,0	17,0	0,0	0,0	39,0
P50	4,0	19,0	0,0	1,0	41,0
P60	4,2	20,0	0,0	1,0	45,2
P75	5,0	21,0	0,0	2,0	49,5
P90	6,0	24,8	1,0	3,0	57,8
P95	7,0	27,0	1,0	3,9	60,8

**CONCLUSÃO:** a maioria absoluta das faltas resulta em cobrança de dois lances livres. Apesar de serem jogos de *playoff*, em que a importância da competição aumenta e, por conseguinte, a tensão também se eleva, o número de faltas técnicas foi bastante baixo.

## REFERÊNCIAS

- CÁRDENAS, D.; ROJAS, J. Determinación de la incidencia del tiro libre en el resultado final a través del análisis estadístico. **Revista Motricidad**, v.3, p. 177-86, 1997.
- IBÁÑEZ, S. J.; GARCÍA, J.; FEU, S.; PAREJO, I.; CAÑADAS, M. La eficacia del tiro a canasta en la NBA: análisis multifactorial. **Revista Cultura Ciencia y Deporte**, v.4, p.39-47, 2009.
- LOPES-GUTIÉRREZ, C.J.; JIMÉNEZ-TORRES, M.G. The free shot in basketball: successes in every minute of game. **Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte**, v.13, n.50, p.307-27, 2013.
- NAVARRO, R.M.; LORENZO, A.; GÓMEZ, M.A.; SAMPAIO, J. Analysis of critical moments in the League ACB 2007-08. **Revista de Psicología del Deporte**, v.18 - Suppl, p.391-5, 2009.
- ROSE JUNIOR, D. de. Modalidades esportivas coletivas: o basquetebol. In: ROSE JUNIOR, D. de. **Modalidades esportivas coletivas**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006. Cap. 9, p. 113-127.

## RELATO DE EXPERIÊNCIA: A CONTRIBUIÇÃO DO PIBID NA FORMAÇÃO DOS LICENCIANDOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

SIMONE MARIA DA SILVA  
AMANDA CERQUEIRA PARANHOS CAPITÓ  
PATRÍCIA CAVALCANTI AYRES MONTENEGRO  
Universidade Federal de Alagoas  
Maceió- Alagoas- Brasil  
[smsfera2013@gmail.com](mailto:smsfera2013@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Básica. Educação Física. Ensino Médio.

**INTRODUÇÃO:** A aproximação dos discentes com a realidade escolar nos cursos de licenciatura, anteriormente ficava restrito ao momento do estágio curricular ofertados pelas universidades. Com isso, surgiram às políticas de iniciativas, visando fortalecer essa aproximação do discente com o seu futuro campo de atuação. Nessa perspectiva, o Programa Institucional de bolsas de Iniciação à Docência (PIBID/CAPEs) em conjunto com as universidades vem criando novas possibilidades para que os licenciandos possuam maior vivência no contexto escolar na qual irá se inserir após sua formação. **OBJETIVO:** Este trabalho teve como objetivo relatar as experiências pedagógicas vivenciadas por bolsistas do PIBID no contexto do subprojeto de Educação Física da Universidade Federal de Alagoas (UFAL) em uma escola estadual do município de Maceió-AL. **METODOLOGIA:** O estudo constituiu-se de uma pesquisa qualitativa, do tipo pesquisa ação, partindo das experiências que foram vivenciadas com uma turma do ensino fundamental e cinco turmas do ensino médio numa escola estadual. A mesma foi construída através da inter-relação de ações como: observação do ambiente escolar, diagnóstico da escola e planejamento das aulas. **RESULTADOS:** O primeiro contato com a realidade escolar da rede pública proporcionou vários receios e dúvidas. Porém, houve motivações e novas perspectivas ao perceber que os alunos se mostraram motivados com a inserção do subprojeto no meio escolar e ao mesmo tempo demonstraram interesse em querer aprender e conhecer coisas diferentes relacionadas à Educação Física. Esse fato motivou os licenciados a dedicarem e buscarem o melhor, para tentar modificar a realidade das aulas de Educação Física no âmbito escolar daquela escola. **CONCLUSÃO:** Através da articulação entre a teoria e prática que o PIBID possibilita aos bolsistas, podemos estabelecer o contato direto com a realidade e dinâmica escolar. Logo, a participação no subprojeto foi essencial para que pudéssemos perceber os desafios existentes na rede pública de ensino em relação à disciplina de Educação Física.

### REFERÊNCIAS

- AMBROSETTI, Neusa Banhara et al. Contribuições do PIBID para a formação inicial de professores: o olhar dos estudantes. **Educação em Perspectiva**, Viçosa, v. 4, n. 1, p.151-174, jan. 2013.
- FIGUEIREDO, Otonny Alves; LISBOA, Maria Goretti da Cunha; GONZAGA, Jozilma de Medeiros. **A Contribuição do Pibid na Formação de Professores: Um Relato de Experiência**. 2015. Disponível em: <[www.editorarealize.com.br/revistas/eniduepb/trabalhos/trabalho\\_ev043\\_md1\\_sa2\\_id355\\_30062015144301.pdf](http://www.editorarealize.com.br/revistas/eniduepb/trabalhos/trabalho_ev043_md1_sa2_id355_30062015144301.pdf)>. Acesso em: 30 jul. 2016.
- FRANCO, Maria Estela dal Pai; BORDIGNON, Luciane Spanhol; NEZ, Egeslaine de. **Qualidade na Formação de Professores: Bolsa de Iniciação à Docência (Pibid) Como Estratégia Institucional**. 2012. Disponível em:

---

<<http://www.uces.br/etc/conferencias/index.php/anpedsul/9anpedsul/paper/view/2061/744>>. Acesso em: 30 jul. 2016.

HAUSCHILD, Cristiane Antonia et al. As Contribuições do Pibid Para a Formação Profissional Docente a Partir Da Visão de Licenciandos. **Caderno Pedagógico: ISSN 1983-0882**, Lajeado, v. 12, n. 2, p.81-92, 2015.

HILGEMANN, Clarice Marlene et al. Vivências no Pibid: Contribuições à Formação Docente. **Revista Destaques Acadêmicos**, Lajeado, v. 5, n. 2, p.31-38, 2013.

RAUSCH, Rita Buzzi; FRANTZ, Matheus Jurgen. Contribuições do Pibid à Formação Inicial de Professores na Compreensão de Licenciandos Bolsistas. **Atos de Pesquisa em Educação: ISSN 1809-0354**, Blumenau, v. 8, n. 2, p.620-641, maio 2013. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.7867/1809-0354.2013v8n2p620-641>>. Acesso em: 30 jul. 2016.

PINTO, Eliane Ap. Toledo; et al. A contribuição do PIBID para a formação de licenciandos. **Mimesis**, Bauru, v. 5, n. 1, p. 75-94, 2014.

## EDUCAÇÃO FÍSICA COMO PROVIDORA DE QUALIDADE DE VIDA NA 3ª IDADE

DANIELLE SANTOS SILVA  
NATALHA PEREIRA MATOS  
ROMARIO MENEZES  
RAFAEL FELIPE SOUZA FERREIRA  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
danielle.silva96@outlook.com  
Palavras-chave: Prevenção. Idoso. Qualidade de Vida

**INTRODUÇÃO:** O ciclo da vida consiste em processos de nascimento, desenvolvimento, envelhecimento e morte. O corpo possui características inerentes de cada etapa deste ciclo. No envelhecimento, o organismo desenvolve um processo degenerativo das funções motoras e físicas, entretanto diversas linhas de pesquisas convergiram em estabelecer práticas de forma mitigar os efeitos desse processo na velhice. **OBJETIVOS:** Definir os efeitos degenerativos comuns na velhice; apresentar as recomendações dos especialistas para minimizar tais efeitos; demonstrar os resultados pela implementação das recomendações. **METODOLOGIA:** A metodologia consiste em pesquisas bibliográficas propostas pelo professor orientador. **RESULTADOS:** Segundo Shepard (2001) apud Aragão et al (2002), os humanos passam pelos processos fisiológicos de nascimento, desenvolvimento, envelhecimento e morte. Naturalmente, o organismo sofre alterações biológicas, psicológicas e sociais inerentes de cada etapa. Durante a história da humanidade, o ser humano fez uso de diversas práticas para aumentar sua longevidade desde o místico ao racional. O desenvolvimento socioeconômico e cultural proporcionou uma mudança radical nos hábitos da sociedade, alguns negativos. Essas alterações comprometeram a capacidade de adaptação e de desempenho psicofísicas, afetando a qualidade de vida das pessoas. (WHO, 1999b, apud ARAGÃO et al, 2002). Diversas pesquisas estabelecem uma relação entre atividade física e longevidade, indivíduos que mantiveram um nível de atividade física sistemática, possuem maior capacidade física do que seus companheiros sedentários. Aqueles que não praticam exercícios apresentam o dobro de risco de doenças cardiovasculares quando comparados com os ativos. Os exercícios, tem efeito protetor da arteriosclerose. Além disso, estudos mostram o efeito positivo da atividade física na autoestima, autoconceito, autoimagem, depressão, ansiedade, insônia e na socialização. (MATSUDO, 2006). Os idosos são os mais vulneráveis a fatores como a morte de amigos, a aposentadoria, os problemas financeiros, o isolamento, o estado de saúde – doença. Deste modo, a atividade física pode ser um elemento útil, ajudando as pessoas mais velhas a um melhor ajustamento a estas alterações do seu papel na sociedade, quer do ponto de vista profissional e não raramente do ponto de vista familiar. (MOTA et al, 2016). As estatísticas demonstram que 30% dos idosos em países ocidentais sofrem queda ao menos uma vez ao ano. Devemos considerar o gasto do estado na assistência em saúde. Logo, tais estudos comprovam que atividades físicas regulares contribuem para mitigar a incidência desses eventos, por fortalecer as funções motoras do corpo. (MAZO et al, 2007). Os benefícios de uma atividade física regular de intensidade relativamente baixa como andar, subir escadas, pedalar e dançar são extremamente significativos para o idoso. O profissional orientador fomentar atividades informais para cativar o aluno, analisando o perfil de cada pessoa para minimizar o risco de lesões ou complicações de forma a garantir que a atividade seja prazerosa. (CARVALHO et al, 1996). **CONCLUSÃO:** Os idosos necessitam cuidados especiais, são fundamentais ações governamentais, familiar e do próprio ancião. Levantamentos governamentais sobre a relação custo x assistência à saúde comprovam

que a implantação de uma rotina com atividades físicas diminuem a incidência de doenças degenerativas e favorecem o bem estar psíquico, consolidando os preceitos da qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

- ARAGÃO, J. C. B. DANTAS, E. H. M. DANTAS, B. H. A. **Efeitos da resistência muscular localizada visando à autonomia funcional e a qualidade de vida do idoso.** Fitness & Performance Journal. 2002.
- CARVALHO, T. NÓBREGA, A. C. L. LAZZOLI, J. K. MAGNI, J. R. T. REZENDE, L. DRUMMOND, F. A. OLIVEIRA, M. A. B. ROSE, E. H. ARAÚJO, C. G. S. TEIXEIRA, J. A. C. **Posição oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: atividade física e saúde.** 1996.
- MATSUDO, S. M. **Atividade física na promoção da saúde e qualidade de vida no envelhecimento.** São Paulo, SP. Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul, 2006.
- MAZO, G.Z. LIPOSCKI, D.B. ANANDA, C. PREVÊ, D. **Condições de saúde, incidência de quedas e nível de atividade física dos idosos.** Florianópolis, SC. Revista Brasileira de Fisioterapia, 2007.
- MOTA, J. RIBEIRO, J. L., CARVALHO, J. MATOS, M.G. **Atividade física e qualidade de vida associada à saúde em idosos participantes e não participantes em programas regulares de atividade física.** São Paulo, SP. 2006.

## A CONTRIBUIÇÃO DOS JOGOS COOPERATIVOS PARA O PROCESSO DE INTERAÇÃO SOCIAL NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO FUNDAMENTAL

AMANDA CERQUEIRA PARANHOS CAPITÓ  
SIMONE MARIA DA SILVA  
PATRICIA CAVALCANTI AYRES MONTENEGRO  
Universidade Federal de Alagoas  
Maceió- Alagoas- Brasil  
[amanda.cpc2@gmail.com](mailto:amanda.cpc2@gmail.com)

**PALAVRAS- CHAVE:** Educação Física; Ensino Fundamental; Interação social.

**INTRODUÇÃO:** Este estudo relata as reflexões obtidas através das aulas de Educação Física de uma escola da rede municipal de Maceió que faz parte do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à docência (PIBID/CAPES), do subprojeto de Educação Física da Universidade Federal de Alagoas. **OBJETIVO:** Este estudo objetivou refletir sobre o papel dos jogos cooperativos nas aulas de Educação Física no processo de interação social de escolares do ensino fundamental I. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo de abordagem qualitativa, do tipo pesquisa ação, partindo primeiramente com a realização do diagnóstico da escola e, em seguida, por meio de intervenções teóricas e práticas sobre jogos cooperativos. O estudo foi desenvolvido por meio de ações executadas pelos bolsistas do PIBID/UFAL, as atividades a cerca dos jogos cooperativos tiveram duração de aproximadamente dois meses, sendo que eram realizadas três intervenções a cada semana. As atividades foram realizadas apenas com os alunos atendidos pelo subprojeto, em média o próprio acolhe aproximadamente 180 alunos dos 3º, 4º e 5º anos do ensino Fundamental I, do turno vespertino de uma escola pública num bairro periférico da cidade de Maceió- AL. **RESULTADOS:** No início de cada aula era realizada uma roda de conversa sobre os jogos cooperativos, ao longo desses diálogos foram notadas mudanças a cerca das opiniões dos escolares, em relação à convivência e ao respeito às diferenças. Durante as intervenções práticas realizadas pelos integrantes do PIBID ainda foram reforçadas as modificações ocorridas no processo de interação social. **CONCLUSÃO:** Após as análises conclui-se que os jogos cooperativos surtiram resultados na melhoria das relações interpessoais, no desenvolvimento de atitudes cooperativas e na ampliação do respeito mútuo. Logo, foram de fundamental importância as ações cooperativas no âmbito escolar, tendo em vista as interferências nas modificações de atitudes e valores.

### REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Cássio José Silva. **A contribuição dos jogos cooperativos em situações de vulnerabilidade social.** 2012. 112 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação, Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino, São João da Boa Vista, 2012.
- BICALHO, Gabriel Bruzadelli. **Benefícios dos jogos cooperativos no ensino fundamental.** 2013. 21 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2013.
- CORREIA, Caio Gonçalves. **As contribuições dos jogos cooperativos nos primeiros anos do ensino fundamental.** 22 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2013.
- GONÇALVES, Vinicius Pauletti et al. **Jogos cooperativos: abordando a questão da inclusão nas aulas de educação física.** Disponível em: <[http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/artigos\\_teses/EDUCACAO\\_FISICA/monografia/Goncalves\\_jogos\\_cooperativos.pdf](http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/artigos_teses/EDUCACAO_FISICA/monografia/Goncalves_jogos_cooperativos.pdf)>. Acesso em: 27 mai. 2016.

---

ROCHA, Sergio da Silva. **Efeitos d os jogos cooperativos nos anos iniciais do ensino fundamental.** 2013. 43 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Departamento de Humanidades e Educação, Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Ijuí, 2013.

SCHWARTZ, Gisele Maria et al. **Jogos cooperativos no processo de interação social: visão de de professores.** Disponível em:

<[https://www.google.com.br/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0ahUKEwix\\_5zmofvMAhWFiZA](https://www.google.com.br/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0ahUKEwix_5zmofvMAhWFiZA)>. Acesso em: 27 mai. 2016.



## A UTILIZAÇÃO DO FUTEBOL DE BOTÃO COMO PRÁTICA PEDAGÓGICA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

AMANDA CERQUEIRA PARANHOS CAPITÓ  
SIMONE MARIA DA SILVA  
PATRICIA CAVALCANTI AYRES MONTENEGRO  
Universidade Federal de Alagoas  
Maceió- Alagoas- Brasil  
[amanda.cpc2@gmail.com](mailto:amanda.cpc2@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Básica; Educação Física; Ensino Fundamental.

**INTRODUÇÃO:** O jogo de botão proporciona a participação de todos os alunos no jogo independente do gênero e das habilidades apresentadas por cada participante, diferente do futebol que possui domínio cultural de gênero masculino e a existência da prevalência dos mais habilidosos. **OBJETIVOS:** Nesta perspectiva, este trabalho tem como objetivo relatar as experiências vivenciadas no Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à docência, através da utilização do futebol de botão como prática pedagógica nas aulas de Educação Física escolar. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma pesquisa de cunho qualitativo, cuja metodologia empregada foi a de pesquisa-ação, partindo inicialmente com o levantamento da realidade escolar, através deste percebemos a necessidade de trabalhar com ações que melhorasse as relações interpessoais e ao mesmo tempo ajudasse no desenvolvimento motor e cognitivo dos alunos. Em seguida buscamos desenvolver ações que facilitasse estes processos, através das aulas teórico-prática sobre o futebol de botão. O conteúdo foi aplicado somente com os alunos participantes do subprojeto, que envolve aproximadamente 195 escolares do Ensino Fundamental I, de uma escola pública municipal da cidade de Maceió-AL. **RESULTADOS:** As atividades teóricas e práticas sobre o futebol de botão tiveram duração de aproximadamente um mês, durante este período foi possível trabalhar princípios e regras do jogo de futebol dentro da perspectiva do futebol de botão. Através da abordagem desta temática nas aulas de Educação Física foi plausível obter a participação das crianças independente de gênero e habilidade, principalmente nas aulas práticas. **CONCLUSÃO:** O professor de Educação Física diariamente encontra desafios em relação à inserção de meninas e de alunos menos habilidosos em atividades relacionadas ao futebol, porém com a utilização do futebol de botão como prática pedagógica nas aulas de Educação Física, foi viável que todos participassem independente de gênero ou habilidade. Com isso, através desta proposta pedagógica foi possível ampliar a visão dos alunos para novos encaminhamentos que proporcione um aprendizado independente e efetivo com possibilidades de ressignificar o futebol de maneira igualitária e interativa no âmbito escolar.

### REFERÊNCIAS

- ALTMANN, Helena. **Educação física escolar: relações de gênero em jogo**. 11. Ed. São Paulo: Cortez, 2015.
- BEZERRA, M. G. **Organização didática dos conteúdos da Educação Física para os anos iniciais do Ensino Fundamental**. 2014. 27f. Monografia (Especialização em Educação Física Escolar)- Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, 2014.
- CAROLINO, Henrique Carlos. **A aplicação do esporte escolar, jogos e recreação, a partir do Programa Segundo Tempo, como instrumentos para minimizar e conter atitudes violentas, indisciplina e acidentes durante o recreio dos alunos do Ensino Fundamental das escolas públicas do município de Fortaleza**. 2006. 46 f. Monografia (Especialização) - Curso de Educação Física, Centro de Ensino A Distância, Universidade de Brasília, Fortaleza, 2006.

---

PEREIRA, Sissi Aparecida Martins; MOURÃO, Ludmila. Identificações de gênero: jogando e brincando em universos divididos. **Motriz**, Rio Claro, v. 11, n. 3, p.205-210, set. 2005.

SILVA, Silvio Ricardo da; CAMPOS, Priscila Augusta Ferreira. Futebol e a educação física na escola: possibilidades de uma relação educativa. **Ciência e Cultura**, São Paulo, v. 66, n. 2, p.39-41, jun. 2014.

SOUZA JÚNIOR, Osmar Moreira de; DARIDO, Suraya Cristina. Refletindo sobre a tematização do futebol na Educação Física escolar. **Motriz**, Rio Claro, v. 16, n. 4, p.920-930, out. 2010.

## CONHECIMENTOS DE HIDRATAÇÃO ENTRE HOMENS E MULHERES PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO

MANUELLA DE OLIVEIRA MOTA FERNANDES - Cref/SE: 000998  
Núcleo de Pós-Graduação em Ciências da Saúde – UFS. Aracaju/Sergipe/Brasil  
AYRTON MORAES RAMOS. CREF/SE:1889  
Docente da Universidade Tiradentes –UNIT  
Aracaju/Sergipe/Brasil

PALAVRAS CHAVE: Hidratação, Treinamento de Resistência, Questionário.

**INTRODUÇÃO:** A prática da musculação hoje em dia é algo comum entre os homens e as mulheres, onde ocorre uma perda hídrica considerável, principalmente dependendo do objetivo do praticante. **OBJETIVOS:** Analisar o conhecimento de hidratação entre homens e mulheres praticantes de musculação nas academias de Itabaiana-Sergipe com período mínimo de prática de 3 meses ou superior. **METODOLOGIA:** pesquisa descritiva, na qual a sua amostra foi composta por 30 voluntários praticantes de musculação (período mínimo de 3 meses de treinamento e com uma frequência mínima de 3 vezes semanais) sendo 15 homens e 15 mulheres, com faixa etária entre 18 a 47 anos. A coleta de dados foi realizada no município de Itabaiana-SE através da aplicação de um questionário composto por 18 perguntas objetivas auto-administrativa (padronizado e adaptado de (Ciro José Brito e João Carlos Bouzas Marins). **RESULTADOS:** Observou-se que a 100% dos homens entrevistados e 87% das mulheres tem o costume de hidrata-se durante a atividade física. Contudo, ao analisar a hidratação pré-treino, pôde verificar que as mulheres se hidratam mais que os homens (53,3% e 20%, respectivamente). **CONCLUSÃO:** Conclui-se que os praticantes de musculação na cidade de Itabaiana, apresentaram um nível de conhecimento razoável de hidratação, entretanto os homens possuíram um conhecimento maior da temática em relação as mulheres.

### REFERÊNCIAS

- CARVALHO, T.; MARA, L. S.; Hidratação e Nutrição no Esporte. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. Florianópolis. v.16,n.2, Abr.2010.
- Ferreira, F.G.; Reis, M.A. Hábitos de hidratação de atletas máster de atletismo. *Lecturas, Educación Física Y Deportes*, **Revista Digital**. Buenos Aires. Vol. 13. Num. 120. 2008. p.1.
- Furtado, C.M.; Garcia, J.M.; Gonçalves, J.P.; Viebig, R.F. Avaliação de hábitos e conhecimentos sobre hidratação de praticantes de musculação uma academia da cidade de São Paulo. *Lecturas, Educación Física Y Deportes*, **Revista Digital**. Buenos Aires. Vol. 14. Num. 133. 2009. p. 1.
- Graciano, L. C., Ferreira, F. G., Chiapeta, S. M. S. V., Scolforo, L. B., & Segheto, W. (2014). Nível de conhecimento e prática de hidratação em praticantes de atividade física em academia. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, 8(45).
- Santos, A.; Teixeira, V.H. Exercício e hidratação. **Revista de Medicina Desportiva In Forma**. Vol. 1. Num. 2. 2010. p. 13-15.
- WENDT, D. LOON, L. J.C.V. LICHTENBELT, W. D.V.M. *Thermoregulation during exercise in the heat*. **American Journal of Sports Medicine**. Holanda. V.37,n.8.p.669-682. 2007.

## ANALISE DO PERFIL DE DOENÇAS CRÔNICAS ENCONTRADAS EM IDOSAS PRATICANTES DE ACADEMIA DE ITABAIANA-SE.

MANUELLA DE OLIVEIRA MOTA FERNANDES - Cref/SE: 000998  
Núcleo de Pós-Graduação em Ciências da Saúde – UFS. Aracaju/Sergipe/Brasil  
AYRTON MORAES RAMOS. CREF/SE:1889  
Docente da Universidade Tiradentes –UNIT  
Aracaju/Sergipe/Brasil

PALAVRAS CHAVE: Atividade Física, Idosos, Doenças Crônicas.

**INTRODUÇÃO:** Atualmente, a expectativa de vida mudou, vivesse mais, alterando assim a capacidade/qualidade de vida. Entretanto, esse processo de envelhecimento não está sendo acompanhado de perto por parte dos governantes, no intuito de melhoria dos serviços prestados à esta população. Infelizmente, falta muita coisa para se ter um envelhecimento adequado.

**OBJETIVOS:** Verificar a prevalência das doenças crônicas mais encontradas em idosas praticantes de atividades físicas em academias do município, esse levantamento foi feito através de um questionário com perguntas objetivas e simples. **METODOLOGIA:** trata-se de um estudo descritivo, o qual teve a participação de 42 idosas acima de 60 anos de idade, residentes e praticantes de atividade física (mínimo de 3 meses) no município de Itabaiana/SE. Foi utilizado um questionário padronizado e adaptado (questionário de Pesquisa Nacional De Saúde – PNS 2013, e ABUEL), onde apresentava 20 perguntas abertas e diretas. **RESULTADOS:** Observou-se que a hipertensão arterial foi a condição crônica mais frequente (42,8%), seguida diabetes mellitus (21,4%), obesidade (16,6%), osteoporose (14,2%), alergia e problemas crônicos de coluna (9,5%), reumatismo e colesterol alto (7,1%). **CONCLUSÃO:** Conclui-se que as doenças mais prevalentes nesse grupo é a hipertensão arterial e a diabetes mellitus, o que nos faz pensar na melhoria da saúde pública, não apenas na questão de atendimento à saúde, mas também progresso da qualidade de vida, através de uma melhor alimentação, dos níveis de atividade física, do saneamento básico, ou seja, é necessário a adequação da população com o poder público.

### REFERÊNCIAS

- BENEDETTI, T.R.B., MAZO, G.Z., BARROS, M.V.G. Aplicação do Questionário Internacional de Atividade Físicas para avaliação do nível de atividades físicas de mulheres idosas: validade concorrente e reprodutibilidade teste/ reteste. **Rev Bras Ciên Mov** 2004;12(1):25-33.
- CARDOSO, A.S., LEVANDOSKI, G., MAZO, G.Z; CARDOSO, L.S. Comparação do nível de atividade física em relação ao gênero de idosos participantes de grupos de convivência. **RBCEH**, Passo Fundo, v. 5, n. 1, p. 9-18, jan./jun. 2008.
- MORAES, N.A.S. Velhice: qualidade de vida intrínseca e extrínseca. **Bol. psicol**, São Paulo, v. 57,n. 127, p. 215-238, dez. 2007 .
- FRANCISCO, P.M.S.B. et al. Diabetes auto-referido em idosos: prevalência, fatores associados e práticas de controle. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 1, p. 175-184, Jan. 2010.
- MATSUDO, S. M. et al. Nível de atividade física da população do estado de São Paulo: análise de acordo com o gênero, idade, nível socioeconômico, distribuição geográfica e de conhecimento. **Rev. Bras. Ci. Mov.**, v. 10, n. 4, p. 41-50, 2002.

## O PROCESSO DE INCLUSÃO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR BRASILEIRA

ANTÔNIO PAULO DE SOUZA FILHO\*  
DAMIÃO LUIZ GUIMARÃES DO CARMO\*  
FABIANA OLIVEIRA HELVECIO\*  
JOÃO PAULO TEIXEIRA DA SILVA\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
ap\_nifty@yahoo.com

Palavras-chave: Deficiência. Inclusão. Escola. Educação Física. Capacitação.

**INTRODUÇÃO:** O Brasil ainda deixa a desejar quando o assunto é inclusão social, falta estrutura e profissionais capacitados para trabalhar a favor de pessoas com necessidades especiais, um dos grandes reflexos disso são as escolas brasileiras e na educação física a exclusão destes indivíduos fica mais visível. **OBJETIVOS:** Com a finalidade de entender como o processo de inclusão vem sendo realizado no país o acompanhamento do ensino regular brasileiro especificamente na educação física é de suma importância. **METODOLOGIA:** Através do sistema qualitativo, ou seja, interpretando informações sem generalizar os fatos, procurando sempre os setores responsáveis por coordenar e dirigir as instituições que aceitaram a inserção de estudantes especiais, o modo de inserção deve ser feito de forma cuidadosa e bem dialogada com todos ao redor para ambientarem-se com o diferente. De acordo com Oliveira e Stotz (2004) isso significa uma vivência diária, próxima, afetiva e comprometida. Bogdan e Biklen (1994) afirmam que existem dois tipos de materiais a serem trabalhados em campo o descritivo que capta a imagem por palavras do local, pessoas e conversas observadas o outro seria o reflexivo que apreende mais o ponto de vista do observador, suas ideias e preocupações. **RESULTADOS:** Os resultados chegaram como discussões, foi percebido o grande despreparo dos docentes para incluírem os alunos especiais nas atividades físicas, esportivas e de lazer, eles sentem-se inseguros quanto a integridade do aluno já que as escolas não oferecem nenhuma estrutura, materiais ou projetos destinados a estes. **CONCLUSÃO:** Furini (2006) cita Mittler ao escrever: que a principal barreira à inclusão se encontra na percepção dos professores de que as crianças especiais são diferentes e requer uma conhecimento, treinamento e escolas especiais precisa-se de oportunidades para refletir e discutir sobre mudanças que mexem com valores e suas convicções.

### REFERÊNCIAS:

- BOGDAN, R. C.; BIKLEN, S. K. **Investigação qualitativa em educação**. Porto: Porto Editora, 1994.
- COSTA, V. B. A Prática Social da Convivência Escolar Entre Estudantes Deficientes Visuais e seus Docentes: o estreito caminho em direção à inclusão. 2009. **Dissertação (Mestrado em Educação)** – Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2009.
- COSTA, V.B. Inclusão escolar na educação física: Reflexões acerca da formação docente. Programa de Pós-Graduação em Educação Especial da UFSCar, São Carlos, SP, Brasil. **Revista Motriz, Rio Claro**, v.16 n.4 p.889-899, out./dez. 2010
- FURINI, A. B. **Processo de inclusão:** a criança com necessidade educativa especial e os envolvidos. 2006. **Dissertação (Mestrado em Educação)** - Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2006.
- OLIVEIRA; M. W.; STOTZ, E. N. Perspectivas de diálogo no encontro entre organizações não governamentais e instituição acadêmica: o convívio metodológico. In: **Anais da 27ª Reunião da ANPED "Sociedade, Democracia e Educação: qual Universidade?"** Caxambu, 2004.

## INCLUSÃO EDUCACIONAL

VALDICLEIDE TEIXEIRA SANTOS\*  
BRUNO APARECIDO MOLINA\*  
JOSÉ HUMBERTO SANTOS JÚNIOR\*  
NAYARA NATHALIE ALVES SANTOS \*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
Valdicleideteixeira\_santos@yahoo.com.br

Palavras-chave: Inclusão Educacional. Exercício Físico. Educação física.

**INTRODUÇÃO:** A inclusão escolar da pessoa com necessidades educacionais especiais é um tema de grande relevância e vem ganhando espaço cada vez maior em debates e discussões que explicitam a necessidade de a escola atender as diferenças intrínsecas e extrínsecas a condição humana. (SILVEIRA. NEVES, 2006). A palavra inclusão ecoa por todos os lados, porém os indivíduos com necessidades especiais não a ouvem tão claramente. (DEMORO, 2014).

**OBJETIVOS:** Enfatizar a inclusão educacional desses deficientes tanto no âmbito escolar como na prática desportiva, restringindo os mesmos a exclusão da sociedade. **METODOLOGIA:** Foram feitos comparativos com diversos artigos, esses voltados a escola e ao esporte para conseguir a diferenciação e evolução dos deficientes. A construção de indicadores de rendimento para analisar o comportamento das equipes o longo das práticas é de fundamental importância para uma melhor compreensão do jogo. (HAIACHI, 2014). **DESENVOLVIMENTO:** Proporcionar as crianças, jovens e adultos com algum tipo de deficiência a escolherem o esporte como uma grande importância para o seu bem-estar. O indivíduo portador de deficiência é encorajado a engajar-se no esporte por causa das necessidades terapêuticas e consequências sociais positivas. (BRAZUNA. DECASTRO, 2001). Seus depoimentos responsabilizaram o esporte como fator primordial para a realização de parte de seus ideais, sugerindo esta prática em todas as instituições de ensino especial. (PEREIRA, 2013). Contrapondo-se a realidade que apresenta dentro das escolas para facilitar o acesso e aprendizagem aos deficientes não favorecem as suas necessidades, dificultando desta forma suas próprias escolhas. A infraestrutura de uma escola é um fator importante para a promoção da acessibilidade, pois é necessária a existência de espaços físicos planejados, organizados e bem estruturados, tornando um espaço acessível. (ALMEIDA. SILVA, 2015). **CONCLUSÃO:** As aulas de educação física são fatores determinantes para a inclusão escolar, sendo nela as experiências de inserção e integração com outras pessoas e o professor de educação física deve estar preparado e capacitado a incluir em suas aulas teóricas e principalmente práticas ao aluno que tenha qualquer tipo de deficiência. Sendo que, a família tem de fundamental importância contribuir com o desenvolvimento daquele individuo não o desgeneralizando, tornando o próprio vencedor.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, E. M. F; SILVA. L. C. M. **Acessibilidade Urbana na escola estadual Joaquim Berto-Iporá Goiás: Uma reflexão sobre a inclusão do aluno com deficiência física.** CONSEMP – Congresso de Educação. ed. 5, p.457-467, 2015.
- BRAZUNA, M. R. DECASTRO, E. M. **A trajetória do atleta portador de deficiência no esporte adaptado de rendimento. Uma revisão de literatura.** Motriz. v.7, n.2, p.115-123, jul./ dez. 2001.
- DEMORO, A. S. et al. **Atletismo: Um Sentido de Visão de Esporte.** rev. História do Esporte. v.7, n.1, p.1-13, jan./jun. 2014.
- HAIACHI, M. et al. **Indicadores do Desempenho no Voleibol Sentado.** rev. Educ. Fís./ UEM. V.25, n.3, p.335-343, 2014.

---

PEREIRA, R. et al. **A importância do desporto de alto rendimento na inclusão social dos cegos: Um estudo centrado no Instituto Benjamin Constant – Brasil.** Motricidade. v.9, n.2, p.94-105, 2013.

SILVEIRA, F.F. NEVES, M. M. B. J. **Inclusão Escolar de Crianças com Deficiência Múltipla: Concepção de Pais e Professores.** Psic.: teoria e pesquisa. v.22, n.1, p.79-88, jan./abr. 2006.

## OS EFEITOS DO EXERCÍCIO RESISTIDO PARA PORTADORES DE SÍNDROME DE DOWN.

LÁZARO EMANUEL CASTRO SILVA\*  
RICARDO HENRIQUE MENEZES\*  
JEOVANE MARCELO MESQUITA DE MENEZES\*  
DANIELE STEPHANE DE LIMA ANDRADE\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
lazaroeecs@hotmail.com

Palavras-chave: Síndrome de Down. Exercício. Saúde. Composição Corporal

**INTRODUÇÃO:** Segundo Felipe et al. (2015) quando se considera a prescrição de exercício para indivíduos com Síndrome de Down (SD), devemos contemplar algumas valências físicas relacionadas à saúde, como componente cardiorrespiratório, força muscular, composição corporal, flexibilidade, agilidade, equilíbrio e potência. Essa abordagem assegura a manutenção da saúde de uma forma geral. Já para Chaves, Campos e Navarro (2008) o exercício físico para portadores de SD é extremamente importante na redução do peso corporal, pois ele proporciona uma diminuição da gordura corporal. Portanto as crianças com SD devem ser estimuladas a praticar exercícios físicos para favorecer o desenvolvimento da massa magra e auxiliar no gasto calórico.

**OBJETIVO:** Observar a influência do exercício resistido, na saúde e no bem-estar de indivíduos portadores de SD. **METODOLOGIA:** A pesquisa foi realizada no Google Acadêmico, Scielo, Pubmed e Periódicos Capes, com o objetivo de encontrar artigos científicos, publicados em revistas da área, que trouxessem esclarecimentos sobre a prática de exercício resistido por indivíduos portadores de SD, e seus efeitos para essa população. Depois de analisar 15 artigos, cinco foram selecionados para a realização desse estudo. **RESULTADOS:** Embora o exercício resistido venha ganhando muita força nos últimos anos e comprovando sua eficácia em vários sentidos, quando se fala em indivíduos portadores de SD, ainda vemos um pouco de receio ao se trabalhar com essa população, mas com relação ao treinamento resistido, em um estudo realizado por Felipe et al. (2015) eles sustentam que o treinamento de força promove sim, efeitos positivos nas variáveis força muscular, resistência muscular, na marcha e na composição corporal de pacientes com SD, corroborando com Modesto e Greguol (2014) que afirmam existir uma influência benéfica do treinamento resistido, sobre as variáveis força, composição corporal e equilíbrio para essa população, além do mais, afirmam também que existe grande aceitação por parte desta população com relação aos programas de treinamento resistido. Seron et al. (2015) ao realizarem um estudo sobre os efeitos dos treinamentos aeróbico e resistido na pressão arterial de jovens portadores de SD, sustentam que doze semanas de treinamento, seja ele aeróbio, seja resistido, provoca redução significativa na pressão arterial sistólica, na pressão arterial diastólica e na pressão arterial média de jovens com SD, dessa maneira, sugerem a implantação de programas de treinamento e a prática de exercícios físicos, tanto aeróbio quanto resistido, para jovens com SD, como forma de prevenção de riscos cardiovasculares. Neto, Pontes e Filho (2010) a partir de uma análise do impacto do treinamento resistido na composição corporal em indivíduos portadores de SD, sustentam que este tipo de treinamento foi capaz de promover um aumento significativo na massa magra, e uma diminuição da massa corporal e do percentual de gordura para estes indivíduos. **CONCLUSÃO:** Portanto, fica evidente a eficiência do exercício resistido, orientado por um profissional qualificado, em vários aspectos para portadores de SD, causando uma melhora significativa na saúde desses indivíduos, e conseqüentemente na sua qualidade de vida.



---

## REFERÊNCIAS

- CHAVES, Aclesia Lima; CAMPOS, Cíntia Kátia; NAVARRO, Antonio Coppi. Relação da síndrome de down com a obesidade. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 2, n. 11, 2012.
- FELIPE, T.R.; HOLANDA, C.A.E.; VALDIVINO, D.Y.A.S.; SILVA, F.V.; KNACKFUSS, M.I.; SALGUEIRO, C.C.M.; SILVA, W.R.C.; PINTO, E.F.; Treinamento de força muscular: Aplicação para pacientes com Síndrome de Down/Muscular strength training: application for patients with Down Syndrome. **CATUSSABA-ISSN 2237-3608**, v. 4, n. 2, p. 11-18, 2015.
- FLORENTINO NETO, José; PONTES, Luciano Meireles de; FERNANDES FILHO, José. Alterações na composição corporal decorrentes de um treinamento de musculação em portadores de síndrome de down. **Rev. bras. med. esporte**, v. 16, n. 1, p. 09-12, 2010.
- MODESTO, Everaldo; GREGUOL, Márcia. Influência do treinamento resistido em pessoas com Síndrome de Down—uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 19, n. 2, p. 153, 2014.
- SERON, B.B.; GOESSLER, K.F.; MODESTO, E.L.; ALMEIDA, E.W.; GREGUOL, M.; Pressão Arterial e Adaptações Hemodinâmicas após Programa de Treinamento em Jovens com Síndrome de Down. **Arq Bras Cardiol**, v. 104, n. 6, p. 487-492, 2015.

## OBESIDADE INFANTIL

FELIPPE GUSTAVO RAMOS DOS SANTOS\*

DAVID ADRIANO DOS SANTOS\*

GUSTAVO AUGSTTO SANTOS\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

#Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil

e-mail: felippe.grs@gmail.com

Palavras-chave: Prevenção e controle. Obesidade. Criança.

**INTRODUÇÃO:** A obesidade infantil é uma condição em que o excesso de gordura corporal afeta negativamente a saúde ou bem-estar de uma criança. Relacionada a uma série de fatores como hábitos alimentares e atividade física, além de fatores biológicos, comportamentais e psicológicos.

**OBJETIVOS:** Analisar os fatores que influenciam o ganho de peso excessivo de crianças e propostas de prevenção e controle da obesidade infantil. **METODOLOGIA:** Pesquisa de revisão literária, foi utilizado o Desc para definir as palavras-chave referente ao tema, no Google acadêmico, utilizando as palavras-chave: “prevenção e controle”, “obesidade”, “criança”.

Encontrando aproximadamente 2.040 resultados, e foram utilizados cinco artigos. **RESULTADOS:** Segundo Taddei (1998) e Tojo (1999) *apud* Soares e Petroski (2003) os jogos eletrônicos, o hábito de assistir televisão muitas horas seguidas, o abandono do aleitamento materno, a utilização de alimentos domésticos pelos industrializados, são fatores que devem ser considerados determinantes do aumento da obesidade infantil. Já Gomes (2002) *apud* Reis (2011) aborda que mães com melhores níveis de instrução incorporam conhecimentos adequados sobre nutrição que são transmitidos por seus médicos ou pela mídia, passando a alimentar melhor seus filhos, o que resulta em menor frequência de obesidade. Segundo Sargent *apud* Farias (2002), é necessárias opções para mudança de hábitos de vida, levando a alterações de comportamento por meio da combinação de aconselhamento, educação, com recursos audiovisuais, apoio e motivação. Pazin (2006) e Anjos (2006), relatam que a inatividade sem dúvida é uma das grandes causas do aumento do peso corporal, isto devido à ingestão ser maior do que o gasto calórico. **CONCLUSÃO:** A prevenção da obesidade infantil requer muita disciplina e força de vontade para mudar hábitos de vida, aumentar atividade física e se alimentar adequadamente, portanto a prevenção deve iniciar já na gestação e na infância deve ser incentivada a introdução e manutenção de verduras.

## REFERÊNCIAS:

ANJOS, Luiz Antonio. Obesidade e saúde pública, **Livro**, editora FIOCRUZ, 2006.

FARIAS, Joni Marcio. Orientação para prevenção e controle da obesidade juvenil: um estudo de caso, **Dissertação de mestrado, Universidade Federal de Santa Catarina, UFSC**, Florianópolis, 2005.

PAZIN, Joris. Crianças obesas têm atraso no desenvolvimento motor, **Revista digital**, v. 11, n. 101, Buenos Aires, 2006.

REIS, Caio Eduardo G. Políticas públicas de nutrição para o controle da obesidade infantil, **Rev. Paul Pediatr**, 29(4):625-33; 2011.

SOARES Ludmila Dalben; PETROSKI, Edio Luiz e. Prevalência, fatores etiológicos e tratamento da obesidade infantil, **Rev. Bras. de Cineantropometria & Desempenho Humano.**, v. 5 n. 1, p.63-74, 2003.

## RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UMA ESCOLA DA REDE ESTADUAL DE ARACAJU

ANDRÊSSA NASCIMENTO DE OLIVEIRA<sup>1</sup>

JAMISSON NUNES GUIMARÃES<sup>1</sup>

LAYANNE DE OLIVEIRA BARROS (CREF:001184-G/SE)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

andressaoliveira.vol@outlook.com

Palavras-Chave: Educação Física, Escola, Prática Profissional.

**INTRODUÇÃO:** Fundamentado no Projeto Político Pedagógico do curso, o Estágio Supervisionado curricular é obrigatório para a formação do profissional, segundo Lopes (2010), o estágio possibilita ao aluno a vivência real de trabalho, proporcionando uma capacidade de construir relação entre teoria e prática que são fundamentais para o desenvolvimento de habilidades necessárias a diversas situações do cotidiano. **OBJETIVO:** Relatar as atividades vivenciadas e desenvolvidas em uma escola da rede estadual de Aracaju, visando uma integração entre a teoria e a prática, durante o período de Estágio Supervisionado do Ensino III, bem como, obter uma melhor compreensão através das observações e regências realizadas acerca da sua realidade prática profissional. **METODOLOGIA:** Foi adotado como procedimento metodológico, estudos dirigidos na importância do Estágio Supervisionado, em seguida foi realizada a escolha do local de campo de estágio, caracterizando o estudo como uma pesquisa de campo. Para alcançar os objetivos do estudo foi aplicado um questionário, a fim de coletar dados estruturais (infraestrutura, acessibilidade), bem como foram utilizados relatos de experiência a partir das observações e regências ocorridas durante as aulas de educação física nas turmas da 1ª e 2ª série do ensino médio. **RESULTADOS:** A escola dispõe-se de 12 salas de aula que comporta aproximadamente 40 alunos. Verificou-se aspectos relevantes em relação à estrutura e acessibilidade. Foram registrados alguns pontos negativos como a falta de portas com tamanho padronizado para cadeirantes e piso para deficiente visual, sinalização em braile, sinalização para alunos surdos, sinalização e campanha para alunos surdos e corrimões. No entanto, teve destaques positivos como banheiros e bebedouros adaptados, piso adequado para deficientes físicos, iluminação adequada para visualização dos sinais (libras) e intérprete de libras, bem como professores usuários destes, a facilitar a interação e acessibilidade entre os alunos, sejam eles portadores de deficiência ou não. A escola disponibiliza de uma boa quadra poliesportiva, no entanto possui algumas limitações no quesito quantidade e qualidade de materiais disponíveis para a prática da educação física. Durante o processo de observação verificou-se que os professores possuem qualificação na área, bem como se mostram comprometidos com a disciplina e ensino-aprendizagem para os discentes. As regências ocorreram em aulas teóricas e práticas, sendo que as aulas foram planejadas semanalmente por meio de planos de aula, no qual o assunto era pré-estabelecido pela professora colaboradora, visto que esta entregava o planejamento. A maior dificuldade encontrada durante este processo de regência foi com relação ao comportamento dos alunos, muitos eram desatentos, desinteressados, não gostavam de participar das aulas práticas. **CONCLUSÃO:** O Estágio Supervisionado permite ao acadêmico ter autonomia em determinadas atividades voltadas para o ensino. Dessa forma, conclui-se que o estágio supervisionado de ensino propõe ao aluno enquanto acadêmico do curso, o conhecimento dos vários aspectos que envolvem a futura profissão acerca da sua realidade e que a partir das observações e regências realizadas na escola estadual da rede pública, tem-se a oportunidade de colocar a teoria redigida em sala de aula, colocada em prática, a proporcionar o aumento do conhecimento da área.

---

## REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. **Lei n.º 9.394/96**, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional.
- BUENO, J. G. S. **Função social da escola**. Educar, Curitiba, n. 17, p. 101-110. 2001. Editora da UFPR.
- LIBÂNEO, J. C.; OLIVEIRA J. F.; TOSCHI M. S.; **Educação escolar: políticas estrutura e organização**. 2ª ed. São Paulo: Cortez, 2005. (Coleção Docência em Formação).
- LIBÂNEO, José Carlos. **Educação Escolar: políticas, estrutura e organização**. São Paulo Cortez, 2009.
- LOPES, C. A. A visão dos egressos em Educação Física acerca do estágio supervisionado. **Anais do XIX simpósio da UFG**, Jataí, 2010. Disponível em: [http://anaisdosimposio.fe.ufg.br/uploads/248/original\\_Chaysther-de-Andrade-Lopes.pdf](http://anaisdosimposio.fe.ufg.br/uploads/248/original_Chaysther-de-Andrade-Lopes.pdf). Acessado em 14 de março de 2016.
- VEIGA, Lima P.A. **Projeto Político – Pedagógico da escola: Uma construção possível**. 24ª ed. Papyrus Editora. 2002.

## EFEITOS DO ALONGAMENTO ESTÁTICO SOBRE A PERFORMANCE DA POTÊNCIA ANAERÓBIA EM FUTEBOLISTAS RECREACIONAIS

EDSON GOMES LOPES  
EMERSON MARQUES DOS SANTOS  
MARCOS BEZERRA DE ALMEIDA (CREF 605-G/SE)  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE  
[edgomesufs@yahoo.com.br](mailto:edgomesufs@yahoo.com.br)

**Palavras-chave:** rendimento esportivo; alongamento; anaeróbico.

**INTRODUÇÃO:** os exercícios de alongamento vem sendo utilizados antes e/ou depois da prática de atividade física e esportes em geral, com intuito de melhorar a flexibilidade, como forma de aquecimento e até para prevenção de lesões (BEHM et al., 2016; BARBOSA-NETTO, 2015). Algumas formas de alongamento, mormente o estático, têm sido atribuídas à limitação no desempenho da força e da potência musculares (KAY e BLAZEVIK, 2012). No entanto, seu uso tem apresentado controvérsias quanto ao impacto sobre a performance em corridas de velocidade (ALEMDAROGLU et al., 2016; OLIVEIRA e RAMA, 2016). No futebol, a dinâmica do jogo exige uma ampla variedade de deslocamentos contemplando acelerações e desacelerações intermitentes (WEHBE et al., 2014). Desta forma, considerando que não é incomum que futebolistas recreacionais alonguem antes de iniciar sua atividade, parece oportuno investigar em que medida o desempenho em corridas de alta intensidade e curta duração pode ser afetado pelo alongamento prévio. **OBJETIVO:** analisar o efeito uma série de alongamento estático geral sobre o desempenho de um teste de potência anaeróbia em corridas de vai-vem em futebolistas recreacionais. **METODOLOGIA:** a amostra foi composta por 28 futebolistas recreacionais ( $23,4 \pm 5,6$  anos,  $172 \pm 5$  cm,  $72,3 \pm 14,6$  kg), assintomáticos, com no mínimo de 6 meses de prática esportiva recreativa. Em duas visitas separadas por um intervalo de 5 a 7 dias, os indivíduos foram solicitados a realizar um teste de corrida de vai-vem (*Line Drill Test*, figura 1) utilizado para a medida da potência anaeróbia (D'ACELINO-e-PORTO, 2015).

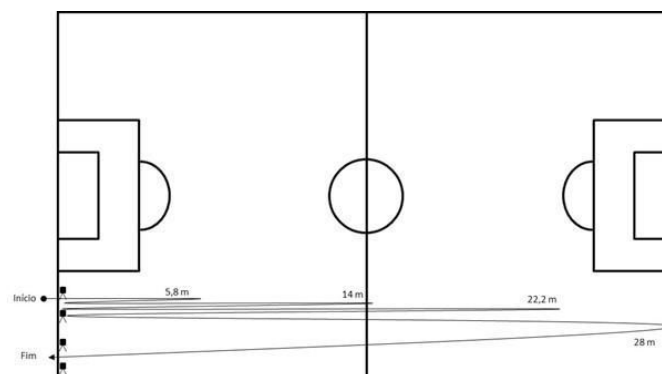


Figura 1. Design do Line Drill Test

Em uma das visitas, definida por sorteio, o teste foi precedido de uma série de exercícios de alongamento estático geral em duas séries de 20 s, envolvendo os grandes grupos musculares de tronco e membros. A normalidade da distribuição dos dados foi atestada pelo teste de D'Agostino & Pearson ( $p > 0,05$ ). Em seguida, foram comparados os desempenhos em ambas as condições de execução do teste (controle x alongamento) pelo teste-t emparelhado de Student e a correlação intraclasse de Pearson ( $r_i$ ). Por fim, foi calculado o tamanho do efeito (effect size  $R^2$ ), sendo aceito um nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** a condição com alongamento mostrou redução

estatística da performance (maior tempo de execução) em relação ao controle ( $p < 0,001$ ; figura 2). O tempo médio para execução dos testes foi de  $33,92 \pm 1,81$  s e  $34,63 \pm 2,00$  s, para controle e alongamento, respectivamente. O coeficiente intraclassa foi  $r_i = 0,93$  ( $p < 0,001$ ). O tamanho do efeito foi moderado ( $R^2 = 0,50$ ).

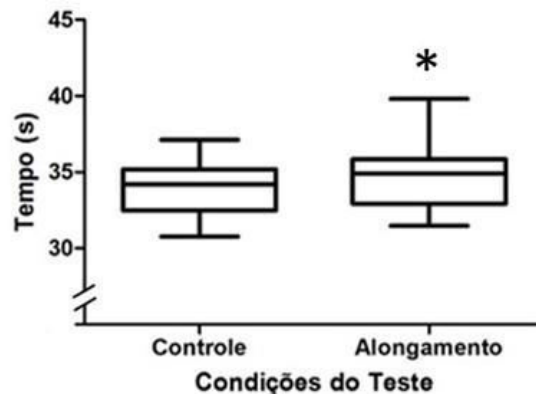


Figura 2. Tempo para a execução do Line Drill Test nas condições controle e com alongamento prévio. \*significa  $p < 0,001$ .

**CONCLUSÃO:** os resultados apresentados no presente estudo sustentam a premissa de que o exercício de alongamento reduz o desempenho de um teste de potência anaeróbia realizado em corridas de vai-vem em futebolistas recreacionais.

## REFERÊNCIAS

- ALEMDAROGLU, U.; KÖKLÜ, Y.; KOZ, M. The acute effect of different stretching methods on sprint performance in taekwondo practitioners. *J Sports Med Phys Fitness*. 2016 Jul 21. [Epub ahead of print]
- BARBOSA-NETTO, S. análise e interação de duas variáveis do treinamento físico na prática cotidiana: alongamento e força. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Sergipe. 2015, 137 pag.
- BEHM, D.G.; BLAZEVIK, A.J.; KAY, A.D.; MCHUGH, M. Acute effects of muscle stretching on physical performance, range of motion, and injury incidence in healthy active individuals: a systematic review. *Appl Physiol Nutr Metab*, v.41, n.1, p.1-11, 2016. doi: 10.1139/apnm-2015-0235.
- D'ACELINO-e-PORTO, O.S. Medida da capacidade anaeróbica em atletas dos esportes coletivos de invasão: MAOD e *Line Drill Test*. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Sergipe. 2015, 117 pag.
- KAY, A.D.; BLAZEVIK, A.J. Effect of acute static stretch on maximal muscle performance: a systematic review. *Med Sci Sports Exerc*, v. 44, n. 1, p.154-64, 2012. doi: 10.1249/MSS.0b013e318225cb27.
- OLIVEIRA, F.C.; RAMA, L.M. Static stretching does not reduce variability, jump and speed performance. *Int J Sports Phys Ther*, v.11, n.2, p.237-46, 2016.
- WEHBE, G.M.; HARTWIG, T.B.; DUNCAN, C.S. Movement analysis of Australian national league soccer players using global positioning system technology. *J Strength Cond Res*, v. 28, n. 3, p. 834-42, 2014. doi: 10.1519/JSC.0b013e3182a35dd1.

## APRENDIZAGEM E DESENVOLVIMENTO DE CRIANÇAS PORTADORAS DE SÍNDROME DE DOWN

MARIA ISABEL OLIVEIRA BOMFIM\*  
LUANNA NELLY ALVES LEITE\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.\*  
bebeelbomfim@gmail.com

PALAVRAS-CHAVE: Síndrome de Down, desenvolvimento, aprendizagem.

**INTRODUÇÃO:** As crianças que possuem a presença de 3 cromossomos 21 em todas ou na maior parte da célula são identificadas como portadoras do Síndrome de Down. Ela provoca dificuldade clínica que pode intervir no avanço geral do indivíduo portador, onde alterações relacionadas com a visão e a audição, são vistas como alvo principal, entre elas, o autor cita, as cardíacas, hipotonia, sensoriais e respiratórias. **OBJETIVOS:** Através dos estudos, se tem o objetivo de apresentar o desenvolvimento, e o processo de aprendizagem relacionando com as crianças que possuem essa alteração genética. **METODOLOGIA:** Dentre vários fatores que influenciam o desenvolvimento do ser humano, segundo a autora, existe uma grande importância de exercícios físicos, e do acompanhamento educacional, no desenvolvimento global do cidadão, que possui um papel essencial no aspecto biopsicossocial, onde engloba o aspecto biológico, psicológico e social da pessoa. **RESULTADOS:** Identificação na criança, os rendimentos, as atitudes, a motivação, o interesse, as relações pessoais, a forma de assumir tarefas e enfrentar situações. A partir dos resultados desta observação são planejadas as adaptações direcionadas ao apoio pedagógico favorecendo as aquisições através de intervenções planejadas e organizadas com um objetivo primordial que deve ser visto como a organização dos elementos pessoais, materiais que possibilitam novas aprendizagens. **CONCLUSÃO:** Com o que foi visto, conclui-se que são encontrados avanços com crianças portadoras, pois, a educação é determinante no processo de estimulação inicial, onde o professor também influencia essa vivência, podendo trabalhar com suas crianças sempre desenvolvendo e estimulando nestas capacidades, a prática de atividades diárias, a participar também de atividade familiar, desenvolver seu direito de cidadania, todos os avanços ao decorrer do tempo, de um modo geral, avaliando, em busca de uma melhoria. Por esse motivo, os profissionais devem realizar trabalhos com as crianças que objetivem desenvolver a aprendizagem e o progresso delas, assim como obter um maior rendimento e desenvolvimento educacional dos portadores da síndrome.

### REFERÊNCIAS:

- BISSOTO, Maria Luísa. Desenvolvimento Cognitivo e o processo de Aprendizagem do portador de Síndrome de Down: revendo concepções e perspectivas educacionais, Centro Universitário de Araras Dr. Edmundo Ulson, SP, Brasil, Volume 4, Pg. 80-88,2005.
- GLATR, Kadlec. **A entregação de crianças e suas deficiências métodos e técnicas de ação psicopedagógica.** Rio de Janeiro. Agir,1995.
- MUSCTACCHIZ; ROZONTG. Síndrome de Down aspectos clínicos e odontológico. SP: CID,1950.
- SCHWARTZANG, J.S. **Síndrome de Down.** São Paulo Mackenzie, 1999
- SILVA, Diorges Ricardo da, FERREIRA, Juliana Saraiva. Intervenções na Educação Física em crianças com Síndrome de Down, **Revista de Educação Física/UEM, Maringa**, V.12,n.1.p.69-76, 1sem,2001

## BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA NA TERCEIRA IDADE

LUÍS EDUARDO VIEIRA SOARES  
RAÍ SILVESTRE FERREIRA DOS SANTOS  
RONALDO DE SOUSA SANTOS  
FLÁVIO ROCHA DE OLIVEIRA MELLO  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE) \*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
levsoares@gmail.com

Palavras-chave: Treinamento. Idoso. Força Muscular.

**INTRODUÇÃO:** Atualmente é praticamente um consenso entre os profissionais da área da saúde que a atividade física é um fator determinante no sucesso do processo do envelhecimento (MATSUDO, 2001). É notório que vivemos em conflito, entre incentivar a cultura corporal, enquanto os avanços tecnológicos influenciam diretamente na redução das atividades motoras, seja no âmbito do trabalho, da moradia ou do lazer (JACOB FILHO, 2006). **OBJETIVOS:** Analisar como diferentes intervenções de atividades físicas e a quebra do sedentarismo, contribuem para o envelhecimento saudável e autonomia funcional do idoso. **METODOLOGIA:** Verificando no Descritores em Ciência da Saúde (DeCS) as palavras-chave treinamento, idoso e força muscular, após inseri-las na pesquisa no Google Acadêmico foram encontrados aproximadamente 3.810 resultados em 0,05 segundos, dos quais 5 deles foram selecionados para o trabalho. **RESULTADOS:** Com a evolução do conhecimento sobre o envelhecimento, tornou-se mais evidente que o determinante maior do estado de saúde não é um órgão ou sistema isoladamente, mas o estado funcionalidade global (JACOB FILHO, 2006). Um dos aspectos que devem ser considerados na relação atividade física, doença e saúde para a terceira idade, é a escolha do tipo de atividade física a ser prescrito, um só indivíduo pode apresentar diversas limitações. Por exemplo, no estudo de VALE (2006) um grupo de idosas durante determinado período passando por sessões de treinamento de resistido de força máxima, foi notório ao final dos testes um ganho expressivo nos níveis de flexibilidade e de força, além de expressar, por meio de um protocolo de avaliação, a melhoria das atividades comuns das mesmas. Em KURA (2004) durante testes de com idosas praticantes de ginástica ou hidroginásticas, foram constatados ganhos na força de pressão manual e na manutenção do IMC para esta faixa etária, porém não foram constatadas mudanças significativas na força de membros inferiores, o que ressalta o que foi dito pouco acima sobre a atividade física não pode ser passada de qualquer forma, tem que galgar objetivos para/e saber prescrevê-las. TARTARUGA (2005) explica que o treinamento de força pode estimular o aumento da densidade óssea e reverter o processo da sarcopenia. O treinamento de força dentre outros benefícios, provoca a hipertrofia muscular, apesar que na terceira idade apresenta mudanças modestas em relação ao comparativo dos ganhos de força, (10% a 20%), de qualquer forma os ganhos beneficiam e muito na manutenção da estrutura corporal do idoso, contribuindo para melhorar e muito o desempenho das atividades diárias e a capacidade aeróbica. **CONCLUSÃO:** Ao se tratar do envelhecimento e sua relação com a saúde, a aptidão física e a qualidade de vida é sem dúvida o conceito da capacidade funcional (MATSUDO,2001). Durante toda a revisão ficou claro que é de certa forma necessário que o idoso, diante de deteriorações impostas pela perda da capacidade de manutenção fisiológica. Fica evidente também que o sedentarismo pode ser, isoladamente, responsável por grave estado de limitação da saúde do idoso, o tratamento baseado na prática de atividade física, tem a capacidade de restituir a estes pacientes o seu estado funcional (JACOB FILHO, 2006).



---

**REFERÊNCIAS:**

KURA, Gustavo Graeff. Nível de atividade física, IMC e índice de força muscular estática entre idosas praticantes de hidroginástica e ginástica. RBCEH – Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano, Passo Fundo, v.1, n.2, p. 30-40, jul/dez, 2004.

JACOB FILHO, Wilson. Atividade física e envelhecimento saudável. Rev. Bras. Educ. Fís. Esp; São Paulo, v.20, suplemento n.5, p. 73-77, set, 2006.

VALE, Rodrigo Gomes de Souza. Efeitos do treinamento resistido na força máxima, na flexibilidade e na autonomia funcional das mulheres idosas. Rev. Bras. Cineantropom. Desempenho Hum; Santa Carina, p. 52-58, 2006.

TARTARUGA, Marcus Peikriszwili. Treinamento de Força para idosos: uma perspectiva de trabalho multidisciplinar. Revista Digital Efdeportes, Buenos Aires, n. 82, marzo, 2005.

MATSUDO, Sandra Mahecha. Atividade física e envelhecimento: aspectos epidemiológicos. Rev. Bras. Med. Esporte, São Caetano do Sul, v. 7, n.1, jan/fev, 2001.

## INFLUÊNCIA DA CONDIÇÃO AERÓBICA SOBRE A REATIVAÇÃO VAGAL DE ATLETAS APÓS UM ESTÍMULO ANAERÓBICO

THAYSA PASSOS NERY CHAGAS (CREF 2464-G/SE)  
MARCOS BEZERRA DE ALMEIDA (CREF 605-G/SE)  
BRENNO SANTOS SILVA  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE  
[thaysanery@academico.ufs.com.br](mailto:thaysanery@academico.ufs.com.br)

**Palavras-chave:** atletas; frequência cardíaca; parassimpático; exercício aeróbico; anaeróbico.

**INTRODUÇÃO:** O exercício físico é um fator de estresse sobre o sistema nervoso autônomo (SNA) que por sua vez gera alterações no controle da frequência cardíaca (FC), tanto de forma crônica como aguda (ALMEIDA, 2007). A análise da variabilidade da frequência cardíaca (VFC) pós-exercício (NAKAMURA et al., 2009) e da frequência cardíaca de recuperação (BUCHHEIT e GINDRE, 2006; RANADIVE et al., 2011) têm sido frequentemente utilizadas como marcadores da atividade parassimpática pós exercício. Já é sabido que indivíduos ativos possuem menor risco de morte súbita durante ou após o exercício, por manterem uma atividade vagal aumentada e assim, maior estabilidade elétrica do coração (OLIVEIRA E LEITÃO, 2005). Contudo, a relação entre a resistência aeróbia e a reativação vagal pós exercício ainda se mostra conflitante. **OBJETIVO:** Avaliar a influência da condição aeróbica sobre a reativação vagal cardíaca de atletas após um estímulo anaeróbico. **METODOLOGIA:** Participaram do estudo 16 atletas universitários de vôlei e de basquetebol, do sexo masculino ( $20,6 \pm 2,5$  anos,  $73,4 \pm 8,2$  kg,  $184 \pm 1$  cm), selecionados de forma intencional e por conveniência. Os testes foram realizados em dois dias não consecutivos. No primeiro dia foi realizado o teste de vai-vem de Léger e Lambert (1982), para a determinação do  $VO_2$  máximo. No segundo dia, foi determinado o índice vagal cardíaco (IVC) através do teste de exercício de 4 segundos (T4s) (ARAÚJO et al., 1992; ALMEIDA et al., 2005; PIMENTEL et al., 2010), logo após foi realizada uma sequência contínua de sete tiros consecutivos de velocidade em uma distância de 28 m. Para avaliar a reativação vagal, o T4s foi repetido em outros dois momentos separados por um intervalo de 5 min (IVC1 e IVC2), sendo que primeiro teste ocorreu 5 min após a corrida. Utilizamos ANOVA para amostras repetidas para identificar a diferença entre as três medidas do IVC: repouso ( $IVC_{Rep}$ ) e recuperação ( $IVC_{Recup1}$  e  $IVC_{Recup2}$ ) pós-estímulo. O grupo foi dividido pelo percentil 50, de acordo com os valores de  $VO_2$  máximo para melhor comparação entre o IVC e a condição aeróbica. Para verificar a diferença de  $VO_2$  máximo entre os grupos utilizou-se o teste *t* de Student, adotando-se um nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** Houve diferença significativa entre o  $IVC_{Rep}$  ( $1,44 \pm 0,19$ ) em relação aos dois momentos de recuperação ( $IVC_{Recup1}$   $1,14 \pm 0,05$  e  $IVC_{Recup2}$   $1,18 \pm 0,14$  com  $p < 0,05$ ). Contudo, quando dividimos o grupo em função da mediana do  $VO_2$  máximo, a atividade vagal cardíaca não denotou diferença significativa nem no repouso ( $<P50$   $IVC_{Rep} = 1,43 \pm 0,20$  e  $>P50$   $IVC_{Rep} = 1,44 \pm 0,19$ ), nem na recuperação entre os grupos ( $<P50$   $IVC_{Recup1} = 1,12 \pm 0,03$  e  $IVC_{Recup2} = 1,17 \pm 0,18$ ;  $>P50$   $IVC_{Recup1} = 1,17 \pm 0,06$  e  $IVC_{Recup2} = 1,19 \pm 0,09$ ), mesmo com valores do consumo máximo de oxigênio da amostra e dos subgrupos mostrando que houve diferença significativa entre os mesmos ( $p < 0,05$ ). **CONCLUSÃO:** Conclui-se que a velocidade e a magnitude da reativação vagal cardíaca nos minutos iniciais de recuperação pós-exercício anaeróbico não dependem da condição aeróbica dos atletas.

### REFERÊNCIAS

ALMEIDA, M.B., Frequência Cardíaca e exercício: uma interpretação baseada em evidência. *Rev Bras Cine Des hum*, v.9, p.196-202, 2007.

---

BUCHHEIT, M.; GINDRE, C. Cardiac parasympathetic regulation: respective associations with cardiorespiratory fitness and training load. **Am J Physiol - Heart Circ Physiol**, v.291, p.451-8, 2006.

NAKAMURA, F. Y. et al. Cardiac autonomic responses to repeated shuttle sprints. **Int. J. Sports Med**, v.30, p.808-13, 2009.

OLIVEIRA, M. A.B.; LEITÃO, M.B. Morte súbita no exercício e no esporte. **Rev Bras Med Esporte**, v.11, p.1-8, 2005.

ARAÚJO, C.G.S.; NOBREGA, A.C.L.; CASTRO, C.L.B. Heart rate responses to deep brathing and 4- seconds of exercise before and after pharmacological blockade with atropine and propranolol **Clin Auton Res**, v.2, p.35-40, 1992.

## CONSUMO DE DROGAS ILÍCITAS E PRÁTICA ESPORTIVA POR ESTUDANTES DE ARACAJU

ANTÔNIO ARAÚJO MENEZES DE SOUZA  
IGOR HENRIQUE FARIAS SANTOS  
MARIA ELIANE DE ANDRADE  
CRISTIANE COSTA DA CUNHA OLIVEIRA  
RICARDO LUIZ CAVALCANTI DE ALBUQUERQUE JÚNIOR  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
araujosouzaenf@gmail.com

**Palavras-chave:** Esportes; Drogas ilícitas; Adolescente; Estudantes.

**INTRODUÇÃO:** O consumo de drogas e a prática esportiva podem ser prazerosos para os adolescentes, porém, ambas podem causar consequências à saúde e implicações na vida social dos mesmos. De acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, a prática esportiva é uma atividade utilizada por diversas políticas de promoção à saúde e a vida. **OBJETIVO:** Analisar o consumo de drogas ilícitas e sua associação à prática esportiva por adolescentes da rede Estadual de Ensino de Aracaju. **METODOLOGIA:** A pesquisa foi realizada nas escolas da rede Estadual de Ensino de Sergipe, na Diretoria Estadual de Aracaju, que compreende o município de Aracaju. A população do estudo foi composta por aproximadamente 16 escolas, 7.401 alunos matriculados no Ensino Médio (1ª, 2ª e 3ª série). Os dados do quantitativo das escolas e alunos matriculados para o plano de amostragem foram coletados no Portal da Educação da Secretaria do Estado de Educação de Sergipe. Foram selecionadas escolas que possuem simultaneamente o Ensino Fundamental e Médio. Para cálculo amostral de escolas e alunos foi utilizada a fórmula de Barbetta. Para coleta de dados, foi utilizado o Questionário da Organização Mundial da Saúde - adaptado no Brasil por Carlini-Cotrim e utilizado nos estudos do Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas. Este estudo faz parte de uma pesquisa maior intitulada "Estratégias Pedagógicas de Educação e Saúde e o Uso de Substâncias Psicoativas na Rede Estadual de Ensino da Grande Aracaju". O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Tiradentes sob parecer nº 927.714. **RESULTADOS:** Dentre as drogas ilícitas investigadas, apenas foi relatado o uso de remédio para emagrecer 3 (1,0%), maconha e calmante 2 (0,6%) e inalantes 1 (0,3%), respectivamente. Vale ressaltar que, além destas substâncias, outras também foram investigadas, como por exemplo, cocaína, crack e outros medicamentos, porém, não houve relatos quanto ao uso destas. **CONCLUSÃO:** Dentre os estudantes que fizeram parte deste estudo, poucos foram aqueles que relataram ter consumido alguma droga ilícita e praticado esporte frequentemente. Com isso, verificou-se que não há uma associação entre o consumo de drogas ilícitas com a prática esportiva.

### REFERÊNCIA

- BARBETTA, P. A. **Estatística aplicada às ciências sociais**. 7 ed. Florianópolis: Editora da UFSC, 2010.
- BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Plano Nacional de Saúde Escolar (PeNSE). IBGE, Rio de Janeiro (RJ), 2009.
- BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Plano Nacional de Saúde Escolar (PeNSE). IBGE, Rio de Janeiro (RJ), 2012.
- GALDUROZ, J. C. F.; NOTO, A. R.; FONSECA, A. M.; CARLINI, E. A. **VI Levantamento nacional sobre o consumo de drogas entre estudantes do ensino fundamental e médio da rede pública de ensino nas 27 capitais brasileiras**. São Paulo: CEBRID, USP; 2010. Brasília (DF): SENAD.

---

GALDUROZ, J. C. F.; NOTO.; A. R.; FONSECA, A. M.; CARLINI, E. A. V **Levantamento Nacional Sobre O Consumo De Drogas Psicotrópicas Entre Estudantes Do Ensino Fundamental E Médio Da Rede Pública De Ensino Nas 27 Capitais Brasileiras.** Universidade Federal de São Paulo. Centro Brasileiro de informações sobre drogas psicotrópicas, 2004.

## EFEITOS DA HIDRATAÇÃO SOBRE A VARIABILIDADE DA FREQUÊNCIA CARDÍACA

LEONARDO EISENLOHR ANDRADE<sup>1</sup>  
ANDRÉ LUIZ MORAES DE ALMEIDA<sup>1</sup>  
MARCELO SANTANA DE OLIVEIRA<sup>1</sup>  
PEDRO HENRIQUE FRAGA MAGALHÃES<sup>1</sup>  
LUÍS PAULO SOUZA GOMES (CREF: 1.156-GE/SE)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
leoajugt@gmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Variabilidade da Frequência Cardíaca, Hidratação, Exercício, Recuperação.

**INTRODUÇÃO:** A análise da variabilidade da frequência cardíaca (VFC) é um método fácil e não invasivo que apresenta a modulação do Sistema Nervoso Autônomo (SNA), o equilíbrio dos sistemas simpático e parassimpático e seus reflexos na atividade cardíaca. **OBJETIVO:** O estudo objetivou avaliar a recuperação autonômica cardíaca através dos índices de VFC pós-exercício em quatro sessões, sendo a primeira sem hidratação (sessão controle ou SC) e as seguintes com hidratação por água (SA), bebida esportiva (SBE) e água de coco (SAC). **METODOLOGIA:** Da metodologia, participaram 10 homens, fisicamente ativos, com idades  $34 \pm 6,1$  anos, peso  $84,3 \pm 12,8$  kg, altura  $1,80 \pm 0,1$  m, para um protocolo de 10 minutos de repouso, 60 minutos de exercício em cicloergômetro a 50 RPM e 40% dos watts máximos e 30 minutos de recuperação pós-exercício. Nas quatro sessões registraram-se as medidas antropométricas, coleta da urina pré e pós, FC do repouso ao final da recuperação, percepção subjetiva do esforço durante o exercício, temperatura corporal e pressão arterial. Nas sessões com hidratação, a quantidade de fluidos a serem repostos foi definida através da perda hídrica na SC. Através da FC, foram analisados os índices SDNN e RMSSD em 8 momentos e comparados entre as sessões. **RESULTADOS:** O índice RMSSD resultou para a sessão SC em  $T0$   $38,8 \pm 3,3$  ms<sup>2</sup>,  $2,9 \pm 0,2$  ms<sup>2</sup> em  $T1$  e  $21,0 \pm 3,0$  ms<sup>2</sup> em  $T7$ . Para SAC apresentou  $41,3 \pm 6,2$  ms<sup>2</sup> em  $T0$ ,  $2,4 \pm 0,1$  ms<sup>2</sup> em  $T1$  e  $30,8 \pm 7,6$  ms<sup>2</sup> em  $T7$ . **CONCLUSÃO:** Concluiu-se que, segundo a estatística, não houve diferença significativa na recuperação autonômica cardíaca entre as sessões, entretanto as sessões com hidratação, em especial água de coco, obteve índice RMSSD próximos a 50% maior que SC durante toda a recuperação.

## REFERENCIAS

- ABREU, L. C. **Heart rate variability as a functional marker of development.** *Journal of Human Growth and Development*, v. 22, n. 3, p. 279-282, 2012.
- FARAH, B. Q. et al. **Heart rate variability and its relationship with central and general obesity in obese normotensive adolescents.** *Einstein (Sao Paulo)*, v. 11, n. 3, p. 285-290, 2013.
- GOMES, L. P. S. et al. **ESTADO DE HIDRATAÇÃO EM CICLISTAS APÓS TRÊS FORMAS DISTINTAS DE REPOSIÇÃO HÍDRICA**-DOI: <http://dx.doi.org/10.18511/0103-1716/rbcm.v22n3p89-97>. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, v. 22, n. 3, p. 89-97, 2014.
- LOPES, P. F. F.; DE OLIVEIRA, M. I. B.; MAX, S. **Aplicabilidade Clínica da Variabilidade da Frequência Cardíaca.** *Revista Neurociência*, 2013.
- MORENO, I. L. et al. **Effects of an isotonic beverage on autonomic regulation during and after exercise.** *J Int Soc Sports Nutr*, v. 10, n. 1, p. 1-10, 2013.
- OLIVEIRA, T. P. et al. **A ingestão hídrica acelera a recuperação da frequência cardíaca pós-exercício**-doi: 10.4025/reveducfis.v23i2.12670. *Revista da Educação Física/UEM*, v. 23, n. 2, p. 271-276, 2012.

---

PASCHOAL, M. A. et al. **Efeitos agudos do exercício dinâmico de baixa intensidade sobre a variabilidade da frequência cardíaca e pressão arterial de indivíduos normotensos e hipertensos leves.** Revista de Ciências Médicas, v. 13, n. 3, 2012.

## CARBOIDRATOS E A SUA IMPORTÂNCIA PARA OS ATLETAS DO FUTEBOL

LUCAS RODRIGUES APÓSTOLO  
MAICON RODRIGUES SOUZA DE DEUS  
MONALISA VIVIANE SANTOS ALMEIDA  
MADSON RODRIGO SILVA BEZERRA (CREF: 2396 G/SE)  
Universidade Tiradentes Aracaju, Sergipe, Brasil  
[lucas-rodrigues-94@hotmail.com](mailto:lucas-rodrigues-94@hotmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Futebol, Carboidratos, Atletas.

**INTRODUÇÃO:** O futebol é um dos esportes que envolvem várias atividades de alta intensidade, fazendo com que os atletas tenham muito esforço físico. Com isso verifica-se a importância do carboidrato para os atletas de futebol, o gasto de energia durante o treino e a partida é alto, tornando o carboidrato necessário para que os atletas ganhem essas energias para ajudar estimular nas atividades que o próprio esporte exige, conforme Maughan (2000) enfatizam o papel essencial da disponibilidade e utilização desse nutriente para o desempenho esportivo. **OBJETIVO:** Analisar a importância dos carboidratos para os atletas de futebol de campo. **METODOLOGIA:** O referido estudo foi realizado através da revisão de literatura com base em artigos científicos pesquisados na plataforma Google Acadêmico. **RESULTADOS:** Segundo Guerra (2001), A nutrição e o treinamento são alguns aspectos fundamentais para que o jogador de futebol tenha bom desempenho, evidenciando que o jogador de futebol tem que adotar uma conduta nutricional composta de carboidratos que são de suma importância para o desempenho do atleta. A ingestão do carboidrato antes dos treinos e partidas aumenta o desempenho físico dos atletas e diminui a utilização do glicogênio muscular mantendo o desempenho durante a partida e evitando fadigas musculares, É importante o consumo de carboidratos durante o exercício, para que os níveis de carboidratos permaneçam presentes no organismo de forma que o jogador suporte a duração das partidas, conforme Monteiro (2003), a ingestão de carboidrato antes e durante uma partida ou treino de futebol pode retardar o aparecimento da fadiga e aumentar o desempenho dos jogadores. Os carboidratos devem ser ingeridos após as partidas e treinamentos, pois é de grande importância para a restauração muscular de glicogênio e a regeneração e recuperação de lesões ocasionadas pelo esforço físico realizado ao longo da partida. **CONCLUSÃO:** De acordo com o referido estudo, conclui-se que os carboidratos têm importância significativa para os jogadores do futebol de campo, pois melhora o seu desempenho e ajuda na prevenção de lesões ocasionadas durante os treinamentos e partidas.

### REFERÊNCIAS:

- BARRETO, et al. **Futebol e macronutrientes**. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, São Paulo v. 3, n. 15, p. 241-248, Maio/Junho, 2009. ISSN 1981-9927.
- FONTAN, Jenifer dos Santos.; AMADIO, Marselle Bevilacqua. **O uso do carboidrato antes da atividade física como recursos ergogênico: revisão sistemática**. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. 21(2): p. 153 – 157, 2015.
- GUERRA, Isabela. ; SOARES, Eliane de Abreu.; BURINI, Roberto Carlos. **Aspectos nutricionais do futebol de competição**. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. 7(6): p. 200-206, 2015.
- LIMA, et al. **Estado nutricional e composição corporal de jogadores de futebol profissional**. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, São Paulo. v. 3. n. 18. p. 562-569. Nov/Dez. 2009. ISSN 1981-9927.
- MAUGHAN, R.J.; e colaboradores. **Bioquímica do exercício e do treinamento**. Tradução de Elisabeth de Oliveira. São Paulo: Manole, 2000. 241p.



---

MONTEIRO, Cristiano Ralo; GUERRA, Isabela; BARROS, Turibio Leite. **Hidratação no futebol: uma revisão**. Revista Brasileira Medicina Esporte. 9: (4), 2003.

## A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA ESPORTIVA PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA FÍSICA

LUIZ RICARDO NAVARRO GOMES\*

MARCELO SANTOS OLIVEIRA\*

MURILO BATISTA ALVES\*

PEDRO IVO VIEIRA LAURINDO\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

[Murillinho88@gmail.com](mailto:Murillinho88@gmail.com)

PALAVRAS-CHAVE: Qualidade de vida; atividade física; deficiente físico.

**INTRODUÇÃO:** Cada vez mais observa-se a prática de atividades desportivas por pessoas com deficiência, a busca da melhoria da qualidade de vida nos últimos anos fez com que uma grande quantidade de pessoas com deficiência buscassem esta prática, visando estimular suas potencialidades e possibilidades, em prol de seu bem-estar físico e psicológico. A oportunidade da prática desportiva para pessoas com deficiência é de extrema eficácia para a promoção da qualidade de vida das mesmas, segundo Melo e López (2002) citado por LEHNHARD, G. R. et al (2012) “é a oportunidade de testar seus limites e potencialidades, prevenir as enfermidades secundárias a sua deficiência e promover a integração social do indivíduo”. **OBJETIVOS:** Analisar a contribuição das atividades físicas para a qualidade de vida dos deficientes físicos, bem como, mostrar que a prática esportiva traz resultados positivos como, melhoria cardiovascular, coordenação motora, equilíbrio, aspecto social além da oportunidade de socialização, aspecto psicológico, autoconfiança e autoestima. **METODOLOGIA:** O trabalho é classificado como uma pesquisa bibliográfica, baseada em artigos já publicados, encontrados na base de dados do google acadêmico e scielo. Foram pesquisados com as palavras-chave: Qualidade de vida; atividade física; deficiente físico. Encontrando trezentos e oitenta e seis artigos, deste foram selecionados cinco para leitura completa. **RESULTADOS:** A prática de atividades desportivas para pessoas com deficiência, além de proporcionar todos os benefícios para seu bem-estar e qualidade de vida, também é a oportunidade de testar seus limites e potencialidades, promover a integração social e a reabilitação da pessoa com deficiência NOCE, F. et al (2009). Segundo SOUZA (2004) o desporto adaptado deve ser encarado como uma prática lúdica e prazerosa, o indivíduo utiliza estas práticas como facilitadora para melhoria da qualidade de vida, ele está tendo a oportunidade de vivenciar sensações que muitas vezes não são possíveis por conta da sua limitação. Em questões fisiológicas a inatividade física reduz mobilidade, aumenta o peso corporal e diminui a disposição para realizações das tarefas diárias ZUCHETTO, A. T. et al (1996). Em termos psicológicos percebe-se que indivíduos com a vida ativa, tem uma qualidade de vida melhor, como, o aumento do bom humor, redução do estresse, autoconceito mais positivo, auto aceitação, influenciando no desenvolvimento psicossocial MELO e LÓPEZ (2002) citado por CARDOSO, M. V. D., sabe-se que pessoas com deficiência física tendem a ser mais sedentárias, portanto o apoio social da família e dos amigos é considerado fundamental para que elas adotem um estilo de vida mais ativo. **CONCLUSÃO:** concluímos que o esporte como atividade física para deficientes físicos é uma das principais, senão a principal maneira de integração da sociedade, despertando um sentimento e vontade de melhorar o seu mundo, provando para si mesmo e para a sociedade que são capazes de terem soluções para as suas maiores dificuldades, se tornando mais ativos e alcançando independência na realização de suas atividades cotidianas, crescendo a auto-estima, melhorando seus relacionamentos sociais de lazer e com amigos em busca de uma vida mais saudável e digna.

---

## REFERÊNCIAS

- CARDOSO, M. V. D., A reabilitação de pessoas com deficiência através do desporto adaptado, Rev. Bras. Ciênc. Esporte, Florianópolis, v. 33, n. 2, p. 529-539, abr./jun. 2011
- COSTA, A. M. da, SOUSA, S. B., Educação física e esporte adaptado: história, avanços e retrocessos em relação aos princípios da integração/inclusão e perspectivas para o século XXI. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 25, n. 3, 2004.
- LEHNHARD, G. R., MANTA, S. W., PALMA, L. E., A prática de atividade física na história de vida de pessoas com deficiência física. Rev. da Educação Física/UEM, p. 45-46, 2012.
- NOCE, F., Simim, M. A. D. M., & Mello, M. T. D. A percepção de qualidade de vida de pessoas portadoras de deficiência física pode ser influenciada pela prática de atividade física? Rev. Bras. de Medicina do Esporte, v. 15, n. 3, p. 174-178, Belo Horizonte, 2009. Disponível em: ><http://repositorio.unifesp.br/handle/11600/5089>
- ZUCHETTO, Â. T. et al, As contribuições das atividades físicas para a qualidade de vida dos deficientes físicos, Rev. Kinesis, Santa Maria, nº 26, p. 52-166, maio de 2002.

## EXERCÍCIO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE MELHORA OS NÍVEIS HDL COLESTEROL (RESUMO)

SARA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (COREN:454.809/SE)  
LUCIELLE FERNANDES DE MORAES (CREF:2299-G/AL)  
JOSÉ CARLOS DA SILVA ROCHA (CREF:2413-G/SE)  
THARCIANO LUIZ TEIXEIRA BRAGA DA SILVA (CREF:618-G/SE)  
FACULDADE ESTÁCIO DE SERGIPE, ARACAJU, BRASIL.  
sara\_querque@yahoo.com.br

**PALAVRAS-CHAVE:** Lipoproteínas. Lipídios. Doenças Metabólicas. Terapia por Exercício.

**INTRODUÇÃO.** O treinamento intervalado de alta intensidade pode ser caracterizado como episódios de exercícios de alta intensidade separados por fases de recuperação ativa. Por sua vez, os exercícios de alta intensidade são uma prática pouco comum na aplicação clínica. Estudos recentes indicam adaptações fisiológicas benéficas promovidas pelos exercícios de alta intensidade. **OBJETIVOS.** O objetivo deste estudo foi levantar dados na literatura relacionados ao exercício intervalado de alta intensidade e a resposta das lipoproteínas. **METODOLOGIA:** Foram realizadas pesquisas nos bancos de dados do Pubmed/Medline, Bireme e Embase. As buscas se concentraram nos períodos entre 2006 à 2016. A estratégia de pesquisa feita para obter os resumos do artigos originais na língua inglesa, foi realizada com as seguintes palavras-chave: “*Lipoproteins*”, “*Lipids*” e “*Metabolic Diseases*”. Estas foram combinadas com os seguintes termos: “*High-intensity interval training*”, *HIIT*, “*High-intensity training*”, *HIT* “*high-intensity interval*”, “*high-intensity intermitente training*”, “*high-intensity intermittent exercise*”, “*aerobic interval*”, “*sprint interval*”. **DESENVOLVIMENTO.** As lipoproteínas são partículas constituídas de lipídios e proteínas que transportam o colesterol e os triglicerídeos na corrente sanguínea. Podem ser classificadas em: quilomícrons (Qm), lipoproteínas de muito baixa densidade (VLDL), lipoproteínas de densidade intermediária (IDL), lipoproteínas de baixa densidade (LDL) e lipoproteínas de alta densidade (HDL). Os altos níveis de LDL e os baixos níveis de HDL repercutem negativamente na saúde cardiovascular. Até o presente momento, a literatura demonstra que o treinamento intervalado de alta intensidade promove poucas alterações benéficas nos lipídios plasmáticos na saúde e/ou na doença. Apesar disso, existem estudos que indicam uma modificação que repercute no aumento do HDL colesterol principalmente após 8 semanas de treinamento intervalado de alta intensidade. De certa forma, estes resultados são consistentes com a literatura científica que sugere uma melhora do HDL colesterol através do treinamento aeróbico contínuo de intensidade moderada e/ou alta intensidade. Nenhuma das pesquisas revisadas relatou um efeito benéfico sobre as outras lipoproteínas. Vale ressaltar também que a aplicabilidade prática do treinamento intervalado de alta intensidade vem sendo questionada por diversos autores. Alguns estudos sugerem que para as pessoas destreinadas e/ou sedentárias, o treinamento intervalado de alta intensidade pode ser uma prática desagradável em decorrência do esforço físico intenso. Este fato também pode limitar a adesão ao treinamento e reduzir o efeito dose/resposta do exercício físico. **CONCLUSÃO.** Dentro deste contexto, os dados levantados na literatura sobre o exercício intervalado de alta intensidade indicam que este tipo de exercício físico promove efeitos benéficos sobre os níveis do HDL colesterol. Apesar disso, são necessários mais estudos para entender a eficácia do treinamento intervalado de alta intensidade sobre os diversos fatores de risco cardiometabólicos em diferentes populações.

**REFERÊNCIAS:**

- CROOK, M. A. **CLINICAL BIOCHEMISTRY AND METABOLIC MEDICINE**. 8. ED. HODDER ARNOLD: 2012.
- CURRIE, K. D.; BAILEY, K. J.; JUNG, M. E.; MCKELVIE, R. S.; MACDONALD, M. J. Effects of resistance training combined with moderate-intensity endurance or low-volume high-intensity interval exercise on cardiovascular risk factors in patients with coronary artery disease. **Journal of Science and Medicine in Sport**, v.18, n. 6, p. 637- 42, nov. 2015.
- FISHER, G.; BROWN, A. W.; BOHAN BROWN, M. M.; ALCORN, A.; NOLES, C.; WINWOOD, L.; RESUEHR, H.; GEORGE, B.; JEANSONNE, M. M.; ALLISON, D. B. High Intensity Interval- vs Moderate Intensity- Training for Improving Cardiometabolic Health in Overweight or Obese Males: A Randomized Controlled Trial. **PLoS One**, v.10, n. 10, p. e0138853, 21 oct. 2015.
- HARDCASTLE, S. J.; RAY, H.; BEALE, L.; HAGGER, M. S. Why sprint interval training is inappropriate for a largely sedentary population. **Frontiers in Psychology**, v. 5, n. 1505, 2014.
- KONG, Z.; FAN, X.; SUN, S.; SONG, L.; SHI, Q.; NIE, J. Comparison of High-Intensity Interval Training and Moderate-to-Vigorous Continuous Training for Cardiometabolic Health and Exercise Enjoyment in Obese Young Women: A Randomized Controlled Trial. **PLoS One**, v. 11, n. 7, p. e0158589, 1 jul. 2016.
- MUSA, D. I.; ADENIRAN, S. A.; DIKKO, A. U.; SAYERS, S. P. The effect of a high-intensity interval training program on high-density lipoprotein cholesterol in young men. **The Journal of Strength & Conditioning Research**, v. 23, n. 2, p. 587- 92, 2009.
- SMITH-RYAN, A. E.; TREXLER, E. T.; WINGFIELD, H. L.; BLUE, M. N. Effects of high-intensity interval training on cardiometabolic risk factors in overweight/obese women. **Journal of Sports Sciences**, n. 2, p. 1-9, mar. 2016.
- TAMBALIS, K.; PANAGIOTAKOS, D. B.; KAVOURAS, S. A.; SIDOSSIS, L. S. Responses of blood lipids to aerobic, resistance, and combined aerobic with resistance exercise training: a systematic review of current evidence. **Angiology**, v. 60, n. 5, p. 614-32, Oct-Nov. 2009.
- TJØNNA, A. E.; LEE, S. J.; ROGNMO, Ø.; STØLEN, T. O.; BYE, A.; HARAM, P. M.; LOENNECHEN, J. P.; AL-SHARE, Q. Y.; SKOGVOLL, E.; SLØRDAHL, S. A.; KEMI, O. J.; NAJJAR, S. M.; WISLØFF, U. Aerobic interval training versus continuous moderate exercise as a treatment for the metabolic syndrome: a pilot study. **Circulation**, v. 118, n. 4, p. 346-54, 22 jul. 2008.
- TJØNNA, A. E.; STØLEN, T. O.; BYE, A.; VOLDEN, M.; SLØRDAHL, S. A.; ODEGÅRD, R.; SKOGVOLL, E.; WISLØFF, U. Aerobic interval training reduces cardiovascular risk factors more than a multitreatment approach in overweight adolescents. **Clinical Science**, v. 116, n. 4, p. 317-26, 01 feb. 2009.

## TREINAMENTO COMBINADO E SEUS EFEITOS NA FORÇA MUSCULAR EM AÇÕES DE EMPURRAR, NA CAPACIDADE CARDIORRESPIRATÓRIA E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSAS

ANTÔNIO GOMES DE RESENDE NETO (CREF: 002225-G/SE)

MARTA SILVA SANTOS

MARTHA MARIA VIANA DE BRAGANÇA

MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G/RS)

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: [neto.resende-edf@hotmail.com](mailto:neto.resende-edf@hotmail.com)

**Palavras-chave:** envelhecimento; treinamento de resistência; saúde.

**INTRODUÇÃO:** Programas que se fundamentam em exercícios físicos para idosos, devem incluir em suas sessões exercícios de amplitude de movimento, equilíbrio, força e potência muscular, e resistência cardiovascular. Exercícios de resistência, ajudar a manter e / ou melhorar vários aspectos da função cardiovascular. Por outro lado, o trabalho com sobrecargas compensaria as perdas de massa muscular e força muscular. Os exercícios de equilíbrio permitiriam manter o controle corporal, reduzindo o risco de queda. E os exercícios de adm manteria níveis adequados de mobilidade articular nas estruturas mais comumente utilizados na vida diária. Nesse contexto, o treinamento resistido combinando exercícios de amplitude de movimento, resistência cardiorrespiratória e força muscular, pode ser uma eficiente alternativa para reduzir os efeitos deletérios da senescência. **OBJETIVO:** Avaliar a influência de oito semanas de treinamento resistido combinado na força muscular, capacidade cardiorrespiratória e qualidade de vida de idosas fisicamente ativas. **METODOLOGIA:** Participaram da intervenção 32 idosas, divididas por randomização em Grupo Experimental (TRC – n: 16, 65,3 ± 5,4 anos / 29,3 ± 5,4 kg/m<sup>2</sup>) e Grupo Controle (GC – n: 16, 65,2 ± 4,9 anos / 26,6 ± 4,9 kg/m<sup>2</sup>). As sessões de TRC consistiu em 5min de mobilidade articular; 15min caminhada; 25min de exercícios analíticos, predominantemente realizados em máquinas com padrões de movimento que simulam ações cotidianas; 5min de treinamento intervalado de alta intensidade. Para a avaliação da força dinâmica máxima (FDM) foi utilizado o teste de 1RM nas máquinas de supino vertical e *leg press* 45°. A capacidade cardiorrespiratória foi obtida por meio do teste de Caminhada de seis minutos (C6). A qualidade de vida (QV) foi avaliada através da aplicação do questionário WHOQOL-BREF. Os dados foram apresentados com média e desvio padrão, analisados a partir de uma ANOVA 2x2 com *post hoc* de Bonferroni para comparação entre os grupos com nível de significância estabelecido de 5% e o tamanho do efeito (ES) também foi calculado. **RESULTADOS:** Após as oito semanas de intervenção o TRC apresentou melhoras estatisticamente significativas nos testes de FDM em comparação ao pre-teste e ao GC (Supino: pós: 100,8 ± 18,4 vs. pós: 77,3 ± 15,1 Kg; p= 0,048; ES: 1,5); (Leg press: pós: 282,4 ± 37,3 vs. pós: 200,6 ± 45,1 Kg; p= 0,011; ES:1,8). Entretanto, na capacidade cardiorrespiratória e qualidade de vida não foi observado melhoras significativas em relação ao pre-teste (p= 0,189; p= 0,100) e ao GC (p= 0,100; p= 0,124). **CONCLUSÃO:** Levando em consideração a amostra e as condições de análise, o Treinamento Resistido Combinado promove melhoras de grande magnitude nos níveis de força dinâmica máxima no padrão funcional de empurrar, tanto de membros superiores como de membros inferiores, em idosas fisicamente ativas.

---

## REFERÊNCIAS

- CADORE, E. L.; PINTO, R. S.; BOTTARO, M.; IZQUIERDO, M. Strength and Endurance Training Prescription in Healthy and Frail Elderly. **Aging and Disease**. v. 5, n. 3, p. 183-195, 2014.
- CADORE, Eduardo Lusa. et al. Multicomponent exercises including muscle power training enhance muscle mass, power output, and functional outcomes in institutionalized frail nonagenarians. **Age**. v.36, n. 2, p. 773–785, 2014.
- DA SILVA-GRIGOLETTO, Marzo Edir; BRITO, Ciro José; HEREDIA, Juan Ramon. Treinamento funcional: funcional para que e para quem?. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**. v. 16, n. 6, p. 608-617, 2014.
- PETERSON, M. D.; GORDON, P. M. Resistance Exercise for the Aging Adult: Clinical Implications and Prescription Guidelines. **The American Journal of Medicine**. v.124, n. 3, p. 194-198, 2011.
- WESTCOTT W.L. Resistance training is medicine: effects of strength training on health. **Curr Sports Med Rep**. v.11, n. 4, p. 209–216, 2012.

## RELAÇÃO LINEAR ENTRE POTÊNCIA MUSCULAR E EQUILÍBRIO DINÂMICO EM IDOSAS FÍSICAMENTE ATIVAS

ANTÔNIO GOMES DE RESENDE NETO (CREF: 002225-G/SE)

MARTA SILVA SANTOS

MARIA DE LOURDES FEITOSA NETA (CREF: 002758-G/SE)

MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G/RS).

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: [neto.resende-edf@hotmail.com](mailto:neto.resende-edf@hotmail.com)

**Palavras-chave:** envelhecimento; atividades diárias, saúde.

**INTRODUÇÃO:** Declínios acentuados na potência muscular com o avanço da idade sugerem ser esta, provavelmente, a principal variável preditora de limitações funcionais, além de ser uma capacidade biomotora imprescindível para a manutenção da saúde de idosos. Acredita-se que pode estar associada com o equilíbrio dinâmico e a oscilação postural, podendo auxiliar na redução da incidência de quedas e fraturas ósseas, além de proporcionar maior independência nas atividades da vida diária, no entanto, essas hipóteses ainda não estão claras na comunidade científica. **OBJETIVO:** Analisar a associação entre a potência muscular de membros inferiores e o equilíbrio dinâmico em idosas fisicamente ativas. **METODOLOGIA:** Participaram do estudo cinquenta e seis idosas de um programa de treinamento neuromuscular ( $65,3 \pm 4,4$  anos /  $28,6 \pm 5,4$  kg/m<sup>2</sup>). Para análise da potência muscular (PM) foi utilizado 50% de 1RM no leg press e a velocidade foi determinada utilizando um *encoder* linear conectado a unidade central de um programa integrado de análise de dados (Musclelab®, Ergotest Innovation, Porsgrunn, Norway). A participante realizou um aquecimento que consistiu em uma série de 10 -15 repetições e após três minutos realizaram repetições a máxima velocidade possível. Para verificar o equilíbrio dinâmico (EQ) foi utilizado o teste de Levantar e caminhar da bateria *Sênior Fitness Test*, onde a participante foi orientada a levantar e caminhar o mais rápido possível, sem correr, contornando um cone a uma distância de 2,44 m e retornar à posição inicial. Foi realizada uma tentativa para familiarizar e logo após, foi realizado duas tentativas. Utilizamos o melhor escore (tempo em segundos). Os dados foram apresentados em média e desvio padrão e analisados a partir da correlação de Pearson para identificar associações entre as variáveis. **RESULTADOS:** A potência muscular e o equilíbrio dinâmico apresentaram os seguintes valores: (PM:  $457,75 \pm 135,47$  w; EQ:  $4,58 \pm 0,51$  seg.). Os valores de potência muscular apresentaram uma correlação inversa moderada e significativa com o equilíbrio dinâmico ( $r = -0,475$  e  $p=0,000$ ). **CONCLUSÃO:** Constata-se que capacidade de gerar potência muscular dos membros inferiores parece exercer um importante papel no equilíbrio dinâmico de idosas fisicamente ativas, podendo sobretudo, auxiliá-las durante as atividades de vida diária e reduzir o risco de quedas.

## REFERÊNCIAS

- ASTRAND, I.; ASTRAND, P. O.; HALLBACK, I.; KILBOM, A. Reduction in maximal oxygen uptake with age. *J Appl Physiol*. v.35, n.5, p. 649-54, 1973.
- BASSEY, E. J.; FIATARONE, M. A.; O'NEILL, E. F.; KELLY, M.; EVANS, W. J.; LIPSITZ, L. A. Leg extensor power and functional performance in very old men and women. *Clinical Science*. v.82, n.3, p.321-27, 1992.



- 
- DALY, R. M.; DUCKHAM, R. L.; TAIT, J. L.; RANTALAINEN, T.; NOWSON C. A.; TAAFFE D. R.; et al. Effectiveness of dual-task functional power training for preventing falls in older people: study protocol for a cluster randomised controlled trial. **Trials**. v.16, n.120, p. 2-15, 2015
- HAZELL, T.; KENNO, K.; JAKOBI, J. Functional Benefit of Power Training for Older Adults. **J Aging Phys Act**. v. 15, n3, p. 349-59, 2007.
- IZQUIERDO, M.; AGUADO, X.; GONZALEZ, R.; LOPEZ, J. L.; HÄKKINEN, K. Maximal and explosive force production capacity and balance performance in men of diferente ages. **Eur J Appl Physiol Occup Physiol**. v.79, n. 3, p. 260-67, 1999.
- LOHNE-SEILER H, TORSTVEI MK, ANDERSSON SA. Traditional versus functional strength training: effects on muscle strength and power in the elderly. **J Aging Phys Act**. v.21, n.1, p. 51–70, 2013.

**ANÁLISE DO NÚMERO DE GOLS PARA SE GANHAR UMA PARTIDA DO CAMPEONATO BRASILEIRO DE FUTEBOL NA SÉRIE A.**

THIAGO MACHADO DE ARAÚJO (CREF 2118-G/SE)  
BRENO EMANUEL FERREIRA RAMOS  
MARCOS ANTÔNIO MATTOS DOS REIS  
MARCOS BEZERRA DE ALMEIDA (CREF 605-G/SE)  
Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.  
[personal\\_t.machado@hotmail.com](mailto:personal_t.machado@hotmail.com)  
**PALAVRAS CHAVE:** Futebol; Gol; Vitória.

**INTRODUÇÃO:** O futebol é um esporte que possui uma complexidade de fatores que interferem diretamente no resultado de uma partida. Esses elementos podem ser analisados de várias formas, mas estão sempre relacionados a três blocos essenciais para a performance: a preparação física, técnica e tática (LEITÃO et al., 2003). Enfatizando o terceiro ponto, as capacidades táticas têm ligação direta com as ações de jogo, realizadas em forma de oposição (adversários) e cooperação (companheiros). Desta forma os treinadores possuem um árduo trabalho para organizarem seus times visando sempre resultados expressivos, como medalhas e/ou conquista de títulos das melhores competições (FILGUEIRA e GRECO, 2008; COSTA e SAMULSKI, 2006). O Campeonato Brasileiro da Série A é a principal competição entre clubes de futebol do Brasil, em que o time com o maior número de pontos se torna campeão nacional (SILVA e MOREIRA, 2008). **OBJETIVO:** O presente estudo tem por objetivo analisar a quantidade de gols que é necessário para aumentar significativamente a chance de vitória em uma partida do campeonato brasileiro da série A. **MÉTODO:** Os dados foram coletados no site do Futpédia, sendo realizado um levantamento de 2280 jogos do Campeonato Brasileiro da Série "A" no período de 2010 a 2015 e tabelados no Excel. Os resultados dos jogos foram classificados em Vitória, Derrota, Não Vitória (derrota + empate) e Não Derrota (vitória + empate). Para a análise dos dados utilizou-se estatística descritiva e percentual. **RESULTADO:** Os placares mais comuns foram 0x0, 1x1, 1x0, 2x0, 2x1, que representaram 70% dos jogos. Contudo, cabe destacar que nenhuma equipe marcou mais de 2 gols na mesma partida. Os times que marcaram 2 gols obtiveram proporcionalmente mais do que o dobro de vitórias do que aqueles que marcaram apenas 1 gol. Cada 5 jogos sem fazer gols equivaleram a 4 derrotas (tabela 1). A figura 1 sugere a existência de um limiar de 2 para 3 gols marcados, em que o percentual de vitórias e de não derrotas aumenta, ao passo que o percentual de derrotas e de não vitórias diminui.

Tabela 1. Frequências absoluta e percentual do resultado das partidas em função número de gols marcados por cada equipe. Dados apresentados como n (%).

Gols marcados por equipe por jogo	Derrota	Empate	Vitória	Total de Jogos
0	944 (81,9)	208 (18,1)	0	1152
1	569 (43,2)	281 (21,4)	466 (35,4)	1316
2	131 (14,8)	116 (13,1)	640 (72,2)	887
3	16 (3,9)	13 (3,1)	384 (93,0)	413
4	2 (1,6)	0	127 (98,4)	129
5	0	0	37 (100)	37
6	0	0	8 (100)	8

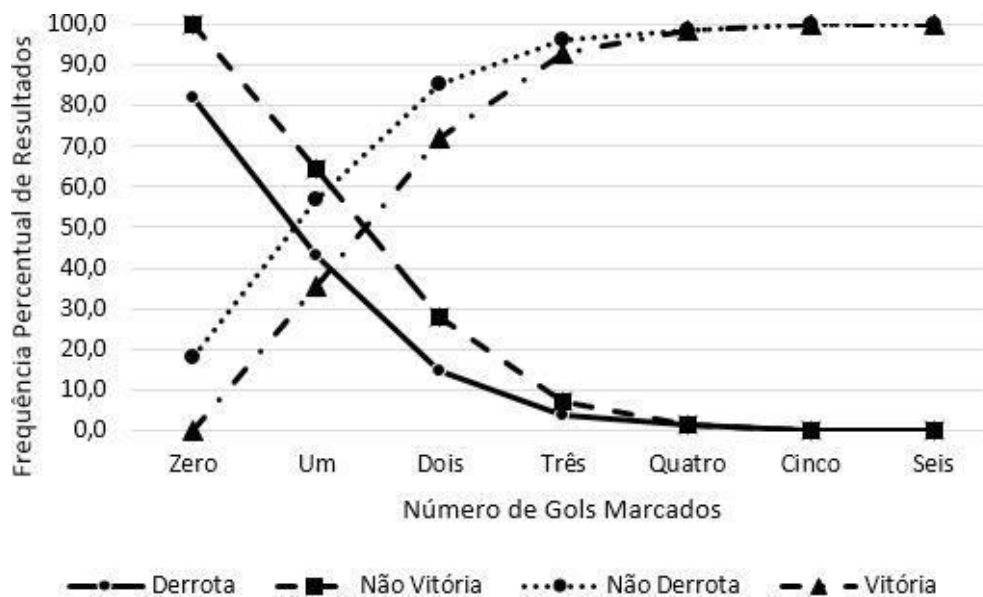


Figura 1. Variação percentual dos resultados das partidas em função número de gols marcados por cada equipe.

**CONCLUSÃO:** Levando em consideração os resultados obtidos, pode-se concluir que em uma partida da série A do campeonato brasileiro, quando um time consegue marcar no mínimo 2 gols, o mesmo possui uma chance de 72,2% de ganhar o jogo e 85,2% de pontuar.

#### REFERÊNCIAS:

COSTA, Israel Teoldo da; SAMULSKI, Dietmar Martin. O perfil de liderança dos treinadores de futebol do Campeonato Brasileiro Série A/2005. **Rev. bras. Educ. Fís. Esp.**, v.20, n.3, p.175-84, São Paulo, jul./set. 2006.

FIGUEIRA, Fabrício Moreira; GRECO, Pablo Juan. Futebol: um estudo sobre a capacidade tática no processo de ensinoaprendizagem–treinamento. **Revista Brasileira de Futebol**. p.53-65, jul./dez. 2008.

**Futpédia: a história do futebol em números.** Disponível em: <<http://futpedia.globo.com/>> Acesso em 05/08/2016.

LEITÃO, R. A.; et al. Análise da incidência de gols por tempo de jogo no campeonato brasileiro de futebol 2001: estudo comparativo entre as primeiras e ultimas equipes colocadas na tabela de classificação. **Conexões**. v.1, n.2, p.115-224, Campinas, 2003.

SILVA, Cristiano Diniz da; MOREIRA, Danilo Gomes. A vantagem em casa no futebol: comparação entre o campeonato brasileiro e as principais ligas nacionais do mundo. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**. p.184 – 188, 2008.

## EFEITOS DE DOIS DIFERENTES TIPOS DE CIRCUITO CROSS TRAINING SOBRE A CAPACIDADE CARDIORESPIRATÓRIA

ALBANIR SANTOS CRUZ

MARTA SILVA SANTOS

GABRIEL VINÍCIUS DOS SANTOS

VANESSA CRISTINA CASALATINA

MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G7RS).

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal De Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.

Contato: Albanir\_sc@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Aptidão Física. Treinamento. Jovens.

**INTRODUÇÃO:** O treinamento funcional tem como pressuposto a realização de exercícios multiplanares e integrados que refletem atividades laborais. O *Cross Training* é um método de treinamento funcional em circuito de alta intensidade. Esse preconiza a utilização de padrões de movimentos funcionais mais utilizados nas atividades da vida diária de qualquer indivíduo, como por exemplo, a ação de puxar, agachar, empurrar e transportar. Além disso, em uma única sessão de treinamento funcional *Cross Training*, são treinadas capacidades físicas condicionantes, exemplo: agilidade, velocidade, força e potência muscular. A forma de realização da sessão de treinamento *Cross Training*, ou seja o circuito, estão descritos na literatura, existindo várias formas de organiza-lo. Contudo não está claro se variações na distribuição dos exercícios dentro de um circuito poderia influenciar na capacidade cardiorrespiratória. **OBJETIVO:** Avaliar e comparar o efeito de dois diferentes tipos de circuitos *Cross Training* na capacidade cardiorrespiratória de adultos jovens saudáveis. **METODOLOGIA:** Amostra 47 indivíduos adultos assintomáticos, com idade entre 19 e 35 anos. Os indivíduos foram randomizados em três grupos de forma aleatória: Iniciante (**IN**=10), Intermediário 1 (**IT1**=18), Intermediário 2 (**IT2**=19). Com exceção do grupo **IN** (não possuía experiência com treinamento funcional), os grupos **IT1** e **IT2** já estavam familiarizados com o protocolo, porém inativos a 2 meses. A intervenção ocorreu ao longo de 24 sessões, duas vezes por semana, com duração de 50 minutos. A sessão começava com 15 minutos de mobilidade articular e coordenação. Em seguida os grupos realizavam a parte principal do treino, que consistia na realização de dois circuitos: Neuromuscular 1: 12 minutos de exercícios que treinavam potência, velocidade e agilidade; Neuromuscular 2: 12 minutos de treinamento de força máxima. Por fim, eram dedicados 10 minutos de high intense interval training. Os circuitos neuromuscular 1 e 2 eram realizados duas vezes seguidas e eram compostos por seis estações cada um. O grupo **IN** e **IT1** realizavam as estações intercaladas por ações motoras funcionais (puxar-empurrar-agachar-transportar-puxar-empurrar). Já o grupo **IT2** realizava as estações de forma agrupada (puxar-puxar/empurrar-empurrar/agachar-agachar). Cada grupo realizou duas voltas no Neuromuscular 1 e Neuromuscular 2. Para avaliar a capacidade cardiorrespiratória foi aplicado o Yo-Yo Intermittent Recovery Test Level 1 (bangbo –autor). O teste de *Kolmorov-Smirnov* foi utilizado para análise da normalidade dos dados. Uma análise de covariância 2x2 foi realizada, com *post-hoc de Bonferroni* para análise da diferença inter e intra grupo nos distintos momentos. A significância estabelecida foi de 5%. Os dados foram expressos em média e desvio padrão. **RESULTADOS:** Após 24 sessões de treinamento, os três grupos apresentaram melhoras significativas de pré para pós na capacidade cardiorrespiratória (**IN**, pré=268 ± 183,8; pós=314 ± 220,7; p≤0,001), (**IT1**, pré=348,8 ± 178,2; pós=397 ± 193,2; p≤0,05), (**IT2**, pré=357,8 ± 212,9; pós=404,2 ± 289,6; p≤0,01), com o percentual de mudança de **IN** = 17,1%, **IT1** =13,8% e **IT2** = 13,2%. No entanto não houve diferença significativa entres os grupos nos momento pós test (p=0,6). **CONCLUSÃO:** De acordo com os resultados

encontrados, constatamos que os dois tipos de circuito *Cross Training* se mostraram eficientes na melhora da capacidade cardiorrespiratória.

## REFERÊNCIAS

- BANGSBO J, IAIA FM, KRUSTRUP P. The Yo-Yo intermittent recovery test: a useful tool for evaluation of physical performance in intermittent sports. **Sports Med.** v. 1, n. 38, p. 37-51, 2008.
- LIZANA C. J. R. et al. Análise da potência aeróbia de futebolistas por meio de teste de campo e teste laboratorial. **Rev Bras Med Esporte.** v. 20, n. 6, p. 447-450, 2014.
- PEDRO E. ALCARAZ et al. Similarity in adaptations to high-resistance circuit vs. Traditional strength training in resistance-trained men **Journal of Strength Conditioning Research.** v.0, n.0, p.1-9, 2010.
- SILVA GRIGOLETTO et al. Treinamento funcional: funcional para que e para quem? **Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum.** v. 6, n. 16, p. 714-719, 2014.
- TOMLJANOVIĆ et al. Effects of five weeks of functional vs. Traditional resistance training on anthropometric and motor performance variables. **Kinesiology.** v. 43, n. 2, p. 145-154, 2010.
- WEISS TIANA et al. Effect Of Functional Resistance Training On Muscular Fitness Outcomes In Young Adults. **Journal of Exercise Science & Fitness.** v. 8, n. 2, p.113–122, 2010.

## ASSOCIAÇÃO ENTRE QUALIDADE DO MOVIMENTO E DESEMPENHO FUNCIONAL EM IDOSAS FÍSICAMENTE ATIVAS

ALBANIR SANTOS CRUZ

ANTÔNIO GOMES DE RESENDE NETO (CREF: 002225-G/SE)

LEURY MAX DA SILVA CHAVES

ROBERTO JERÔNIMO SANTOS SILVA

MARZO EDIR DA SILVA-GRIGOLETTO (CREF: 006427-G/RS).

Departamento de Educação Física, Programa de Pós Graduação em Educação Física, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: [albanir\\_sc@hotmail.com](mailto:albanir_sc@hotmail.com)

**PALAVRAS-CHAVES:** envelhecimento; atividade diárias; saúde.

**INTRODUÇÃO:** Atualmente a avaliação funcional do movimento tem ganhado destaque nos programas de treinamento neuromuscular, trazendo importantes informações sobre assimetria corporal, limitações articulares e ajudando na prescrição de exercícios seguros e mais eficazes. No entanto, nota-se uma carência de estudos analisando a real associação entre a qualidade de movimento e a performance em atividades da vida diária do idoso. **OBJETIVO:** Analisar a associação entre um teste de qualidade do movimento com testes de performance funcional em idosas fisicamente ativas. **MÉTODO:** Quarenta e quatro idosas saudáveis ( $64,0 \pm 3,3$  anos), inscritas em um programa de treinamento neuromuscular, participaram deste estudo. Para estimar a Qualidade do Movimento (QM) foi utilizado o *Functional Movement System* (FMS) definido como instrumento para anamnese corporal através da avaliação de sete padrões de movimento funcionais classificados de 0 a 3 (a pontuação 0 corresponde a presença de dor na realização do movimento e a pontuação 3 a realização perfeita, somando um total máximo de 21 pontos). Para a verificação das respostas funcionais foram utilizados três testes da bateria *Sênior Fitness*, (equilíbrio/agilidade, força de membros inferiores e capacidade cardiorrespiratória). Os dados descritivos foram apresentados em média  $\pm$  DP e correlação de Pearson foi realizada para identificar associações entre as variáveis. **RESULTADOS:** Os valores do FMS apresentaram uma correlação moderada e significativa com a força de membros inferiores ( $r = 0,40$  e  $p=0,00$ ) e capacidade cardiorrespiratória ( $r = 0,50$  e  $p=0,00$ ) das participantes. Com relação ao teste de equilíbrio/agilidade, uma associação inversa e significativa foi encontrada ( $r = -0,51$  e  $p=0,00$ ). **CONCLUSÃO:** De acordo com os resultados encontrados, constou-se que o *FMS* pode ser utilizado como um teste complementar para estimar o desempenho funcional de idosas fisicamente ativas.

### REFERÊNCIAS

- AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM). Position Stand. Exercise and Physical Activity for Older Adults. *MedSci Sports Exerc.* v. 41, n. 7, p. 1510-30, 2009.
- COOK, G.; BURTON, L.; HOOGENBOOM, B.J. Pre-Participation Screening: The Use of Fundamental Movements as Assessment of Function – Part 1. *Int J Sports PhysTher.* v. 1, n. 3, p. 62-72, 2006.
- COOK, G.; BURTON, L.; HOOGENBOOM, B.J.; VOIGHT, M.L. Functional movement screening: Fundamental movements as an Assessment of Function- Part 2. *Int J Sports PhysTher.* v. 9, n. 4, p. 549-563, 2014.
- DA SILVA-GRIGOLETTO, M.E.; BRITO, C.J.; HEREDIA, J.R. Treinamento funcional: funcional para quem e para quem? *RBCDH.* v. 16, n. 6, p. 608-617, 2014.

---

.PACHECO, M.M.; TEIXEIRA, L.A.C.; FRANCHINI, E. TAKITO, M.Y. Functional vs. strength training in adults: specific needs define the best intervention. **IJSPT**. v. 8, n. 1, p. 34-42. 2013.

## A IMPORTÂNCIA DAS ATIVIDADES FÍSICAS PARA O IDOSO

VINÍCIUS MATHEUS DE SANTANA MOURA\*  
PEDRO VINÍCIUS SANTOS\*  
JOSÉ ALEX OLIVEIRA DA SILVA\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
viniciusmatheus1194@hotmail.com.

Palavras-chave: Musculação. Idoso. Hipertrofia.

**INTRODUÇÃO:** O número de idosos vem crescendo significativamente no Brasil. Segundo Mazo (1998), o país passa por um processo de envelhecimento rápido. Esse é um processo fisiológico dado por fatores como: perda e envelhecimento celular, deficiências auditivas e visuais, supressão e diminuição celular. **OBJETIVOS:** Apresentar os aspectos positivos no momento em que idosos buscam gradativamente a prática diária de atividades físicas, e a importância do fortalecimento muscular para terceira idade, mostrando também a eficiência dessas atividades na correção postural e no melhoramento da condição física e na prevenção de quedas. **METODOLOGIA:** Pesquisou-se as palavras-chave: musculação, idoso e hipertrofia no Descritores em Ciência da Saúde (DeCS), logo após em pesquisas no google acadêmico obteve-se resultado de aproximadamente 451 artigos científicos selecionando cinco dentre eles. **RESULTADOS:** A importância das atividades físicas na terceira idade foi exposta em estudos que estão baseados nas resistências aeróbicas e anaeróbicas apresentando a eficácia de ambas. Para Zawadski (2007), o exercício físico é o meio mais importante para passar uma fase de envelhecimento mais saudável com melhor condicionamento físico. Segundo Silva et al. (2010), apresentam a importância da força anaeróbica mostrando que dentre os declínios da terceira idade está o atrofiamento do tecido muscular e sua perda de força e tamanho. Segundo Shephard (1997), no treinamento aeróbico de idosos há estimulação de massa muscular e ossea com resistências localizadas e forças externas podendo ser de grande favor com melhoria na mobilidade articular e na resistência muscular. Segundo Rawson (1999), o uso de creatina em idosos de 60 e 82 anos não houve diferença significativa na massa corporal, densidade corporal ou massa de gordura livre avaliado pelo peso hidrostático, tão pouco diferença de força. **CONCLUSÃO:** Contudo, as eficiências dos efeitos da atividade física são comprovadas e mostram infinitos benefícios para a terceira idade. O exercício físico propício na qual o idoso passa em processo de envelhecimento normal para um envelhecimento mais saudável estimula e desenvolve movimentos que com o tempo se tornam mais difíceis, obtendo melhor flexibilidade tendo as atividades anaeróbicas como prevenção de quedas e correção postura corporal, e estimulando o fortalecimento dos tecidos musculares e articulações.

### REFERÊNCIAS:

- MAZO, G. Z. Universidade e terceira idade: percorrendo novos caminhos. Santa Maria: Nova Prova, 1998.
- RAWSON, E. S.; Wehnert, M. L.; Clarkson, P.,M.;1999. Effects of 30 days of creatine ingestion in older men. Eur J Appl Physiol Occup Physiol.
- SHEPHARD, R. J. Envelhecimento, atividade física e saúde. São Paulo: Phorte, 1997.
- SILVA, A. G. R. Treinamentos de RML e hipertrofia apresentam o mesmo grau de segurança em relação ao comportamento glicêmico em mulheres idosas diabéticas do tipo II. Coleção Pesquisa em Educação Física- Vol.9, n.4, 2010.



---

ZAWADSKI, A. B. R. Motivos que levam idosas a frequentarem as salas de musculação. Movimento e percepção, Espírito Santo do Pinhal, SP, v. 7, n.10, 2007.

## AUTONOMIA FUNCIONAL DE IDOSOS PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICO DO PROGRAMA ACADEMIA DA CIDADE

Anderson Luiz De Menezes Silveira<sup>1</sup>  
Hugo Cerqueira De Menezes Leandro<sup>1</sup>  
Leonardo Eisenlohr Andrade<sup>1</sup>  
Luís Paulo Souza Gomes (CREF: 1.156-GE/SE)<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
leoajugt@gmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Idosos, Autonomia Funcional, Atividades da Vida Diária, Autonomia.

**INTRODUÇÃO:** Um envelhecimento saudável associa-se diretamente à necessidade de manter cuidados com a saúde e com o corpo de maneira geral, por meio de práticas regulares de exercícios físicos, mantendo assim, a ação da capacidade funcional e da autonomia, evitando que idosos não tenham limitações em suas tarefas do dia a dia. **OBJETIVO:** Este trabalho teve como objetivo analisar os efeitos de um programa de exercício físico sobre os níveis de autonomia funcional de idosos participantes do Programa Academia da Cidade (PAC). **METODOLOGIA:** Configura-se como um estudo descritivo de caráter quanti-qualitativo. Participaram da pesquisa 21 idosos, não praticantes de atividade física (NPAF). A autonomia funcional foi avaliada por meio de testes do Grupo de Desenvolvimento Latino-Americano para a Maturidade (GDLAM), composta de: C10m, LPS, LPDV, LCLC e o teste VTC. Esses testes resultam no índice de GDLAM (IG). **RESULTADOS:** Os resultados foram os seguintes: PRÉ-PAC - C10m 6,50 ± 0,71 segundos, LPS 10,50 ± 0,71 segundos, LPDV 3,50 ± 0,71 segundos, LCLC 38,50 ± 4,95 segundos, VTC 15,00 ± 0,00 segundos e IG 33,25 ± 2,83 segundos e PÓS-PAC - C10m 6,00 ± 0,00 segundos, LPS 9,50 ± 3,54 segundos, LPDV 3,00 ± 0,00 segundos, LCLC 29,50 ± 0,71 segundos, VTC 11,00 ± 1,41 segundos e IG 26,75 ± 1,06 segundos. **CONCLUSÃO:** Concluímos que os dados sugerem ao programa de treinamento pode contribuir significativamente para melhoria de atividades da vida cotidiana da amostra, uma vez que esta procura melhorar o desempenho físico e desenvolvendo a autonomia funcional dos sujeitos estudos.

### REFERENCIAS

- ANDRADE, L. E. *et. al.* Avaliação do nível de autonomia funcional de idosos, a partir da aplicação de bateria de testes do protocolo GDLAM: Revisando a literatura. Caderno de Graduação - Ciências Biológicas e da Saúde - UNIT, [S.I.], v. 3, n. 1, p. 61-72, out. 2015. ISSN 2316-3151. Disponível em: <<https://periodicos.set.edu.br/index.php/cadernobiologicas/article/view/2498>>. Acesso em: 19 mai. 2016.
- CAPORICCI, S.; NETO, M.F.O. Estudo comparativo de idosos ativos e inativos através da avaliação das atividades da vida diária e medição da qualidade de vida. Revista Journal Motricidade, vol. 7, n. 2, pp. 15-24, 2011.
- DANTAS, E. H. M.; EMYGDIO, R. F.; FIGUEIRA, H. A.; VALE, Rodrigo G. S.; Functional Autonomy GDLAM Protocol Classification Pattern in Elderly Women. Indian Journal of Applied Research, v. 4, n. 7, p. 262-266, 2014.
- RONCONI, Ângelo Machado. Conteúdos e estruturas das baterias de testes que avaliam a aptidão física e a capacidade funcional de idosos: um estudo de revisão bibliográfica. Monografia – Graduação em Licenciatura em Educação Física. Porto Alegre (RS). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2011.
- SILVA, M. F. da. *et. al.* Relação entre os níveis de atividade física e qualidade de vida de idosos sedentários e fisicamente ativos. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol. Rio de Janeiro, 2012; 15(4):635-642.

## EFEITOS DE DOIS CIRCUITOS DIFERENTES DE CROSS TRAINING NA QUALIDADE DE MOVIMENTO

LEURY MAX DA SILVA CHAVES

EDUARDO RODRIGO OLIVEIRA ROCHA

MARTA SILVA, ALBANIR SANTOS CRUS

MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G7RS)

Centro De Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento De Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe Brasil.

Contato:leury\_max@hotmail.com

**Palavras Chave:** Treinamento, Jovens, Aptidão Física.

**INTRODUÇÃO:** Atualmente o treinamento funcional é considerado um método eficaz para melhorar a qualidade do movimento, afetando positivamente padrões diários funcionais. Essa melhora está relacionada com o desenvolvimento de ações funcionais como puxar, empurrar, agachar e transportar, que estão presentes nas atividades da vida diária (AVD's). Uma das formas de realizar o treinamento funcional, é utilizar o método *Cross Training* que consiste em treinar ações funcionais e variáveis condicionantes como força muscular, potencia muscular, velocidade e agilidade. Tudo isso realizado em uma única sessão de treino de maneira intermitente e em alta intensidade. Com o intuito de otimizar o tempo de pratica o treinamento é realizado em circuito, devido à sua praticidade e dinâmica de aplicação. Entretanto não são conhecidos na literatura científica os possíveis efeitos ocasionados pela alteração na organização dos exercícios de um circuito de treinamento funcional sobre a qualidade de movimento. **OBJETIVO:** Avaliar os efeitos de dois modelos de circuito da modalidade *Cross Training* na qualidade de movimento em jovens-adultos. **METODOLOGIA:** A amostra foi composta por 37 indivíduos, com idade entre 19 e 35 anos, divididos aleatoriamente em Circuito Tradicional (CT=18) e Circuito Modificado (CM=19), que realizaram 24 sessões de treinamento, com uma frequência de duas vezes por semana, com duração de 50 minutos por sessão. O treinamento foi dividido em: a) mobilidade articular e coordenação: mobilidade das principais articulações do corpo e coordenativos para a macha (15 minutos); b) neuromucular 1: Realização de padrões funcionais com potência, velocidade e agilidade (12 minutos); c) neuromuscular 2: Realização de padrões funcionais com uma maior resistência externa, tendo como objetivo o desenvolvimento de força muscular (12 minutos); cardiometabólica- aplicação de *high-intensity interval training*, (10 minutos): Os circuitos neuromusculares 1 e 2 foram compostos por seis estações, realizando-se duas series de cada circuito. Ambos grupos experimentais seguiam o mesmo treinamento com exceção dos circuitos 1(b) e 2(c). O grupo CT executava o circuito tradicional, alternando as ações motoras em cada estação (i.e.: puxar-empurrar-agachar-transportar-puxar-empurrar) e o grupo CM tinha a ordem dos exercícios alterada de forma que o mesmo grupamento muscular ou ação motora fosse repetida duas vezes, de forma consecutiva antes da próxima ação motora (i.e.: puxar-puxar,x2/empurrar-empurrar,x2/agachar-agachar,x2). Para avaliar a qualidade de movimento foi utilizado o *Functional Movement Screen*®. Os dados foram expressos em média e desvio padrão. Uma ANOVA 2x2 foi realizada, com *post-hoc de Bonferroni* para análise da diferença inter e intra grupo nos distintos momentos, adotando  $p \leq 0,05$  e tamanho do efeito (ES). **RESULTADOS:** Ambos grupos apresentaram melhoras significativas de pré para pós na qualidade de movimento (CT, pré=  $13,2 \pm 1,5$ ; pós=  $14,3 \pm 1,8$ ;  $p \leq 0,008$ ; ES= 0,7 ) e (CM, pré=  $14 \pm 1,6$ ; pós=  $15,1 \pm 1,1$ ;  $p \leq 0,002$ ; ES= 0,73). Não houve diferenças estatisticamente significativas entre os dois tipos de circuito ( $p= 0,6$ ). **CONCLUSÃO:** Diante das condições analisadas, os dois tipos de circuito aplicados no método *Cross Training* se mostraram igualmente eficientes na melhora da qualidade de movimento de jovens adultos.

---

**REFERENCIAS:**

KATE I. MINICK et al. Interrater Reliability Of The Functional Movement Screen. **Journal of Strength Conditioning Research**. v.24, n.2, p.479–486, 2010.

PEDRO E. ALCARAZ et al. Similarity in adaptations to high-resistance circuit vs. Traditional strength training in resistance-trained men **Journal of Strength Conditioning Research**. v.0, n.0, p.1-9, 2010.

TOMLJANOVIĆ et al. Effects of five weeks of functional vs. Traditional resistance training on anthropometric and motor performance variables. **Kinesiology**. v.43, n.2, p.145-154, 2010.

VENÍCIO DE J. M., Viviane M. S. B.; Giulliano G. Efeitos do treinamento funcional na avaliação funcional do movimento e composição corporal de militares do 1º Batalhão de Forças Especiais do Brasil. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**. v.14, n.2, p.68-75, 2015.

WEISS TIANA et al. Effect Of Functional Resistance Training On Muscular Fitness Outcomes In Young Adults. **Journal of Exercise Science & Fitness**. v.8, n.2, p.113–122, 2010.

## ANSIEDADE PRÉ – COMPETITIVA EM ATLETAS UNIVERSITÁRIOS

ANA CLÉCIA ALVES DOS SANTOS-000826G/SE  
LAÍS SANTOS OLIVEIRA-002374G/SE  
AFRANIO DE ANDRADE BASTOS  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE, SÃO CRISTOVÃO, BRASIL  
[cleciaana27@yahoo.com.br](mailto:cleciaana27@yahoo.com.br)  
PALAVRAS-CHAVE: ansiedade, pré-competição, atletas

**INTRODUÇÃO:** A ansiedade competitiva é uma percepção momentânea e negativa desencadeada pelo estresse no período pré-competição, o que se constitui um desafio para o atleta e para a psicologia do esporte e do exercício, pois esta pode interferir negativamente no desempenho do atleta, caso o mesmo não dê conta do processo de adaptação aos fatores psicológicos. **OBJETIVO:** O objetivo do presente estudo foi analisar a ansiedade-estado (competitiva) de atletas de basquete e handebol de um campeonato universitário, se o tempo de prática influencia na ansiedade. **MÉTODO:** Participaram 20 atletas das equipes de basquete e handebol da Universidade Federal de Sergipe. Todos responderam ao questionário mediante assinatura no termo de consentimento livre esclarecido (TCLE). O questionário utilizado foi a versão brasileira do *Competitive State Anxiety Inventory* (CSAI-2). O (CSAI-2) engloba 27 itens, distribuídos em 3 subescalas: ansiedade somática, ansiedade cognitiva e autoconfiança. A pontuação mínima para cada escala é 9 e a máxima é 36. Cada atleta respondeu 3 vezes ao questionário, em 3 partidas, sendo duas na fase de grupos e uma na fase semifinal. Os dados foram analisados através do teste t de Student e Anova, utilizando o pacote estatístico SPSS 18.0. O nível de significância foi  $p \leq 0,05$ . **RESULTADOS:** Não houve diferenças estatísticas significativas para nenhuma subescala: somática ( $p \leq 0,856$ ), cognitiva ( $p \leq 0,166$ ) e autoconfiança ( $p = 0,237$ ), ou seja, atletas de basquete e handebol apresentaram resultados semelhantes nos níveis de ansiedade na fase de grupos e na semifinal. Em relação a subescala autoconfiança entre os grupos com um tempo maior de prática encontramos diferença estatística através do teste “t” de Student ( $p = 0,002$ ). **CONCLUSÃO:** Com base nos dados podemos concluir que os atletas de handebol apresentam maior autoconfiança, em relação a ansiedade somática e cognitiva, do que os atletas de basquetebol, pode-se observar também que o tempo de prática no esporte não teve influência sobre o nível de ansiedade e sim sobre a autoconfiança.

### REFERÊNCIAS:

- COZZANI, M., MACHADO, A. A., VIEIRA, E. C., NASCIMENTO, A. L.. Ansiedade: interferências no contexto esportivo. In: MACHADO, A. A. **Psicologia do Esporte: temas emergentes**. Jundiaí: Fontoura, 1997. p. 109-121.
- FREITAS, C. M. S. M.; JUNIOR, J. M. F.; JUNIOR, A. B. S.; KUCERA, C. A. C.; MELO, R. R.; LEÃO, A. C.; CUNHA, A. E. V. Aspectos psicossociais que interferem no rendimento de modalidades desportivas coletivas. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**. v. 11, n. 2, p. 195-2001, 2009.
- FRISCHKNECHT, P. J. A influência da ansiedade no desempenho do atleta e do treinador. **Revista Treino Desportivo**. v. 15. p. 21-28, 1990.
- GIMENO, F.; BUCETA, J. M.; PÉREZ-LLANTADA, C. Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: evaluación mediante el cuestionario Características psicológicas relacionadas com el rendimiento deportivo. **Psicothema**. v. 19, n. 4, p. 667- 672, 2007.
- SAMULSKI, D. M. **Psicologia do esporte**. São Paulo: Manole, 2002.

---

WEINBERG, R. S., GOULD, D. Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício. 2ª ed. Porto Alegre: Artmed Editora, 2001.

## EXERCÍCIO FÍSICO NA GESTAÇÃO

GREYCE KELLY DOS SANTOS\*  
MARCELLE MOURA QUINTINO\*  
FLAVIO VIEIRA MATOS NETO\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

E-mail: gkellysantos06@gmail.com\*

**Palavras-chave:** Gestação. Exercício físico. Treinamento de resistência.

**INTRODUÇÃO:** A prática de exercícios é recomendada para todos os públicos, principalmente para gestantes. A discussão desse resumo se dá a prática da musculação durante o processo gestacional, avaliando suas vantagens e desvantagens. **OBJETIVOS:** Esclarecer qual o tipo de atividade física recomendada pelos profissionais médicos as gestantes. Descobrir até que ponto a atividade física não interfere no desenvolvimento do feto. **METODOLOGIA:** Para elaboração deste trabalho de pesquisa, inicialmente pesquisamos as palavras chaves “gestação”, “exercício físico” e “treinamento de força” no Decs. Em seguida utilizamos o google acadêmico para a busca dos artigos, na pesquisa no google acadêmico usamos a palavra musculação no lugar de “treinamento de resistência”. Foram achados 407 artigos em 0,03 segundos e utilizados 5 para elaboração do resumo, especializados na área de atividades físicas para gestantes. **RESULTADOS:** Atividades de força como musculação e pilates são bons exercícios para melhora de edemas. Atividades de relaxamento como alongamento e a yoga são bons para o bem-estar da gestante. Na musculação a gestante aumenta sua força muscular, potência, resistência, hipertrofia, fortalecimento e redução do percentual de gordura. Tudo isso desenvolve diversos benefícios como controle ponderal, redução de dores, melhora do retorno venoso, aumento do fluxo sanguíneo placentário, redução de sintomas decorrentes da gravidez e recuperação mais rápida pós-parto. **CONCLUSÃO:** Concluimos que o exercício físico com uma boa orientação traz vários benefícios tanto para a saúde da gestante, quanto para o feto. Por outro lado, o exercício mal orientado e sem controle traz vários riscos. O parto prematuro, diabetes gestacional e risco de aborto espontâneo são alguns dos riscos que podem ocorrer durante a gravidez. É indispensável o acompanhamento de um médico especialista para aliviar possíveis riscos e de um profissional de educação física para a elaboração de um programa bem planejado promovendo assim a sua segurança e a do feto e os benefícios de alguns exercícios eficazes para o período gestacional.

### REFERÊNCIAS:

- BRUNO. F. Os Benefícios e Riscos do Exercício Físico na Gestação, s/v, s/n, s/p, 2003.  
CHISTOFALO. C.; MARTINS. A.J.; TUMELERO. S. A pratica de Exercício Físico Durante o Período de Gestação, s/v, s/n, s/p, s/ano.  
MANN. L.; KLEINPAUL. J.F.; TEXEIRA. S.C.; MORO. A.R.P. Gravidez: Um Estado de Saúde, de Mudanças e Adaptações. **Revista Digital – Buenos Aires**, v.14, n.139, s/p, 2009.  
MONTENEGRO. L.P. Musculação: Abordagens Para a Prescrição e Recomendações Para Gestantes. **Revista Brasileira de Prescrição do Exercício** v.8, n.47, p.949-498. 2014.  
SURITA. F.G.; NASCIMENTO. S.L.; SILVA. J.L.P. Exercício Físico e Gestação. **ReV Bras Ginercol Obstet**, v.36, n.12, p.531-4, 2014.

## BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE MOTORA NA CRIANÇA E NO ADOLESCENTE

JOSÉ DE SOUZA CRUZ\*  
ÂNGELO ROBERTO DOS SANTOS\*  
CLAUDIMAR DE JESUS SANTOS\*  
GENILSON DOS SANTOS LIMA\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*#  
\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
romildosouza38@hotmail.com  
Palavras chave: “Atividade Motora” “Criança” “Adolescente”

**INTRODUÇÃO:** Esse estudo vem para identificar os níveis de participação e as consequências nas práticas de atividades físicas vivenciadas por crianças e adolescentes brasileiros nos diversos espaços existentes para tal finalidade. **OBJETIVO:** Obter informações relevantes, para que, possam ser criados mecanismos que venham a contribuir para a prática de atividades físicas no âmbito social das crianças e adolescentes. **METODOLOGIA:** Foram utilizadas na confecção desse estudo informações obtidas a partir das plataformas DeCS e “Google Acadêmico” onde foram encontrados 280 artigos científicos com relevante associação ao tema do estudo mencionado, destes 5 foram selecionados para a produção do presente estudo, tendo como base as palavras chave: “Atividade Motora” “Criança” “Adolescente”. **RESULTADO:** O cenário encontrado em várias regiões do país é preocupante no tocante as atividades físicas relacionadas a crianças e adolescentes, com um agravante no que diz respeito às meninas, pois as mesmas apresentam uma grande porcentagem de inatividade física, principalmente quando atingem a fase da adolescência, pois o brincar passa a não fazer mais parte no que pode ser classificado como atividade física. “A literatura sobre a prática de atividades físicas ou esportivas mostra que independente do tipo da atividade e da quantidade praticada, são muitos os benefícios, tanto na saúde física como mental” (BERGE et al., 1998,). Já os meninos aproveitam essa fase para vivenciar o jogo e a competitividade característicos dessa faixa etária, o que antes se denominava brincadeira, na adolescência é substituída pelo jogo, desta forma os resultados observados nos meninos são bem relevantes. Vários fatores são determinantes para a prática ou não de atividade física, com destaque para os fatores socioeconômicos, e socioculturais. “Deste modo, uma vida saudável deve começar na infância e adolescência, com boa alimentação, atividades físicas variadas e regulares, cuidados médicos adequados e um ambiente familiar seguro e estimulante” (NAHAS, 2003). Além das atividades físicas contribuírem no desenvolvimento das crianças e adolescentes no seu aspecto físico, há também o benefício na promoção da saúde desses indivíduos, evitando assim anomalias como a obesidade precoce nesse público. **CONCLUSÃO:** É preciso admitir que há muito por fazer, para que as crianças e adolescentes sejam estimulados a incluir em seu cotidiano a prática de atividades físicas, investimentos principalmente em conceitos como estrutura nas escolas, segurança para a prática de atividades físicas ao ar livre, e políticas públicas voltadas para resgatar a criança e o adolescente do sedentarismo, e conseqüentemente uma melhor qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

ALBERTO, Alvaro Adolfo Duarte; JUNIOR, Aylton José Figueira; DE JESUS MIRANDA, Maria Luiza. Avaliação da atividade física na promoção da saúde de adolescentes brasileiros: revisão sistemática. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 26, n. 3, p. 426-435, 2014.  
BERGER, Bonnie G. et al. Relationship between expectancy of psychological benefits and mood alteration in joggers. **International Journal of Sport Psychology**, 1998.



- 
- GONÇALVES, Helen et al. Fatores socioculturais e nível de atividade física no início da adolescência. **Revista Panamericana de Salud Pública**, v. 22, n. 4, p. 246-253, 2007.
- HALLAL, Pedro Rodrigues Curi et al. Prática de atividade física em adolescentes brasileiros. 2010.
- NAHAS, Markus Vinicius. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. Midiograf, 2001.
- ROLIM, M. K. S. B. et al. Estilo de vida de adolescentes ativos e sedentários. **Comunicação apresentada sob a forma de poster, 6º fórum Internacional de Esportes, Brasil, 2007.**
- TASSITANO, Rafael Miranda et al. Atividade física em adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática. **Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum**, v. 9, n. 1, p. 55-60, 2007.

## EFEITO DO TREINAMENTO RESISTIDO NA FORÇA, POTÊNCIA MUSCULAR E QUALIDADE DO MOVIMENTO EM IDOSAS

JADSON MORAIS DE SOUZA

LEANDRO HENRIQUE ALBUQUERQUE BRANDÃO

ANTONIO GOMES DE RESENDE NETO (CREF: 002225-G/SE)

MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G/RS)

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: [jmoraisouza1@gmail.com](mailto:jmoraisouza1@gmail.com)

**Palavras Chaves:** envelhecimento; atividades diárias; saúde.

**INTRODUÇÃO:** O envelhecimento possibilita o surgimento de diversos fatores que diminuem a capacidade funcional, conseqüentemente reduzindo o desempenho nas atividades da vida diária (AVDs), interferindo assim na autonomia do idoso. Dentre as variáveis afetadas negativamente pelo processo de envelhecimento, está a força, a potência muscular e a qualidade do movimento. Todas elas facilitam a realização de AVDs com maior eficácia e segurança. O treinamento resistido tradicional é sugerido como forma de reduzir os efeitos deletérios da sarcopenia, entretanto ainda não está claro na literatura científica até que ponto esse treinamento intervém na qualidade do movimento. **OBJETIVO:** Analisar o efeito do treinamento resistido na força, potência muscular e qualidade do movimento em idosas fisicamente ativas. **MÉTODOS:** 26 idosas foram divididas em dois grupos, o grupo de treinamento resistido (TR=15) e grupo controle (GC=11). Para análise da força dinâmica máxima (FDM) foi realizado o teste de 1RM nas ações de puxar (remada articulada), empurrar (supino vertical), e empurrar com membros inferiores (*leg press*). Para análise da potência (PM) foram utilizados os mesmos exercícios com uma carga de 50% de 1RM, a velocidade foi medida através de um *encoder* linear conectado a um sistema integrado de análise de dados (MuscleLab®), e para analisar a qualidade do movimento foi utilizado o *Functional Movement Screen*. Os dados foram apresentados em média e desvio padrão, analisados a partir da ANOVA 2x2 e *post hoc* de Sidak com nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** Ao final das doze semanas o TR apresentou melhoras estatisticamente significativas em relação aos valores iniciais em todas as variáveis analisadas: *supino* (FDM - pré: 56,7 ± 15,8 vs pós: 72,4 ± 16,1 Kg; p = 0,00)/(PM - pré: 113,1 ± 36,1 vs. pós: 133,7 ± 41,7 W; p = 0,00); *leg press* (FDM - pré: 133,0 ± 30,2 vs pós: 187,4 ± 39,4 Kg; p = 0,00)/(PM - pré: 337,7 ± 96,8 vs. pós: 371,0 ± 111,1 W; p = 0,02); *remada* (FDM - pré: 37,0 ± 8,4 vs pós: 46,1 ± 8,2 Kg; p = 0,00)/(PM - pré: 144,4 ± 39,6 vs. pós: 172,2 ± 42,4 W; p = 0,00) e Qualidade do movimento (pré: 9 ± 4 vs pós: 11,5 ± 2, p=0,001). Em relação ao GC, TR foi superior nos testes de 1RM e qualidade do movimento, porém não apresentou melhoras significativas nos testes de potência muscular. **CONCLUSÃO:** levando em consideração a amostra e as condições estudadas o treinamento resistido mostrou ser eficaz para incrementar a força muscular e a qualidade do movimento, porém não foi observado o mesmo efeito na potência muscular.

### REFERÊNCIAS

- CADORE, E. L. Multicomponent exercises including muscle power training enhance muscle mass, power output, and functional outcomes in institutionalized frail nonagenarians. **Age**. v.36, n. 2, p. 773–785, 2014.
- CADORE, E. L.; PINTO, R. S.; BOTTARO, M.; IZQUIERDO, M. Strength and Endurance Training Prescription in Healthy and Frail Elderly. **Aging and Disease**. v. 5, n. 3, p. 183-195, 2014.

---

DA SILVA-GRIGOLETTO, M. E.; BRITO, C. J.; HEREDIA, J. R. Treinamento funcional: funcional para que e para quem?. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**. v. 16, n. 6, p. 608-617, 2014.

PETERSON, M. D.; GORDON, P. M. Resistance Exercise for the Aging Adult: Clinical Implications and Prescription Guidelines. **The American Journal of Medicine**. v.124, n. 3, p. 194-198, 2011.

WESTCOTT, W.L. Resistance training is medicine: effects of strength training on health. **Curr Sports Med Rep**. v.11, n. 4, p. 209–216, 2012.

## A AVALIAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA REDE PÚBLICA MUNICIPAL DE MALHADOR-SE

CLEMERSON SILVA  
KELIANE DE ANDRADE TELES  
DANIEL BATISTA CONCEIÇÃO DOS SANTOS  
MARIA ELIANE DE ANDRADE  
MAYANNA MACHADO FREITAS  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
clemers18@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Ensino Fundamental e Médio; Educação Física e Treinamento; Avaliação Educacional.

**INTRODUÇÃO:** A educação está presente desde as sociedades primitivas e se apresenta como um processo intimamente ligado ao homem e ao seu desenvolvimento. A escola atende às necessidades de um modelo capitalista, cujo trabalho e educação estão interligados. Os métodos e técnicas utilizadas passam a ter importância no cenário educacional, onde os professores devem apresentar domínio sobre didática de ensino para serem facilitadores do conhecimento. **OBJETIVO:** Analisar o processo de avaliação nas aulas de Educação Física no ensino fundamental na rede pública municipal de Malhador-SE. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo através do método de análise documental, utilizando como fonte para a coleta de dados o Regimento Referencial da Rede Pública Municipal de Ensino de Malhador-SE, o Projeto Político Pedagógico de cada escola e o planejamento da disciplina em questão. **RESULTADOS:** Os resultados da pesquisa documental evidenciaram que nas escolas estudadas no referido município, a avaliação tem cumprido apenas com suas funções burocráticas. Embora a escola tenha liberdade para deliberar ações que possam suprir suas deficiências, a mesma não tem exercido autonomia que lhes foi concedida pela Lei de Diretrizes e Bases da Educação. **CONCLUSÃO:** Nota-se que a escola e os professores não apresentam uma compreensão clara sobre avaliação no contexto da Educação Física escolar, já que um dos critérios de aprovação e/ou reprovação é a assiduidade dos discentes em salas de aula. Portanto, faz-se necessário que educadores físicos busquem referências para melhor avaliação do processo ensino-aprendizagem na Educação Física escolar, de modo que esta disciplina deixe de cumprir apenas com as formalidades burocráticas.

### REFERÊNCIA

- CORINE, M.A.G. Avaliação da Aprendizagem: A Construção de uma Proposta na Educação Física. **Estudos em Avaliação Educacional**, v.36, n.18, p. 181-193, 2007.
- MARTINS, A.B.R; FREIRE, E.D.S. O Envolvimento dos Alunos nas Aulas de Educação Física. **Pensar a Prática**, v.3, n.16, p. 619-955, 2013.
- RODRIGUES, G.M. A Avaliação na Educação Física Escolar: Caminhos e Contextos. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v.02, n.2, p. 11-21, 2003.
- SANTOS, W.D. Avaliação Na Educação Física Escolar: Singularidades e Diferenciações de um Componente Curricular. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, Florianópolis, v.4, n.35, p. 883-896, 2013.
- SANTOS, W.D; MACEDO, L.R; MATOS, J.M.C; MELLO, A.D.S. SCHNEIDER, O. Avaliação Na Educação Física Escolar: Construindo Possibilidades Para Atuação Profissional. **Educação em Revista**, v.04, n.30, p 153-179, 2014.

## EFEITOS DE 12 SEMANAS DE UM PROTOCOLO DE TREINAMENTO RESISTIDO NA FUNCIONALIDADE E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSAS PRÉ-FRÁGEIS

Albernon Costa Nogueira  
Leury Max da Silva Chaves

Antônio Gomes de Resende Neto (CREF: 002225-G/SE)

Maria de Lourdes Feitosa Neta (CREF: 002758-G/SE)

Marzo Edir da Silva-Grigoletto (CREF: 006427-G/RS)

Departamento de Educação Física, Programa de Pós Graduação em Educação Física, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato:albernoncosta@yahoo.com.br

**Palavras-chave:** Envelhecimento; exercício físico; atividades diárias.

**INTRODUÇÃO:** O envelhecimento é um processo natural fisiológico em que todo o sistema psicobiológico humano sofre efeitos deletérios progressivos que resultam em declínios funcionais. O treinamento resistido é uma metodologia de treinamento bem evidenciada cientificamente quanto às suas melhoras em parâmetros fisiológicos e estruturais. Não obstante, em relação às adaptações na funcionalidade dos idosos, nota-se carência na literatura científica. **OBJETIVO:** Avaliar os efeitos de 12 semanas de um protocolo de treinamento resistido em circuito na funcionalidade e qualidade de vida de idosas pré-frágeis. **METODOLOGIA:** Vinte e seis idosas foram aleatoriamente divididas em dois grupos: Grupo treinamento resistido (TR= 15, 65,6 ± 5,1 anos, 28,5 ± 5,5 kg/m<sup>2</sup>) e Grupo controle (GC= 11, 62,5±5,3 anos, 30,4±5,9 kg/m<sup>2</sup>). As participantes do TR executaram os exercícios circuitados em máquinas de musculação, seguindo padrões de movimento essenciais para atividade do dia a dia (empurrar, puxar e agachar). As constituintes do GC executavam apenas exercícios de alongamento, a frequência de treinamento para os dois grupos foi de três vezes semanais, com intervalos de 48 horas. Para avaliação da funcionalidade foi utilizada a bateria *Sênior Fitness Test* (1- Sentar e alcançar, 2- Alcançar atrás das costas, 3- Levantar e caminhar, 4- Sentar e levantar, 5- Flexão de antebraço, 6- Caminhada de 6 minutos). Para avaliar a qualidade de vida foi utilizado o WHOQOOL-BREF. Os dados foram apresentados com média e desvio padrão e analisados a partir de uma ANOVA 2x2 com *post hoc* test de Sidak para verificar as diferenças entre os grupos, com nível de significância de p= 0,05. **RESULTADOS:** Ao final das 12 semanas de intervenção o TR apresentou diferenças estatisticamente significativas em relação ao pré-teste e ao GC nos testes: Levantar e caminhar, TR vs GC (pós: 4,9±0,5 vs. pós: 5,6±0,6; p = 0,004); Sentar e Levantar (pós: 22,3±2,9 vs. pós: 19,0±3,4; p = 0,016); Flexão de antebraço (pós: 23,0±2,8 vs. pós: 24,9±0,5; p = 0,029) e WHOQOOL (pós: 101,3±12,8 vs. pós 89,6±8,0 P= 0,027). No entanto, nos testes de Sentar e alcançar (pós: 6,5±7,1 vs. 6,8±7,3; p= 0,992); Alcançar atrás das costas (pós: -0,3±9,0 vs. pós: -1,0±7,4; p=0,973) e Caminhada de 6 minutos (pós: 563,4±51,1 vs. pós 549,4±40,7; p=0,945), não apresentaram diferenças significativas em relação ao grupo controle. **CONCLUSÃO:** Tendo em vista a amostra e as condições analisadas, o protocolo de treinamento resistido executado parece ser eficaz na melhora da funcionalidade e qualidade de vida de idosas pré-frágeis.

### REFERÊNCIAS

FECHINE, B.R. A.; TROMPIERI, N. Processo de Envelhecimento: As principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. **Revista Científica Internacional**. v. 1, n. 7, p. 106-132, 2012.

RIKLI, R. E.; JONES, C. J. Development and validation of a functional fitness test for community-residing older adults. **J Aging Phys Activity**. v. 7, p. 129-161, 1999.

---

FLECK, M. P. A, et al. Application of the Portuguese version of the abbreviated instrument of quality life WHOQOL-bref. **Revista de Saúde Pública** v. 34, 178-83, 2000.

ORLEY J. The World Health Organization (WHO) Quality of Life Project. In: Trimble M, Dodson W, editors. Epilepsy and quality of life. New York: **Raven Press**;1994. p. 99-108.

ADORE, E.L.; CASAS-HERRERO, A.; ZAMBOM-FERRARESI, F.; IDOATE, F.; MILLOR, N.; GÓMEZ. M.; et al. Multicomponent exercises including muscle power training enhance muscle mass, power output, and functional outcomes in institutionalized frail nonagenarians. **Age**. v.36, n.2, p.773-85. 2014.

## **BENEFICIOS DO FUTEBOL ADAPTADO PARA PORTADORES DE SINDROME DE DOWN**

WILDER SILVA DE AMORIM

WENDELL SILVA DE AMORIM

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)

Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

E-mail: Wilder.ifs@gmail.com

Palavras-chave: Síndrome de Down. Futebol. Atividade Física.

**INTRODUÇÃO:** Durante muito tempo a relação entre sociedade e as pessoas portadoras de deficiência era de inadaptação social, destacando que se tinha vergonha e medo, assim rejeitando os portadores de deficiência. A partir do século XIX os portadores de deficiência passam a ter assistência educacional, vinculado ao campo médico, com o desenvolvimento dos conceitos de humanização, busca uma nova mentalidade onde acredita na igualdade dos direitos entre portadores de deficiência e os outros humanos. “A síndrome de Down é um acidente genético e considerado a mais comum das anomalias genéticas, durante o processo de meiose ocorre um erro na distribuição cromossômica, ou seja, uma das células novas recebe um cromossomo 21 a mais, ou ainda, pode ocorrer outra variação que fuja ao padrão diploide (Gestal, 2008). Crianças portadoras de síndrome de Down é um ser humano de características próprias, com variações no desenvolvimento motor e habilidades intelectuais, outra variante e o comportamento que tem variações entre inatividade à hiperatividade. O desenvolvimento motor dessas crianças é mais lento, estas características reforçam a necessidade de uma noção não fragmentada da criança por parte dos educadores, de forma que venha da liberdade individual o autoconhecimento e a superação de seus limites (Gonçalves, 1999) citado por (Rodrigues et al). O esporte, no que diz respeito às propostas voltadas para a aquisição de habilidades motoras verifica-se uma grande preocupação em relação ao papel das experiências motoras para crianças com síndrome de down (Gimenez, 2007). O esporte adaptado tem sua história iniciada em princípios do século XX, no Brasil o esporte adaptado surgiu graças às iniciativas de duas pessoas em condição de deficiência não sensorial (Rocha, 2010). **OBJETIVO:** Mostrar a modalidade do futebol adaptado visando a melhoria ou amenizar os problemas de saúde e de âmbito social característicos dos portadores de síndrome de down. **METODOLOGIA:** Através da busca de palavras-chaves pesquisadas e encontradas no DECS e, seguidamente, passamos essas palavras para o “google acadêmico” no qual encontramos artigos científicos em que usamos para retirada das informações para o desenvolvimento desse resumo. **RESULTADOS:** Com a prática do futebol adaptado pode-se obter diversas melhorias na vida do portado de síndrome de down, tais como, seu equilíbrio, a coordenação de movimentos, sua estrutura músculo esquelética, a orientação espacial e nos problemas respiratórios, enfatizando as atividades aeróbicas e resistência muscular, já que a hipotonia e a deficiência cardiorrespiratória são os problemas que são mais frequentes nos portadores da síndrome de down (Cristo et al, 2011). **CONCLUSÃO:** A elaboração deste trabalho proporcionou ampliar os conhecimentos sobre o tema proposto, além de mostrar a importância e os benefícios que o esporte trás para essa população down. Visto que, se realizado com um profissional preparado, há melhorias nas suas habilidades motoras e na habilidade cognitiva.

### **REFERÊNCIAS**

RODRIGUES, A. R. de A. Corpo Substancial e Corpo Relacional: Discutindo a Aprendizagem do Movimento da Criança Portadora de Síndrome de Down, RN, [2016].

CRISTO, L. S., CRUZ, G. de C. Futebol Adaptado para portadores de Síndrome de Down, Rev. EFDportes.com, Buenos Aires, nº154, março, 2011. Disponível em:

---

><http://www.efdesportes.com/efd154/futebol-5-adaptado-para-portadores-de-sindrome-de-down.htm>>

ROCHA, C. M. C. Iniciação do aluno portador de Síndrome de Down: Relatos de uma Instituição Sul-Capixaba, Rev. EFDesportes.com, Buenos Aires, nº142, março, 2010. Disponível em:

><http://www.efdesportes.com/efd142/iniciacao-do-aluno-portador-de-sindrome-de-down.htm>>

GIMENEZ, R. Atividade motora para indivíduos portadores de Síndrome de Down, Rev. EFDesportes.com, Buenos Aires, nº113, outubro, 2007. Disponível em: >

<http://www.efdesportes.com/efd113/atividade-motora-sindrome-de-down.htm>>

GESTAL, S. B. P., MANSOLDO, A. C. A importância da atividade física na melhoria da qualidade de vida dos portadores da Síndrome de Down, Rev. EFDesportes.com, Buenos Aires, nº119, abril, 2008. Disponível em: >

<http://www.efdesportes.com/efd119/atividade-fisica-dos-portadores-da-sindrome-de-down.htm>>



**CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSAS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA EM UMA ACADEMIA DA CIDADE DE JOÃO PESSOA- PB.**

WLLIANE SILVA SOARES CRN 17378/P  
MARCIANA DA CUNHA RÊGO CREF 004161-G/PB  
RAQUEL SUELEN BRITO DA SILVA CREF 003180-G/PB  
TEREZA CARMEN FARIAS ONOFRE CREF 000561/PB  
FERNANDA ANTÔNIA DE ALBUQUERQUE MELO CREF 000010-G/PB  
FACULDADE MAURICIO DE NASSAU, JOÃO PESSOA, PARAÍBA, BRASIL.  
E-mail: wlliane\_soares@hotmail.com

**PALAVRAS CHAVE:** Idosas. Atividade Física. Independência.

**INTRODUÇÃO:** A hidroginástica é considerada um ótimo exercício para ser desempenhada por idosos. Pelo fato de não causar impacto nas articulações e ser um exercício baseado no aproveitamento da água como sobrecarga, sua prática age diretamente para a manutenção das atividades básicas de vida diária. **OBJETIVOS:** Analisar a capacidade funcional de idosas praticantes de hidroginástica em uma academia na cidade de João Pessoa/PB. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal do tipo descritivo com abordagem quantitativa. A amostra foi composta por 20 idosas na faixa etária entre 60 a 90 anos que praticavam hidroginástica em média 3 vezes por semana. Estas responderam a um questionário contendo dados sócio-demográficos como também ao Índice de Barthel, que corresponde a um instrumento que avalia as atividades da vida diária e mede a independência funcional quanto as variáveis de cuidado pessoal, mobilidade, locomoção e eliminações. A análise dos dados foi efetuada por meio do *software* estatístico *Stata*® 10.0, sendo realizada estatística descritiva das frequências de respostas. **RESULTADOS:** Das 20 idosas participantes do estudo, 100% delas afirmaram possuir total independência na realização das refeições e higiene pessoal. Quanto à execução dos asseios, toda a amostra (100%) considerou-se apta para esta atividade, assim como declarou ter independência para subir e descer escadas. Na locomoção diária, todas as idosas afirmaram conseguir se locomover de forma independente e possuir autonomia na realização de suas transferências. Dessa forma, as idosas foram classificadas, em sua maioria como independentes, tendo sua capacidade funcional mensurada como grau leve, segundo o Índice de Barthel. **CONCLUSÃO:** A prática regular da hidroginástica contribuiu para a manutenção da autonomia das idosas, conservando assim para uma maior independência nas realizações das atividades básicas de vida diária.

**REFERÊNCIAS**

- CORDEIRO, J. et al. Efeitos da atividade física na memória declarativa, capacidade funcional e qualidade de vida em idosos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 17, n. 3, p. 541-552, 2014.
- GONÇALVES, K. C. et al. Comparação entre a percepção da qualidade de vida e o nível de aptidão física de idosos praticantes de atividades aquáticas. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 12, n. 39, 2014.
- MAHONEY, F. I.; BARTHEL, D. Functional Evaluation: The Barthel Index. **Maryland State Medical Journal**, V. 14, P. 56-60, 1965.
- OLIVEIRA, A. C. ET AL. Qualidade De Vida Em Idosos Que Praticam Atividade Física - Uma Revisão Sistemática. **Revista Brasileira De Geriatria E Gerontologia**, V. 13, N. 2, P. 301-312, 2010.
- PAULA, K. C; PAULA, D. C. Hidroginástica Na Terceira Idade. **Revista Brasileira De Medicina Do Esporte**, V. 4, N. 1, P. 24-26, 1998.

## LESÕES PROVENIENTES DA PRÁTICA ESPORTIVA

ALAN GABRIEL OLIVEIRA FONTES \*  
BRENO SILVA SOUZA\*  
GLEDSON MOURA DA CONCEIÇÃO \*  
JOSÉ BISPO DOS SANTOS NETO\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
alan.fontes@outlook.com

Palavras-Chave: Lesões; Hipertrofia; Medicina Esportiva.

**INTRODUÇÃO:** Sabemos que a prática de atividade física (AF) nas épocas passadas eram vistas para a melhoria da estética. Atualmente as ciências e estudos mostram que além da melhoria corporal, praticar AF melhora também a saúde e aumenta a prevenção delas. Entretanto, a população adaptada a exercício físico, com propósito competitivo, fica à mercê dos riscos, ou seja, dos acidentes e causar lesões provenientes dessa prática. Especificamente, tem-se adotado a classificação das lesões em quatro categorias gerais: 1) aguda; 2) crônica; 3) exacerbação aguda de lesão crônica, e 4) subclínica. **OBJETIVOS:** Identificar, classificar e caracterizar lesões que possam ocorrer na prática de exercícios físicos de baixa, leve e alta intensidade. **METODOLOGIA:** Pesquisa através de artigos científicos, dados estatísticos e livros. **RESULTADOS:** Quanto as regiões mais prejudicadas, salientam-se joelhos, dedos e abdômen. Quanto a modalidade coletiva de maior ocorrência seria no futebol, já entre as modalidades individuais, a maior incidência de lesões seria no atletismo. **CONCLUSÃO:** Concluiu-se que o hábito da prevenção evitaria uns malefícios principalmente em atletas, até porque é muito mais simples que uma recuperação muscular pós-lesão. Isso chama-se respeitar a condição do corpo sem pular etapas. Iniciando sempre, antes de qualquer exercício, um alongamento, a depender do intuito, até mesmo uma flexão muscular para que com isso possa ser liberado o líquido sinovial, lubrificando as articulações, seguido de um aquecimento funcional ou com pouca carga em máquinas para criar uma ativação muscular e melhorar a estabilidade do mesmo, prevenindo e melhorando o desempenho.

### REFERÊNCIAS:

- CONTE, Marcelo et al. Exploração de fatores de risco de lesões desportivas entre universitários de educação física: estudo a partir de estudantes de Sorocaba/SP. Rev Bras Med Esporte, v. 8, n. 4, p. 151-6, 2002.
- DE ASSIS JUNIOR, Renato Silveira. Equilíbrio Muscular Em Atletas Adolescentes De Natação: A Importância Da Fisioterapia Desportiva Com Enfoque Da Prevenção De Lesões. TCC, Pará, 2008
- DE MEDEIROS RONDAS, Hugo; PENA, Leandro Vargas; DE OLIVEIRA PIRES, Flávio. Incidência De Depressão Escapular Em Fisiculturistas. Coleção Pesquisa em Educação Física - Vol.10, n.2, p.95-100, 2011
- FERREIRA, Alan de Carvalho Dias et al. Musculação: aspectos fisiológicos, neurais, metodológicos e Nutricionais. XI Encontro de Iniciação à Docência–UFPB-PRG-2008, 2008.
- SIMÕES, Nelcy Vera N. Lesões desportivas em praticantes de atividade física: uma revisão bibliográfica. Revista Brasileira de Fisioterapia, v. 9, n. 2, p. 123-128, 2005.

## O AUMENTO DE PESO DAS CRIANÇAS, PELO DESINTERESSE ÀS PRÁTICAS DE ATIVIDADES E EXERCÍCIOS FÍSICOS.

RAFAEL PACHECO DE MATOS  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
rafael20jw@outlook.com  
PALAVRAS-CHAVE: Atividades Físicas. Crianças. Saúde.

**INTRODUÇÃO:** Com as facilidades do mundo moderno, é fato que crianças praticam a cada dia menos atividades físicas, trocando o futebol pela internet, soltar pipa pelo vídeo game e as conversas de roda com os amigos pelo celular. Esses são alguns dos fatores apontados como causa do aumento de obesidade e o aparecimento de algumas doenças como a diabetes e hipertensão que a cada dia é mais frequente. **OBJETIVOS:** Entender os motivos do aumento do peso das crianças associado com a falta da prática de atividades físicas **METODOLOGIA:** a partir do tema escolhido: o aumento de peso das crianças, pelo desinteresse às práticas de atividades e exercícios físicos, foi feita uma busca no Decs com as palavras chaves: “obesidade”, “criança” e “Atividade Física”. Depois foi feita uma busca no Google acadêmico com as palavras chaves mencionadas, onde foram encontrados 17700 artigos referentes ao tema. Deste foram retirados 5 artigos para serem melhor explorados. **RESULTADOS:** A escola é o ambiente mais propício para que seja feita essa conscientização. Além disso, sendo a saúde abordada sob a forma de um tema transversal, pode ser discutido não só nas aulas de Educação Física, mas em todas as disciplinas. **CONCLUSÃO:** Assim sendo, existe necessidade de levar os educandos a desenvolver valores, percepções e atitudes positivas, mediante ações educativas adequadamente planejadas e ajustadas no período de escolarização, promovendo uma melhoria na sua aptidão física e conseqüentemente, os tornariam mais resistentes às doenças, na expectativa de que um estilo de vida saudável possa ser incorporado desde a infância e adolescência e permaneça por toda a vida.

### REFERÊNCIAS:

- ALVES, Crésio; LIMA, Renata Villas Boas. **Impacto da atividade física e esporte sobre o crescimento e puberdade de crianças e adolescentes.** Rev Paul Pediatr 2008;26(4):383-91.
- GIDDENS, Anthony. **Mundo em descontrole** – 6ª Ed. – Rio de Janeiro: Record, 2007.
- DUHIGG, Charles. **O poder do hábito: por que fazemos o que fazemos na vida e nos negócios.** - Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.
- KUNZ, Elenor. **Transformação didático-pedagógica do esporte** – 7. Ed. – Ijuí: Ed. Unjuí, 2006. – 160 p. – (Coleção educação física).
- MENDONÇA, Cristina Pinheiro; ANJOS, Luiz Antônio dos. **Aspectos das práticas alimentares e da atividade física como determinantes do crescimento do sobrepeso/obesidade no Brasil.** Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 20(3):698-709, mai-jun, 2004.
- PIMENTA, A.P.A; PALMA, A. **Perfil epidemiológico da obesidade em crianças: relação entre televisão, atividade física e obesidade.** Rev. Bras. Ciên. e Mov. 9 (4): 19-24, 2001.

## INFLUÊNCIA DE 8 SEMANAS TREINAMENTO FORÇA TRADICIONAL NA FUNCIONALIDADE DE IDOSAS FISICAMENTE ATIVAS

JOSÉ CARLOS ARAGÃO SANTOS

LEURY MAX DA SILVA CHAVES

ANTÔNIO GOMES DE RESENDE NETO (CREF: 002225-G/SE)

MARIA DE LOURDES FEITOSA NETA (CREF: 002758-G/SE)

MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO.

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: carlosaragao.18@gmail.com

**Palavras-chave:** Envelhecimento. Treinamento de Resistência. Força Muscular. Atividades Diárias. Saúde.

**INTRODUÇÃO:** O treinamento de força tradicional promove aumentos consideráveis nos níveis de força muscular, potência e massa muscular, sendo amplamente utilizado para retardar os efeitos da senescência. No entanto, não há um consenso na literatura sobre a transferência dos benefícios deste método de treinamento para as atividades cotidianas do idoso. **OBJETIVO:** Avaliar a influência de oito semanas de treinamento de força tradicional na funcionalidade de idosas fisicamente ativas. **METODOLOGIA:** Após uma avaliação médica, 16 idosas ( $65,3 \pm 5,4$  anos /  $29,3 \pm 5,4$  kg/m<sup>2</sup>) participaram do protocolo de treinamento que consistiu em: 10' de mobilidade articular; 15' caminhada; 25' de exercícios analíticos, predominantemente realizados em máquinas com padrões de movimento funcionais, tais como puxar (remada), agachar (*leg press* 45°) e empurrar (supino vertical), além de exercícios como *stiff* e gêmeos em pé; 10' com atividades lúdicas objetivando a melhora dos aspectos cognitivos. A capacidade funcional foi avaliada através da bateria *Senior Fitness Test* composta pelos testes de Sentar e Alcançar e Alcançar Atrás das Costas (flexibilidade de membros inferiores e superiores), Levantar e Caminhar (agilidade e equilíbrio dinâmico), Flexão de Antebraço e Sentar e Levantar (força dos membros superiores e inferiores) e Caminhada de 6 minutos (capacidade cardiorrespiratória). Os dados obtidos foram apresentados em média, desvio padrão e percentual de mudança ( $\Delta$ ), analisados a partir de um teste "t" pareado para avaliar os resultados pré e pós, com significância estatística  $\leq 0,01$ . **RESULTADOS:** Após as oito semanas de intervenção foi observada melhora em toda a bateria *Senior Fitness Test* em relação ao pré teste: Sentar e Alcançar pré:  $3,5 \pm 6,6$  vs. pós:  $5,3 \pm 6,4$  cm;  $p = 0,00$ ; 51,4%; Alcançar Atrás das Costas pré:  $-3,7 \pm 7,1$  vs. pós:  $-2,6 \pm 6,8$  cm;  $p = 0,53$ ; 42,3%; Levantar e Caminhar pré:  $5,1 \pm 0,6$  vs. pós:  $4,7 \pm 0,5$  s;  $p = 0,01$ ; 8,5%; Sentar e Levantar pré:  $15,8 \pm 3,3$  vs. pós:  $18,5 \pm 3,6$  reps;  $p = 0,34$ ; 17,0%; Flexão de Cotovelo pré:  $19,5 \pm 4,0$  vs. pós:  $21,2 \pm 3,7$  reps;  $p = 0,01$ ; 8,7% e Caminhada de 6 minutos pré:  $539 \pm 59$  vs. pós:  $560,3 \pm 51,7$  m;  $p = 0,31$ ; 3,9%. **CONCLUSÃO:** A partir da amostra analisada, o treinamento de força tradicional aplicado demonstrou ser eficaz na melhora da funcionalidade de idosas fisicamente ativas.

### REFERÊNCIAS

American College of Sports Medicine. *Exercise and Physical Activity for Older Adults*. Medicine & Science in Sports & Exercise. [S.l.: s.n], v. 41, n. 7, p. 1510-1530. 2009. Disponível em: <10.1249/MSS.0b013e3181a0c95c>. Acesso em: 9 de ago. 2016.

CADORE, Eduardo Lusa. et al. *Strength and Endurance Training Prescription in Healthy and Frail Elderly*. Aging and Disease. [S.l.], v. 5, n. 3, p. 183-195, 2014. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4037310/pdf/ad-5-3-183.pdf>>. Acesso em: 9 de ago. 2016.

---

CADORE, Eduardo Lusa; IZQUIERDO, Mikel; CASAS-HERRERO, Alvaro. *Ejercicio físico como intervención eficaz en el anciano frágil*. Anales del Sistema Sanitario de Navarra. [S.l.], v. 35, n. 1, p. 69-85, 2012. Disponível em: <[http://www2.unavarra.es/gesadj/depCSalud/mikel\\_izquierdo/14347-52304-1-PB.pdf](http://www2.unavarra.es/gesadj/depCSalud/mikel_izquierdo/14347-52304-1-PB.pdf)>. Acesso em : 9 de ago. 2016.

CORREA, Cleiton. et al. *Three Different Types of Strength Training in Older Women*. International Journal of Sports Medicine. New York, v. 33, [s.n], p. 962–969, 2012. Disponível em: <<http://www.thieme-connect.com/DOI/DOI?10.1055/s-0032-1312648>>. Acesso em: 9 de ago. 2016.

FECHINE, Basílio Rommel Almeida; TROMPIERI, Nicolino. *Processo de Envelhecimento: As principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos*. Revista Científica Internacional, XX<sup>th</sup>. ed. [S.l.: s.n], v. 1, n. 7, p. 106-132, jan. / mar. 2012. Disponível em: <<http://www2.interscienceplace.org/isp/index.php/isp/article/download/196/194>>. Acesso em: 8 de jul. 2016.

## EFEITOS DE 8 SEMANAS DE TREINAMENTO FUNCIONAL NOS COMPONENTES DA FORÇA DE IDOSAS PRÉ-FRAGÉIS

JOSÉ CARLOS ARAGÃO SANTOS  
EDUARDO RODRIGO OLIVEIRA ROCHA  
ANTÔNIO GOMES DE RESENDE NETO (CREF: 002225-G/SE)  
MARIA DE LOURDES FEITOSA NETA (CREF: 002758-G/SE)  
MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G7RS).  
Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.  
Contato: carlosaragao.18@gmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Envelhecimento. Treinamento de Resistência. Força Muscular. Autonomia Pessoal. Saúde.

**INTRODUÇÃO:** O treinamento funcional parece eficaz na melhora da performance para atividades do cotidiano, já que tem por objetivo trabalhar de forma global as funções corporais contribuindo para a autonomia do indivíduo. No entanto, há poucos estudos que analisaram os efeitos desse método sobre a força dinâmica máxima, potência muscular e força isométrica de idosas e em movimentos funcionais. **OBJETIVO:** Avaliar os efeitos de oito semanas de treinamento funcional na força dinâmica máxima, potência muscular e força isométrica de idosas pré-frágeis. **METODOLOGIA:** Dezoito idosas ( $65,6 \pm 5,4$  anos,  $29 \pm 4,9$  kg/m<sup>2</sup>), após passarem por uma avaliação médica, realizaram o protocolo de treinamento que consistiu em 5' para mobilidade articular, 15' de atividades realizadas a máxima velocidade concêntrica para trabalho de potência e coordenação (neuromuscular 1), 25' com trabalho de força dinâmica máxima com a execução de padrões de movimentos funcionais tais como puxar, empurrar, agachar e transportar de forma dinâmica (neuromuscular 2) e, por fim, 10' para atividades lúdicas focadas em aspectos cardiorrespiratórios e aspectos cognitivos. A força dinâmica máxima (FDM) e potência muscular (PM) foram verificadas nas ações de empurrar (Supino Vertical e *Leg Press* 45°) e puxar (Remada Articulada). E a força isométrica (ISO) foi avaliada através de dinamômetro manual e lombar (*Hand Grip test* e *Isometric Dead-Lift Test*). Os dados foram apresentados com média, desvio padrão e percentual de mudança ( $\Delta$ ) e analisados a partir de um Test "t" pareado com significância estatística  $\leq 5\%$ . **RESULTADOS:** Ao final das oito semanas foi observada uma melhora estatisticamente significativa na força isométrica (*Hand Grip Test* pré:  $18,3,0 \pm 4,2$  vs. pós:  $19,8 \pm 4,1$  KgF;  $p = 0,00$ ; 8,1% / *Isometric Dead-Lift Test* pré:  $61,4 \pm 13,4$  vs. pós:  $66,0 \pm 14,1$  kgF;  $p = 0,00$ ; 7,4%) e na força dinâmica máxima (Supino Vertical pré:  $56,1 \pm 12,8$  vs. pós:  $63,2,6 \pm 13,4$  kg;  $p = 0,00$ ; 12,6% / *Leg Press* 45° pré:  $131,4 \pm 27,5$  vs. pós:  $163,2 \pm 32,3$  kg;  $p = 0,00$ ; 24,2% / Remada Articulada pré:  $36,9 \pm 9,1$  vs. pós:  $40,9 \pm 7,8$  kg;  $p = 0,00$ ; 10,8%). Entretanto, não foram encontrados resultados satisfatórios na potência muscular (Supino Vertical pré:  $118,3 \pm 41,1$  vs. pós:  $126,1 \pm 38,4$  W;  $p = 0,06$ ; 6,5% / *Leg press* 45° pré:  $337,0 \pm 91,6$  vs. pós:  $356,9 \pm 102,7$  W;  $p = 0,12$ ; 5,9% / Remada Articulada: pré:  $152,6 \pm 43,8$  vs. pós:  $168,5 \pm 55,8$  W;  $p = 0,06$ ; 10,4%). **CONCLUSÃO:** Tendo em vista a amostra e as condições analisadas, o treinamento funcional parece eficaz no aumento da força dinâmica máxima e isométrica de idosas pré-frágeis. Entretanto, no que se refere a potência muscular os resultados foram inconclusivos.

### REFERÊNCIAS

CADORE, Eduardo Lusa. et al. *Multicomponent exercises including muscle power training enhance muscle mass, power output, and functional outcomes in institutionalized frail nonagenarians*. Age, [S.l.: s.n], v.36, n. 2, p. 773–785, 2014. Disponível em:

---

<[http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4039263/pdf/11357\\_2013\\_Article\\_9586.pdf](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4039263/pdf/11357_2013_Article_9586.pdf)>.

Acesso em: 8 de jul. 2016.

CADORE, Eduardo Lusa. et al. *Effects of Different Exercise Interventions on Risk of Falls, Gait Ability, and Balance in Physically Frail Older Adults: A Systematic Review*. Rejuvenation Research, [S.l.] Mary Ann Liebert, v. 16, n. 2, p. 105-114, 2013. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3634155/pdf/rej.2012.1397.pdf>>. Acesso em: 8 de jul. 2016.

DA SILVA-GRIGOLETTO, Marzo Edir; BRITO, Ciro José; HEREDIA, Juan Ramon. *Treinamento funcional: funcional para que e para quem?*. Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano, [S.l.: s.n], v. 16, n. 6, p. 608-617, 2014. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/rbcdh/article/download/1980-0037.2014v16n6p714/27953>>. Acesso em: 8 de jul. 2016.

FECHINE, Basílio Rommel Almeida; TROMPIERI, Nicolino. *Processo de Envelhecimento: As principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos*. Revista Científica Internacional, XX<sup>th</sup>. ed. [S.l.: s.n], v. 1, n. 7, p. 106-132, jan. / mar. 2012. Disponível em: <<http://www2.interscienceplace.org/isp/index.php/isp/article/download/196/194>>. Acesso em: 8 de jul. 2016.

WHITEHURST, A. Michael. et al. *The benefits of a functional exercise circuit for older adults*. Journal of Strength and Conditioning Research, [S.l.: s.n], v.19, n.3, p.647-651, 2005.

## **AVALIAÇÃO DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA A QUALIDADE DE VIDA EM DETENTOS DO SISTEMA PRISIONAL DO ESTADO DE SERGIPE**

MARCELO DANILLO MATOS DOS SANTOS/CREF: 001993-G/SE

ANDRES ARMAS ARLEJO/CREF: 002765G/SE

FELIPE JOSE AIDAR/CREF: 001776-GMG

Universidade Federal De Sergipe-UFS, Aracaju-Sergipe-Brasil.

Faculdade Estacio- FASE, Aracaju-Sergipe-Brasil.

Universidade Federal De Sergipe-UFS, Aracaju-Sergipe-Brasil.

[marceloed25@hotmail.com](mailto:marceloed25@hotmail.com)

**PALAVRAS CHAVE:** Detentos. Educação Física. Atividade Física. Qualidade de Vida e Saúde.

**INTRODUÇÃO:** A gestão do processo carcerário constitui um dos problemas mais complexo da realidade social brasileira. O Brasil possui cerca de 607.731 pessoas reclusas no ano de 2014, é o país com a quarta maior população carcerária do mundo, ficando atrás apenas dos Estados Unidos, China e Rússia (IFOPEN, 2014). O Estado de Sergipe totaliza nas 7 unidades prisionais 4.331 detentos em 2015 (DESIPE, 2015). Segundo (Neves, 2011) a partir do século XIX o sistema prisional brasileiro passou a implementar medidas sociais que assegurassem uma melhor forma de tratamento as pessoas que se encontravam reclusas. Dentre as demandas propostas pela “política de diretrizes para a educação na prisão” a qual previa diversas formas de fomentar a educação, práticas de atividades físicas ganhou prestígio nas várias penitenciárias, para (Rodrigues et al, 2015) não proporcionar tratamento pautado na humanização para detentos, corrobora para manutenção das circunstâncias que direcionaram para a criminalidade. Todavia, há de se ponderar, que a reprodução destas situações no sistema carcerário se apresenta de forma mais intensa. Estas afirmativas encontram respaldo na Lei de Execuções Penais – LEP (7.210/1984) que preconiza que o sistema carcerário deve ofertar condições para a harmônica integração social do condenado e do internado, de modo que a assistência contribua para a reintegração à sociedade. **OBJETIVOS:** Avaliar a intervenção através de práticas de exercícios físicos, e os resultados sobre a qualidade de vida, índice de massa corporal (IMC), Frequência cardíaca em repouso de detentos, submetidos a dois tipos de atividades físicas, caminhada orientada e futsal. **METODOLOGIA:** O estudo contou com 45 internos, todos do gênero masculino, com a faixa etária entre 18 a 60 anos, que se encontravam em regime fechado e provisório locados nos pavilhões A, B e C do presídio. Os detentos foram divididos em três grupos, e a divisão inicialmente foi feita de forma intencional, através da preferência dos reeducando. Os grupos foram Futsal (GF), Grupo de Caminhada (GCa) e um Grupo Controle (GC), que não fez nenhuma atividade durante o período de intervenção. **RESULTADOS:** A qualidade de vida, medida através do questionário SF 36 e suas dimensões resultou que em relação à Saúde física, o GCa apresentou melhores médias comparado aos demais grupos. Entre as variáveis da Saúde mental o GCa obteve resultados estatisticamente significativos em relação a vitalidade, quando comparado ao GC, ainda no que se refere a saúde mental o GC manteve melhores resultados a ambos os grupos. GF apresentou melhores médias em relação ao GC no que se refere a vitalidade, e em relação aos aspectos emocionais e sociais quanto aos demais grupos. Comparando o índice de massa corporal (IMC) GF no pós-teste, teve resultados estatisticamente significativos em relação ao o GCa e em relação ao GC em ambos os momentos. **CONCLUSÕES:** O estudo surge minuciosas intervenções da Educação Física e práticas de atividades físicas sistematizadas para melhores indicadores que possam colaborar efetivamente para qualidade de vida e saúde de pessoas que se encontram em comunidade prisional.



---

**REFERENCIAS:**

BRASIL. Presidência da República Casa Civil. **Lei de Execução Penal (7.210/1984)**.

CICONELLI RM, Ferraz MB, Santos W, Meirão I, Quaresma MR. Tradução para a língua portuguesa e validação do questionário genérico de avaliação de qualidade de vida 36 (Brasil SF – 36). **Rev Bras Reumatol** 39:143-50, 1999.

LEVANTAMENTO NACIONAL DE INFORMAÇÃO PENITENCIÁRIA INFOPEN – JUNHO DE 2014.

NEVES, Edmar Souza da. **A PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA NO SISTEMA PRISIONAL BRASILEIRO**: Algumas iniciativas da educação penitenciária no início do século XX. 2011.126. Dissertação (mestrado em educação física) - UNIVERSIDADE SÃO JUDAS TADEU - USJT, SÃO PAULO – BRASIL 2011.

RODRIGUES, Vanessa Elsiabete Raue. et al. **“Educação Formal e Penitenciárias”**. 2015.

## TREINAMENTO FUNCIONAL VERSUS TREINAMENTO TRADICIONAL: EFEITOS NA COGNIÇÃO DE IDOSAS PRÉ-FRÁGEIS

Albernon Costa Nogueira  
Leandro Henrique Albuquerque Brandão  
Antônio Gomes de Resende Neto (CREF: 002225-G/SE)  
Maria de Lourdes Feitosa Neta (CREF: 002758-G/SE)  
Marzo Edir da Silva-Grigoletto (CREF: 006427-G/RS).  
Departamento de Educação Física, Programa de Pós Graduação em Educação Física,  
Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.  
Contato:albernoncosta@yahoo.com.br

**PALAVRAS-CHAVE:** Envelhecimento; aptidão física; atividades diárias.

**INTRODUÇÃO:** O processo de envelhecimento é acompanhado por alterações estruturais e funcionais do cérebro, estando associado ao declínio cognitivo. A complexidade dos padrões de movimento exigidos nos circuitos funcionais é alta, dificultando a lembrança e reprodução dos exercícios, podendo representar um constante desafio cognitivo e, conseqüentemente, um importante estímulo para melhoria da saúde mental em indivíduos idosos. No entanto, poucos estudos buscaram comparar um circuito funcional com outro tradicional na melhora cognitiva.

**OBJETIVO:** Analisar comparativamente os efeitos de 12 semanas do treinamento funcional com o treinamento de força tradicional na capacidade cognitiva de idosas pré-frágeis. **METODOLOGIA:** Trinta e seis idosas fisicamente ativas foram aleatoriamente divididas em dois grupos: Grupo treinamento funcional (TF= 18, 65,6 ± 5,1 anos, 28,5 ± 5,5 kg/m<sup>2</sup>) e Grupo treinamento tradicional (TT= 16, 62,5±5,3 anos, 30,4±5,9 kg/m<sup>2</sup>). As participantes do TF executaram exercícios em circuito com toma de decisão, organizados de acordo com padrões de movimento comumente utilizados nas atividades da vida diária (puxar, empurrar, agachar e transportar). Já as do TT executaram o treinamento em circuito na sala de musculação, preconizando os mesmos padrões de movimento. O período de intervenção foi de doze semanas, frequência de três sessões semanais com 48 horas de recuperação entre as sessões. Para análise da capacidade cognitiva foi utilizado o *Teste de avaliação cognitiva: Mini-Exame do Estado Mental* (MEEM), definido como teste de avaliação cognitiva com o objetivo de fornecer dados sobre diversos parâmetros cognitivos de qualquer população geriátrica. O questionário é composto por um escore que varia de 0 à 30 pontos e suas questões avaliam: orientação temporal (5 pontos), orientação espacial (5 pontos), memória imediata (3 pontos), atenção e cálculo (5 pontos), memória de evocação (3 pontos), linguagem (8 pontos) e capacidade visual e construtiva (1 ponto). Possui pontuação de corte de 24 pontos, na qual escores abaixo deste valor são indicadores para o diagnóstico de demência. Os dados foram apresentados com média e desvio padrão, analisados a partir de uma ANOVA 2x2 com *post hoc test* de Sidak para verificar as diferenças entre os grupos, com nível de significância de  $p \leq 0,05$  e calculado o tamanho do efeito. **RESULTADOS:** Ao final das 12 semanas de intervenção não houve diferença estatisticamente significativa entre os grupos ( $p = 0,884$ ). Quando comparado ao pré-teste, somente o TF apresentou melhora estatisticamente significativa ( $25,2 \pm 2,9$  vs  $26,9 \pm 2,6$ ;  $p = 0,005$ ;  $\Delta$ : 6,7%), na comparação intra grupos o tamanho do efeito foi (TF= 0,584; TT= 0,305), na comparação pós inter grupos foi de ( $d = 0,033$ ) **CONCLUSÃO:** Tendo em vista a amostra e as condições analisadas, o protocolo de treinamento funcional em circuito parece ser mais eficiente que o tradicional na melhora cognitiva de idosas pré-frágeis.

## REFERÊNCIAS

---

CORDEIRO, J.; DEL CASTILLO, B. L.; DE FREITAS, C. S.; GONÇALVES, M. P. Efeitos da atividade física na memória declarativa, capacidade funcional e qualidade de vida em idosos. **Rev. bras. geriatr. Gerontol.** v.17, n.3, p.541-52, 2014

FECHINE, B.R. A.; TROMPIERI, N. Processo de Envelhecimento: As principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. **Revista Científica Internacional.** v. 1, n. 7, p. 106-132, 2012.

KIRK-SANCHEZ, N. J.; MCGOUGH, E. L. Physical exercise and cognitive performance in the elderly: current perspectives. **Clin Interv Aging.** n.9, p.51-62, 2014

LAW, L. F.; BARNETT, F.; YAU, M. K.; GRAY, M.A. Effects of functional tasks exercise on older adults with cognitive impairment at risk of Alzheimer's disease: a randomised controlled trial. **Age and Ageing.** v.43, n.6, p.813-20, 2014.

TOMBAUGH, T. N.; MCINTYRE, N. J. The mini-mental state examination: a comprehensive review. **Journal of the American Geriatrics Society.** v. 40, n. 9, p. 922-935, 1992.

## A INFLUÊNCIA DO ESPORTE NA ESTATURA NA FASE DE CRESCIMENTO

DARLAN SOUZA SANTOS  
ERIC GUILHERME DA CONCEIÇÃO FONTES  
ÂNGELO DE ALMEIDA PAZ – CREF 0124/G-SE.  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
dancowver@gmail.com  
Palavras-chave: Esporte, Estatura, Crescimento.

**INTRODUÇÃO:** Muito se pensa sobre o que o exercício físico pode influenciar no crescimento de uma criança, ou seja, alguns esportes podem ajudar ou comprometer o crescimento em estatura do indivíduo. Mas será mesmo que o esporte pode alterar algo que já foi pré-estabelecido pela genética, ou o que realmente acontece é uma pré-seleção de alunos para determinado esporte?

**OBJETIVOS:** Compreender como o esporte pode influenciar no crescimento de crianças e adolescentes. **METODOLOGIA:** Os materiais coletados foram adquiridos através da base de dados do Scielo e Google acadêmico, utilizando as seguintes palavras-chave: esporte; crescimento; maturação e estatura onde se obteve, aproximadamente, 100.000 resultados, sendo escolhidos 5 artigos relacionados para elaborar este resumo. **RESULTADOS:** Segundo Karam & Meyer (1997), exercícios e atividades físicas não podem ajudar no crescimento longitudinal, mas sim na calcificação óssea, diz também que o esporte não influencia em nenhum momento o crescimento e a maturação da criança, mas que outros fatores sim podem interferir nisso, como o excesso de treino e cargas elevadas sobre a criança. Silva et al. (2004) também concorda que os esportes praticados de maneira correta não trazem nenhum aumento ou diminuição na estatura do atleta mas, refletindo também nos níveis de calcificação dos ossos. Ao informar o porquê dos atletas de basquete serem altos e os da ginástica serem baixos, a autora sugere que a dieta alimentar e genótipo são os principais responsáveis pelos resultados relacionados ao crescimento. Alves & Lima (2008), sugerem que a prática de atividades físicas de leve a moderada tem efeito benéfico sobre o crescimento longitudinal e o desenvolvimento ósseo, enquanto a atividade física intensa atenua o crescimento, podendo causar atraso puberal e diminuição da mineralização esquelética. A alimentação e o exercício aumentam o nível de GH no sistema e também aumentando a mineralização dos ossos. Informam também que o excesso de treinamento prejudica o crescimento natural da criança e pode ocasionar lesões sérias. Isso se deve ao fato de ocorrer a aplicação, em crianças, de programas de treinos desenvolvidos para adultos, que ao contrário das delas, têm o sistema motor consolidado. Guedes (2011) ao ressaltar que a infância e a adolescência são períodos críticos extremamente importantes para o desempenho motor, também tende a ideia de que o crescimento influencia o esporte e não o contrário, ou que a influência do esporte no crescimento será negativa se a sua prática não for adequada. Para Ré (2011), o processo de crescimento, maturação e desenvolvimento humano interfere diretamente nas relações afetivas, sociais e motoras dos jovens. Para esse autor, ocorre o efeito inverso que se supõe, ou seja, em vez do esporte interferir no crescimento, é o processo de crescimento que interfere no esporte.

**CONCLUSÃO:** Conclui-se que há controvérsias sobre a influência do esporte no crescimento, o que se pode sugerir é que a sua prática realizada de forma moderada pode ajudar na estimulação do eixo GH/IGF-1 gerando benefícios para o crescimento da criança, mas não altera suas características genéticas, enquanto feito de forma intensiva pode causar danos.

---

**REFERÊNCIAS:**

ALVES, Crésio; LIMA, Renata Villas Boas. Impacto da atividade física e esportes sobre o crescimento e puberdade de crianças e adolescentes, **Revista Paulista de Pediatria** – 2008;26(4):383-91.

GUEDES, Dartagnan Pinto. Crescimento e desenvolvimento aplicado à Educação Física e ao Esporte, **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.25, p.127-40, dez. 2011 N. esp.

KARAM, Francisco Consoli; MEYER, Flávia. Influência do esporte na fase de crescimento e maturação do esqueleto, **Revista Brasileira de Medicina Esportiva** – Vol. 3, Nº 3 – Jul/Set, 1997.

RÉ, Alessandro H. Nicolai. Crescimento, maturação e desenvolvimento na infância e adolescência: Implicações para o esporte, **Motricidade** – 2011, vol. 7, n. 3, pp. 55-67

SILVA, Carla C. da et al. O exercício físico potencializa ou compromete o crescimento longitudinal de crianças e adolescentes? Mito ou verdade? **Revista Brasileira de Medicina Esportiva** – Vol. 10, Nº 6 – Nov/Dez, 2004.

## INFLUÊNCIA DE 12 SEMANAS DE TREINAMENTO FUNCIONAL E TRADICIONAL NA PREVENÇÃO E CONTROLE DE MORBIDADES CARDIORRESPIRATÓRIAS EM IDOSAS

LUCAS LEAL VARJÃO  
ANTÔNIO GOMES DE RESENDE NETO (CREF: 002225-G/SE)  
JOSÉ CARLOS SANTOS ARAGÃO  
MARIA DE LOURDES FEITOSA NETA (CREF: 002758-G/SE)  
MARZO EDIR DA SILVA-GRIGOLETTO (CREF.006427-G7RS)  
Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
Contato: [lucasvarjao13.2@bahiana.edu.br](mailto:lucasvarjao13.2@bahiana.edu.br)

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física e Treinamento; Idoso Fragilizado; Exercícios em Circuitos; Caminhada.

**INTRODUÇÃO** O desempenho nas atividades do cotidiano é muito bem refletido através de testes de caminhada e este método torna-se um dos mais práticos para quantificar a capacidade funcional em idosos. Instrumentos objetivos são mais precisos do que os relatos pessoais. Ademais, o teste de caminhada de 6 minutos é simples, seguro e é um teste facilmente administrado e que tem sido estudado em várias populações com doenças específicas, incluindo indivíduos com doença pulmonar, falha cardíaca, marca-passos, doença arterial periférica e candidatos a transplantes orgânicos. Um dos aspectos fundamentais que limitam o exercício físico, principalmente frente ao sedentarismo, é a performance da musculatura inspiratória. A perda de força dos músculos respiratórios é uma alteração reconhecida com o avanço da idade e essa perda pode afetar a dinâmica ventilatória, principalmente durante o exercício. Uma curta distância na caminhada de 6 minutos é bastante capaz de prever morbidade e mortalidade por doença cardíaca ou pulmonar.

**OBJETIVO** Investigar as repercussões cardiorrespiratórias após 12 semanas de treinamento funcional e treinamento tradicional em idosos. **METODOLOGIA** O presente estudo é caracterizado como um ensaio clínico randomizado. Foram estudados três grupos diferentes e as idosas randomizadas da seguinte forma: Treinamento Funcional (TF: n=21), Treinamento Tradicional (TT: n=16) Grupo Controle-GC (GC: n=19). Registrou-se o desempenho cardiorrespiratório das idosas através do teste de caminhada de 6 minutos (TC6) após 12 semanas de treinamento. Os dados descritivos foram analisados com média e desvio padrão e para análise estatística adotou-se um p de significância < 0,05 com o método do teste T Independente para verificar o grau de significância entre os grupos. **RESULTADOS** Após 12 semanas de treinamento percebeu-se uma evolução de cerca de 7% no grupo de treinamento funcional, 4,5% no treinamento tradicional e 0,2% no grupo controle. No TC6 pós 12 semanas – TF (pré=551,9m ±50,1m vs pós=590,4m±40,4m) – TT (pré=539,9 ± 59m vs pós=564,3 ± 52,1m). Houve diferença significativa com um p=0,02 entre o grupo TF e GC. **CONCLUSÃO** Ao final das 12 semanas de treinamento notou-se um ganho na capacidade respiratória bastante relevante no grupo submetido ao treinamento funcional. Não se conseguiu resultados significativos no grupo do treinamento tradicional, o que não anula estudos posteriores que consigam identificar algum ganho dessa natureza. Saliencia-se ainda que se estimule a difusão da modalidade de treinamento funcional assim como estudos experimentais que visem ainda mais a descobrir benefícios biológicos e funcionais.

### REFERÊNCIAS

- Enright, Paul L. "The six-minute walk test." *Respiratory care* 48.8 (2003): 783-785.  
Rikli, Roberta E., and C. Jessie Jones. "The reliability and validity of a 6-minute walk test as a measure of physical endurance in older adults." *Journal of aging and physical activity* 6 (1998): 363-375.

---

Salbach, Nancy M., et al. "Cardiorespiratory responses during the 6-minute walk and ramp cycle ergometer tests and their relationship to physical activity in stroke." *Neurorehabilitation and neural repair* 28.2 (2014): 111-119.

Vasconcellos J, Papatela MT, Guerra V, Melo M, et al (2004). Análise da Relação entre Pressões Respiratórias Máximas e Capacidade Funcional em Idosos Assintomáticos. In: 12º Simpósio Internacional de Fisioterapia Respiratória; 2004 Set 29- Out 02; Ouro Preto, Minas.

Yazdanyar, Ali, et al. "Association Between 6-Minute Walk Test and All-Cause Mortality, Coronary Heart Disease–Specific Mortality, and Incident Coronary Heart Disease." *Journal of aging and health* (2014): 0898264314525665.

## COMPARAÇÃO DE DOIS METODOS DE TREINAMENTO DE FORÇA NA POTÊNCIA DE MEMBROS INFERIORES E EQUILÍBRIO DINÂMICO DE IDOSAS

YCLEES...

ANTÔNIO GOMES DE RESENDE NETO (CREF: 002225-G/SE)

JOSÉ CARLOS ARAGÃO SANTOS

MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G/RS).

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: ycles\_educacaofisica@hotmail.com

**Palavras-chave:** Envelhecimento. Treinamento de Resistência. Saúde.

**INTRODUÇÃO:** A potência muscular vem sendo associada a uma maior capacidade de realização das atividades funcionais, maior independência e qualidade de vida dos idosos. Assim, recentes diretrizes para o treinamento de força sugerem que os exercícios sejam executados a máxima velocidade concêntrica, porém ainda não há indicações para o tipo de treinamento (funcional vs tradicional) para melhora da potência muscular dessa população. **OBJETIVO:** Comparar o treinamento de força tradicional e o treinamento funcional na potência de membros inferiores e equilíbrio dinâmico de idosos pré-frágeis. **METODOLOGIA:** Participaram do estudo 44 idosos, ( $65,6 \pm 6,1$  anos /  $29,0 \pm 4,9$  Kg/m<sup>2</sup>), divididas por randomização em treinamento funcional (TF-18), treinamento tradicional (TT-15) e grupo controle (GC-11). A intervenção ocorreu ao longo de doze semanas tendo cada sessão duração de uma hora e uma frequência de três sessões semanais. O grupo TF realizou 5 minutos de mobilidade articular, 15 minutos para atividades que exigiam potência, agilidade e velocidade; 25 minutos de exercícios de força para membros inferiores e superiores, em padrões de movimento considerado essenciais para as atividades cotidianas; e 10 minutos de atividades lúdicas com trabalho cardiometabólico. O grupo TT realizou 5 minutos de mobilidade articular, 15 minutos de caminhada; 25 minutos de exercícios de força para membros inferiores e superiores, realizados de forma analítica em máquinas de musculação; e 10 minutos de atividades lúdicas com trabalho cardiometabólico. E o grupo controle realizou somente atividades lúdicas e exercícios de relaxamento durante 45 minutos. Para análise da potência muscular (PM) foi utilizado 50% de 1RM no leg press e a velocidade foi determinada utilizando um *encoder* linear conectado a unidade central de um programa integrado de análise de dados (Musclelab®, Ergotest Innovation, Porsgrunn, Norway). A participante realizou um aquecimento que consistiu em uma série de 10 -15 repetições e após três minutos realizaram repetições a máxima velocidade possível. Para verificar o equilíbrio dinâmico (EQ) foi utilizado o teste de Levantar e caminhar da bateria *Senior Fitness Test*, onde a participante foi orientada a levantar e caminhar o mais rápido possível, sem correr, contornando um cone a uma distância de 2,44 m e retornar à posição inicial. Foi realizada uma tentativa para familiarizar e logo após, foi realizado duas tentativas. Utilizamos o melhor escore (tempo em segundos). Os dados foram apresentados em média, desvio padrão e percentual de mudança, e analisados a partir de uma ANOVA 3x3 com post hoc de bonferroni com nível de significância adotada foi  $p \leq 0,05$ . **RESULTADOS:** Ao final das doze semanas de intervenção, tanto o TF quanto o TT apresentaram diferenças estatisticamente significativas em relação ao pré-teste e ao GC nas variáveis analisadas. Entretanto, na comparação entre os grupos experimentais, o TF apresentou melhora significativa em relação ao TT no teste Sentar e levantar (pós:  $4,3 \pm 0,3$  vs pós:  $4,9 \pm 0,5$  seg.;  $p = 0,001$ ), e na potência de membros inferiores não foi encontrado diferenças entre os grupos (pós:  $376,4 \pm 107,5$  vs pós:  $371,0 \pm 111,1$  w,  $p = 0,797$ ). **CONCLUSÃO:** Tendo em vista as condições de análise, o treinamento funcional apresenta-se mais eficaz na melhora do equilíbrio dinâmico de idosos pré-frágeis.



---

## REFERÊNCIAS

- ASTRAND, I.; ASTRAND, P. O.; HALLBACK, I.; KILBOM, A. Reduction in maximal oxygen uptake with age. **J Appl Physiol**. v.35, n.5, p. 649-54, 1973.
- BASSEY, E. J.; FIATARONE, M. A.; O'NEILL, E. F.; KELLY, M.; EVANS, W. J.; LIPSITZ, L. A. Leg extensor power and functional performance in very old men and women. **Clinical Science**. v.82, n.3, p.321-27, 1992.
- DALY, R. M.; DUCKHAM, R. L.; TAIT, J. L.; RANTALAINEN, T.; NOWSON C. A.; TAAFFE D. R.; et al. Effectiveness of dual-task functional power training for preventing falls in older people: study protocol for a cluster randomised controlled trial. **Trials**. v.16, n.120, p. 2-15, 2015
- HAZELL, T.; KENNO, K.; JAKOBI, J. Functional Benefit of Power Training for Older Adults. **J Aging Phys Act**. v. 15, n3, p. 349-59, 2007.
- IZQUIERDO, M.; AGUADO, X.; GONZALEZ, R.; LOPEZ, J. L.; HÄKKINEN, K. Maximal and explosive force production capacity and balance performance in men of diferente ages. **Eur J Appl Physiol Occup Physiol**. v.79, n. 3, p. 260-67, 1999.

## O EFEITO HIPOTENSOR NA PRESSÃO ARTERIAL E FREQUÊNCIA CARDÍACA EM IDOSAS HIPERTENSAS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA

JAQUELINE LADEIRA DOS SANTOS LADEIRA (CREF:002098-G/SE)

TECIA TATHYENE MELO (CREF: 2143G/SE)

AYRTON MORAES RAMOS (CREF-001889-G/SE)

Docente da Universidade Tiradentes - UNIT

MANUELLA DE OLIVEIRA FERNADES (CREF -000998-G/SE)

Núcleo de Pós-Graduação em Ciência da Saúde -UFS

PAULA LETÍCIA SANTOS COSTA SENA (CREF: 964 G/SE)

Universidade Tiradentes/UNIT – Aracaju/Sergipe/ Brasil

jaquelinelegionaria@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVES:** Hipotensão, Exercício Físico, Pressão Arterial.

**INTRODUÇÃO:** A hipotensão pós exercício é a redução da pressão arterial após uma sessão de exercícios físicos apresentando valores inferiores àqueles medidos antes do exercício e é considerada uma estratégia não farmacológica adotada para redução da pressão arterial. A modalidade hidroginástica foi escolhida pelo fato de ser uma atividade física que melhora o condicionamento físico e tem como objetivo favorecer a saúde, o bem estar físico, sendo praticada por qualquer pessoa independente da idade, ou do aluno saber ou não nadar. O presente estudo utilizou a hidroginástica para avaliar o efeito hipotensor. **OBJETIVO:** Verificar se uma aula de hidroginástica promove a queda pressórica abaixo dos valores observados no período pré e pós-exercício. **METODOLOGIA:** A amostra foi composta por 12 idosas hipertensas, a coleta de dados foi realizada na piscina do Complexo Esportivo localizado na cidade de Aracaju/SE, sendo que a mesma é descoberta e não é aquecida, e profundidade na altura do processo xifoide dos participantes da pesquisa. Sendo realizada uma sessão única de hidroginástica, através do acompanhamento pressórico pré e pós-exercício de uma aula de hidroginástica, através do monitoramento da pressão arterial sistólica (PAS), pressão arterial diastólica (PAD) e frequência cardíaca (FC). **RESULTADO:** A PAS apresentou diferença significativa entre o processo de repouso monitorado e a sessão experimental, no Rec15 ( $p \leq 0,05$ ); PAD exibiu situação atípica, onde o valor de  $p \leq 0,05$  foi atingindo apenas no momento Rec45, porém observou-se que neste instante houve o maior valor da PA, constando 80,58 mmHg a FC reduziu valências nos Rec0, Rec5, Rec10 e Rec30, com resultados ( $p \leq 0,05$ ). **CONCLUSÃO:** O presente estudo apresenta reduções visíveis tanto na pressão arterial sistólica e diastólica em momentos distintos, como também na frequência cardíaca, demonstrando que uma aula de hidroginástica promove a queda pressórica pós-exercício.

### REFERÊNCIA:

BONACHELA, V. **Manual básico de hidroginástica**. Rio de Janeiro: Sprint, 1999. ISSN: 85-85031-69.7.

CARVALHO et.al. Magnitude e Duração da Resposta Hipotensora em Hipertensos: Exercício Contínuo e Intervalado. **Sociedade Brasileiro de Cardiologia**. 2015; 104(3):234-241.

CASONATTO, Juliano. POLITO, Marcos Doederlein. **Hipotensão Pós- exercício Aeróbico: Uma Revisão**. Sistemática Revista Brasileira Medicina do Esporte – Vol. 15, No 2 – Mar/Abr, 2009

FIGUEIREDO et.al. Efeito hipotensor agudo de uma sessão de hidroginástica em mulheres normotensas de meia-idade. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**. São Paulo, v.4, n.24, p.580-586. Nov/Dez. 2010. ISSN 1981-9900.

---

SANTOS, Natalia Soares do. COSTA, Roberto Fernandes da. KRUEL, Luiz Fernando Martins. Efeitos De Exercício Aeróbicos Aquáticos Sobre A Pressão Arterial Em Adultos Hipertensos: Revisão Sistemática. Pelotas/ RS. Set/2014 **Revista Brasileira de Atividade Física de Saúde**, p 548 – 558.

## **AVALIAÇÃO DA PERCEÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE ADOLESCENTES COM DEFICIÊNCIA INTELECUAL DE ARACAJU -SE**

LÚCIA MENEZES GERÔNIMO<sup>1</sup>  
PAULA LETÍCIA SANTOS COSTA SENA (CREF 964 G/SE)<sup>1,2</sup>  
LEONARDO EISENLHOR ANDRADE <sup>2</sup>  
ARLEY SANTOS LEÃO (CREF 408 G/SE)<sup>3</sup>  
JORGE ROLLEMBERG DOS SANTOS (CREF 0774 G/SE)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

<sup>2</sup>Laboratório de Biociências da Motricidade Humana – LABIMH

<sup>3</sup>Instituto Federal de Alagoas, Alagoas, Macéio, Brasil.

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

**Palavras-Chave:** Qualidade de Vida. Adolescente. Pessoas com Deficiência

**INTRODUÇÃO:** A deficiência pode ser conceituada pela literatura científica como perda ou anormalidade de alguma estrutura ou função psicológica, fisiológica ou anatômica, que pode ser de origem congênita ou adquirida, permanente ou temporária. Os adolescentes com deficiência apresentam durante a fase da adolescência uma série de alterações assim como as pessoas sem deficiência, eles passam a formar sua identidade como pessoas que possuem uma deficiência, e muitas vezes a autonomia de vida adulta não lhes é conferida, uma vez que são percebidos pela sociedade como dependentes de cuidados e proteção. A busca por uma boa qualidade de vida se tornou uma busca global do ser humano, independentemente de sua classe social e cultural. Processo. Desta forma é notável que existem dois fatores que se associam, a qualidade de vida e a deficiência. (VERDUGO, SÁNCHEZ, AGUILLELA, 2011; INTERDONATO, GREGUOL, 2013; DURÁN et al 2016). **OBJETIVOS:** Avaliar a percepção da qualidade de vida de adolescentes com deficiência Intelectual de uma escola pública do município de Aracaju- SE. **METODOLOGIA:** O método utilizado foi o estudo descritivo, de corte transversal, com 18 adolescentes entre 12 e 19 anos frequentadores de uma escola de ensino público estadual de Aracaju no estado de Sergipe, Brasil, no período de agosto a outubro de 2015. O instrumento de avaliação da Qualidade de Vida, foi utilizado o questionário World Health Organization Quality of Life, versão breve (WHOQOL-BREF). **RESULTADOS:** Dos 18 deficientes estudados 50% eram do sexo masculino e 50% eram do sexo feminino. À percepção de qualidade de vida demonstrou que 80% dos entrevistados relataram boa ou muito boa qualidade de vida, 10% nem ruim nem boa e 10% ruim. Ao analisar a satisfação com a saúde 100% dos deficientes relataram estar satisfeitos ou muito satisfeitos com sua saúde. **CONCLUSÃO:** Com base nos resultados obtidos, observa-se uma boa percepção de qualidade de vida nos mais diversos aspectos abordados no instrumento de avaliação da qualidade de vida, tendo um destaque nos aspectos físicos e psicológicos e uma ótima avaliação da satisfação da saúde.

### **REFERÊNCIAS**

- CAMPOS, M. O.; NETO, J. F. R. **Qualidade de vida: um instrumento para promoção de saúde.** Revista Baiana de Saúde Pública, v. 32, n. 2, p. 232-240, 2008.
- DURÁN, L. C. CERDA, G. GARCÍAS, V. V. VÁSQUEZ, D. Z. GONZÁLEZ, R. C. **Calidad de vida de personas con discapacidad intelectual en centros de formación laboral.** Avances en psicología latinoamericana, n. 1, p. 175-186, 2016.
- GORDIA, A.P.; QUADROS, T.M.B.; CAMPOS, W.; VILELA, J.R. **Qualidade de vida de adolescentes da rede particular de ensino: comparação entre gêneros.** Rev Bras qualidade de vida. 2009;1(2):16-24.

---

INTERDONATO, G.C.; GREGUOL, M. **Qualidade de vida e prática habitual de atividade física em adolescentes com deficiência.** Rev. bras. Crescimento desenvolv. hum. [Internet]. 2011 [cited 2013 Oct 28];21(2):282-95. Available from: <http://www.revistas.usp.br/jhgd/article/download/20016/22102>.

VERDUGO, M. A. V. A. A. SÁNCHEZ, L. E. G. AGUILLELA, A. R. **Inclusão e qualidade de vida na educação do alunado com deficiência.** Linhas Críticas, v. 17, n. 33, p. 221-236, 2011.

## A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO MEIO DE INCLUSÃO PARA CRIANÇAS COM SÍNDROME DE DOWN

RICARDO HENRIQUE AMORIM VIEIRA SANTOS  
BERNARDO DE ANDRADE DOS SANTOS SILVA  
JOÃO PEDRO DE ALCÂNTARA GONÇALVES  
YURI DE SOUZA LIMA

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
ricardo.henrique.vs@gmail.com

Palavras-chave: Síndrome de Down. Educação Física. Inclusão.

**INTRODUÇÃO:** Atualmente com a evolução da sociedade nota-se um progresso com relação a inserção de crianças portadoras de Síndrome de Down a práticas de atividades físicas e esportivas a fim de proporcionar uma melhor qualidade de vida, além de auxiliar e estimular sua coordenação geral. A adaptação educativa passada dos profissionais da Educação Física para essas crianças propicia o desenvolvimento e possibilita a inclusão social quebrando mitos e tabus. **OBJETIVOS:** Apresentar a importância da Educação Física como um meio de integração para crianças com Síndrome de Down. **METODOLOGIA:** Informações obtidas através de estudos e pesquisas encontrados em artigos científicos que pudessem contribuir positivamente, a fim de nos orientar e identificar propostas que nos ajudasse na construção deste resumo. **RESULTADOS:** De acordo com a análise dos artigos científicos, é perceptível que a Educação Física tem contribuído de forma significativa na compreensão, aprendizagem e desenvolvimento de habilidades psicomotoras. Em um dos artigos, podemos perceber essa contribuição, através da Dança Expressiva, onde mostrou que a dança tem grande influência física e intelectual nas pessoas com Síndrome de Down, dando a elas capacidade de melhorar habilidades como, coordenação, lateralidade, conscientização corporal, e a desenvolver sua expressividade. **CONCLUSÃO:** Quando estimulada desde cedo, uma criança com Síndrome de Down, acaba desenvolvendo suas capacidades e habilidades gerais, podendo até mesmo chegar em um nível alto de igualdade com outra criança não deficiente. Portanto, é indiscutível a importância de se utilizar da Educação Física como fonte de inclusão para essas crianças.

### REFERÊNCIAS:

- FLORES Mariana Imbrunite; BANKOFF Antonia Dalla Pria. Influência da Dança Expressiva sobre o equilíbrio corporal em portadores com Síndrome de Down. Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v. 8, n. 3, p. 35-46, set./dez. 2010.
- MANCINI Marisa Cotta, CARVALHO Priscila; SILVA Sabrina Corrêa Gonçalves; MARTINS Simone de Medeiros. Comparação do desempenho funcional de crianças portadoras de Síndrome de Down e crianças com desenvolvimento normal aos 2 e 5 anos de idade. Arq Neuropsiquiatr 2003;61(2-B):409-415.
- ORNELAS Marcia Abrantes; SOUZA Celso. A contribuição do profissional de Educação Física na estimulação essencial em crianças com Síndrome de Down. Revista da Educação Física/UEM, Maringá, v. 12, n. 1, p. 77-88, 1. sem. 2001.
- PINTO Stefânia Moraes. A Educação Física como promoção do desenvolvimento psicomotor em crianças portadoras da Síndrome de Down. Revista Brasileira de Ciências da Saúde, ano 11, nº 37, jul/set 2013.

---

SILVA Diorges Ricardo da; FERREIRA Juliana Saraiva. Intervenções na Educação Física em crianças com Síndrome de Down. Revista da Educação Física/UEM, Maringá, v. 12, n. 1, p. 69-76, 1. sem. 2001.

## JOGOS ESPORTIVOS COLETIVOS: PEDAGOGIA DO ESPORTE APLICADA AO BASQUETEBOL

JOÃO PAULO RABELO NASCIMENTO  
ANA JÚLIA DOS SANTOS SOUSA  
ANDRÉZIA SANTOS FARIAS  
RAFAEL ALVES SOARES  
MADSON RODRIGO SILVA BEZERRA (CREF: 2396-G/SE)  
[joapaulo.ads@hotmail.com](mailto:joapaulo.ads@hotmail.com)

Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil

**PALAVRAS-CHAVE:** Basquetebol; Jogos Esportivos Coletivos; Pedagogia do Esporte.

**INTRODUÇÃO:** Os Jogos Esportivos Coletivos (JEC) conglomeram uma interação regular de diversos componentes para a eficácia do rendimento de cada atleta. Paralelamente a temática que envolve pedagogia do esporte e suas nuances, tem se constituído numa prática recorrente tanto em ambientes formais quanto informais, representados, sobretudo, pelo exercício do basquetebol (LOVATTO e GALLATI, 2007). **OBJETIVO:** Com base nisto, o estudo visou identificar as principais características dos JEC's e compreender sua importância para o desenvolvimento de competências desportivas. **METODOLOGIA:** Para isso, a metodologia utilizada compreendeu o princípio metodológico bibliográfico. Monteiro (2010) enfatiza que a pesquisa de cunho bibliográfico exige do pesquisador a reunião de diversos materiais, objetivando fundamentar campos teóricos específicos, de modo a delinear e explicar a ciência, enaltecendo a relevância da temática frente à comunidade científica. **RESULTADOS:** Os resultados apontaram que esse tipo de atividade, de caráter lúdico e prático, requer do atleta uma satisfatória capacidade técnica e psicológica para a realização dos movimentos e desempenho esportivo. Incorpora-se a isto os requisitos táticos e seu papel cognitivo, que influenciam diretamente no comportamento desempenhado pelo esportista, isto é, para entender o resultado final deve-se levar em conta a gama de processos que atuam diretamente na tomada de decisão instantânea do atleta durante a realização da atividade (MORALEZ e GRECO, 2007). **CONCLUSÃO:** A coletividade (cooperação) e disciplina são algumas das competências em foco, treinadas e instigadas, e visíveis na prática do basquetebol. Algumas técnicas empreendidas na modalidade (Cabeça Cesta, Dez Toques, Fut-Basketball) instigam a capacidade de apreensão rápida das peculiaridades do jogo e ações cooperativas, tendo em vista que essas atividades são realizadas conjuntamente. Segundo Jackson e Delahanty (1997, p. 91) "o sinal de um grande atleta não é quando ele pontua individualmente, mas quando ele melhora a atuação do time". Assim, o espírito de ajuda e colaboração fomentam o desenvolvimento e performance, de forma a satisfazer tanto os interesses individuais quanto coletivos.

### REFERÊNCIAS

- JACKSON, P.; DELAHANTY, H. **Cestas sagradas**. Rio de Janeiro: Rocco, 1997.
- LOVATTO, D. L.; GALATTI, L. R. **Pedagogia do Esporte e Jogos Esportivos Coletivos: das Teorias Gerais para a Iniciação Esportiva em Basquetebol**. Movimento & Percepção, Espírito Santo do Pinhal, SP, v. 8, n. 11jul/dez 2007.
- MONTEIRO, E. F. **Metodologia de pesquisa na engenharia de produção e sistemas**. Revista das Faculdades Santa Cruz, v. 8, n. 1, janeiro/junho 2010.
- MORALEZ, J. C. P.; GRECO, P. J. **A influência de diferentes metodologias de ensino-aprendizagem-treinamento no basquetebol sobre o nível de conhecimento tático processual**. Rev. bras. Educ. Fís. Esp., São Paulo, v.21, n.4, p.291-99, out./dez. 2007.



## **CORRELAÇÃO ENTRE A MUSCULATURA DA ZONA MEDIA E TESTES DE REPETIÇÃO MÁXIMA**

GABREL VINICIUS DOS SANTOS

MARTA SANTOS SILVA

ALBANIR SANTOS CRUZ

EDUARDO RODRIGO OLIVEIRA ROCHA

MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G7RS).

Contato: gabrielviniciusufs@gmail.com

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

**Palavras- Chave:** Dor Lombar, Eletromiografia e Músculos Abdominais.

**Introdução:** Anatomicamente o *core* é composto por músculos superficiais (globais) e profundos (locais). Os músculos locais estão localizados no esqueleto axial (tronco), principalmente no complexo quadril lombo pelve. O *Isometric Dead Lift Test* é um teste utilizado para mensurar a força isométrica máxima da cadeia posterior, onde há uma extensão do quadril, e portanto ativação dos músculos do complexo quadril lombo pelve (*core*). Estudos apontam que os músculos profundos do *core* se contraem cerca de 50 milissegundos antes da contração dos membros superiores (MMSS) e membros inferiores (MMII). Em teoria, isso mostra, que existe uma produção de força do centro (*core*) e que essa é transmitida para as extremidades. Nessa perspectiva, a força gerada pelo *core* poderia influenciar na capacidade das extremidades em gerar força dinâmica máxima. Sendo assim poderia haver relação entre a força de extensão do quadril e a capacidade de exercer força nos membros inferiores e superiores. **Objetivo:** analisar a relação entre a força lombar e força isométrica concêntrica máxima nos exercícios supino horizontal, *leg press* e remada horizontal. **Metodologia:** A amostra foi composta por 100 indivíduos jovens saudáveis e assintomáticos (64 M e 33 H; Idade:  $25,9 \pm 7,0$  anos; IMC:  $24,1 \pm 3,9$  kg/m<sup>2</sup>; %G:  $24,0 \pm 7,0$ ). Para estimar a força lombar, foi realizado o *Isometric Dead Lift Test* onde o indivíduo foi posicionado sobre a plataforma de um dinamômetro e realizou uma máxima extensão lombar. O avaliado foi orientado a exercer força de forma gradual e constante, os dados foram expressos em KgF. Foram realizadas duas tentativas e o valor mais alto foi considerado para fins estatísticos. Para avaliar a força dinâmica máxima, foi realizado o teste de repetição máxima (*RM*) nos exercícios supino horizontal, *leg press* e remada horizontal. O teste de 1RM foi realizado segundo o protocolo de Kraemer e Ratamess (2004). A relação entre as variáveis foi determinada utilizando correlações simples univariadas, representada pelo coeficiente de correlação de Pearson. Regressão linear simples foi utilizada para explicar a possível relação entre as variáveis de performance (dependente) e as variáveis do *core* (independente). A significância estatística foi determinada em 5% e o software SPSS 22.0 foi utilizado. **Resultados:** Houve uma correlação moderada entre a força isométrica lombar e força dinâmica máxima nos exercícios de *leg press* ( $r=0,585$ ;  $p=0,001$ ;  $r^2=0,335$ ) e uma correlação alta entre a força isométrica lombar e o teste de *RM* na puxada e no supino ( $r=0,736$ ;  $p=0,001$ ;  $r^2=0,527$  e  $r=0,8$ ;  $p=0,001$ ;  $r^2=0,637$ ) respectivamente. **Conclusão:** Dada as condições analisadas e a amostra em questão, há uma correlação de moderada a alta entre a força lombar e a força dinâmica máxima dos exercícios supino horizontal, *leg press* e remada horizontal.

---

## Referências

- BRIGGS, M. S. et al. Lumbopelvic Neuromuscular Training and Injury Rehabilitation: A Systematic Review. **Clinical Journal of Sport Medicine**, v.23, n.3, p.160-71, 2013
- CHANG, W. D. et al. Core strength training for patients with chronic low back pain. **Journal of Physical Therapy Science**, v.27, n.3, p.619-22, 2015.
- KRAEMER, William J.; RATAMESS, Nicholas A. **Fundamentals of Resistance Training: Progression and Exercise Prescription**. *Medicine e Science In Sports e Exercise*, v. 36, n. 4, p. 674-688, 2004.
- NESSER, T., DEMCHAK, T. J. Effect of Core Strength on the Measure of Power in the Extremities. **The Journal of Strength And Conditioning Research**, v.2, n.2, p.373-80, 2012.
- SHARROCK, C. et al. A pilot study of core stability and athletic performance: is there a relationship? **The International Journal of Sports Physical Therapy**, v.6, n.2, p.63-74, 2011.
- TARNANEN, S. P. et al. Effect of Isometric Upper-Extremity Exercises on the Activation of Core Stabilizing Muscles. **American Academy of Physical Medicine and Rehabilitation**, v.89, n.3, p.513-2, 2008.
- VERA-GARCÍA, F.J. et al. Core stability. Concepto y aportaciones al entrenamiento y la prevención de lesiones. **Revista Andaluza del Medicina Deporte**, v.8, n.2, p.79–85, 2015.

## COMPARAÇÃO DE DOIS METODOS DE TREINAMENTO DE FORÇA NA POTÊNCIA DE MEMBROS INFERIORES E EQUILÍBRIO DINÂMICO DE IDOSAS

YCLE RODRIGUES MENDONÇA MARQUES\*  
ANTÔNIO GOMES DE RESENDE NETO (CREF: 002225-G/SE)\*  
JOSÉ CARLOS ARAGÃO SANTOS\*  
MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G/RS)\*  
\*Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.  
ycles\_educacaofisica@hotmail.com

**Palavras-chave:** Envelhecimento. Treinamento de Resistência. Qualidade de Vida.

**INTRODUÇÃO:** A potência muscular é associada a uma maior capacidade de realização das atividades funcionais, maior independência e qualidade de vida dos idosos. Recentes diretrizes para o treinamento de força sugerem que os exercícios sejam executados a máxima velocidade concêntrica, porém não há indicações para o tipo de treinamento (funcional vs tradicional) para melhora da potência muscular dessa população. **OBJETIVO:** Comparar o treinamento de força tradicional e o treinamento funcional na potência de membros inferiores e equilíbrio dinâmico de idosos pré-frágeis. **METODOLOGIA:** Participaram do estudo 44 idosos, (65,6±6,1 anos / 29,0±4,9 Kg/m<sup>2</sup>), divididas por randomização em treinamento funcional (TF-18), treinamento tradicional (TT-15) e grupo controle (GC-11). A intervenção ocorreu em doze semanas tendo cada sessão duração de uma hora e uma frequência de três sessões semanais. O grupo TF realizou 5 minutos de mobilidade articular, 15 minutos para atividades que exigiam potência, agilidade e velocidade; 25 minutos de exercícios de força para membros inferiores e superiores, em padrões de movimento considerado essenciais para as atividades cotidianas; e 10 minutos de atividades lúdicas com trabalho cardiometabólico. O grupo TT realizou 5 minutos de mobilidade articular, 15 minutos de caminhada; 25 minutos de exercícios de força para membros inferiores e superiores, realizados de forma analítica em máquinas de musculação; e 10 minutos de atividades lúdicas com trabalho cardiometabólico. E o grupo controle realizou somente atividades lúdicas e exercícios de relaxamento durante 45 minutos. Para análise da potência muscular (PM) foi utilizado 50% de 1RM no leg press e a velocidade foi determinada utilizando um *encoder* linear conectado a unidade central de um programa integrado de análise de dados (Musclelab®, Ergotest Innovation, Porsgrunn, Norway). A participante realizou um aquecimento que consistiu em uma série de 10 -15 repetições e após três minutos realizaram repetições a máxima velocidade possível. Para verificar o equilíbrio dinâmico (EQ) foi utilizado o teste de Levantar e caminhar da bateria Sênior Fitness Test, onde a participante foi orientada a levantar e caminhar o mais rápido possível, sem correr, contornando um cone a uma distância de 2,44 m e retornar à posição inicial. Foi realizada uma tentativa para familiarização e duas tentativas utilizando-o melhor escore (tempo em segundos). Os dados foram apresentados em média, desvio padrão e percentual de mudança, e analisados a partir de uma ANOVA 3x3 com post hoc de bonferroni com nível de significância adotada foi p≤0,05. **RESULTADOS:** Ao final das doze semanas de intervenção, tanto o TF quanto o TT apresentaram diferenças estatisticamente significativas em relação ao pré-teste e ao GC nas variáveis analisadas. Entretanto, na comparação entre os grupos experimentais, o TF apresentou melhora significativa em relação ao TT no teste Sentar e levantar (pós: 4,3 ± 0,3 vs pós: 4,9 ± 0,5 seg.; p= 0,001), e na potência de membros inferiores não foi encontrado diferenças entre os grupos (pós: 376,4 ± 107,5 vs pós: 371,0 ± 111,1 w, p= 0,797). **CONCLUSÃO:** Tendo em vista as condições de análise, o treinamento funcional apresenta-se eficácia na melhora do equilíbrio dinâmico de idosos pré-frágeis.

---

## REFERÊNCIAS

- ASTRAND, I.; ASTRAND, P. O.; HALLBACK, I.; KILBOM, A. **Reduction in maximal oxygen uptake with age.** J Appl Physiol. v.35, n.5, p. 649-54, 1973.
- BASSEY, E. J.; FIATARONE, M. A.; O'NEILL, E. F.; KELLY, M.; EVANS, W. J.; LIPSITZ, L. A. **Leg extensor power and functional performance in very old men and women.** Clinical Science. v.82, n.3, p.321-27, 1992.
- DALY, R. M.; DUCKHAM, R. L.; TAIT, J. L.; RANTALAINEN, T.; NOWSON C. A.; TAAFFE D. R. **et al. Effectiveness of dual-task functional power training for preventing falls in older people: study protocol for a cluster randomised controlled trial.** Trials. v.16, n.120, p. 2-15, 2015
- HAZELL, T.; KENNO, K.; JAKOBI, J. **Functional Benefit of Power Training for Older Adults.** J Aging Phys Act. v. 15, n3, p. 349-59, 2007.
- IZQUIERDO, M.; AGUADO, X.; GONZALEZ, R.; LOPEZ, J. L.; HÄKKINEN, K. **Maximal and explosive force production capacity and balance performance in men of diferente ages.** Eur J Appl Physiol Occup Physiol. v.79, n. 3, p. 260-67, 1999.

## ANÁLISE DA RESISTÊNCIA MUSCULAR LOCALIZADA EM ESCOLARES DE 7 A 10 ANOS DA REDE PÚBLICA MUNICIPAL DA CIDADE DE ARACAJU/SE

DIEGO DOS SANTOS OLIVEIRA  
LEANDRO SANTOS ANDRADE  
CREF 001523-G/SE

Universidade Tiradentes – Aracaju/ Sergipe/Brasil  
Diego\_dossantosoliveira@hotmail.com

Palavras- chave: Atividade Física. Composição Corporal. Tônus.

**INTRODUÇÃO:** Busca-se com este estudo científico apresentar dados de uma análise de uma valência física chamada Resistência Muscular Localizada em estudantes de uma escola municipal da cidade de Aracaju/SE. A resistência muscular são movimentos que o indivíduo ou o jovem executará em atividades ou perante a alguma avaliação física, podendo ser definida como uma qualidade que permite a um músculo ou grupo muscular opor-se a uma resistência. **OBJETIVO:** O estudo objetiva enfatizar o nível de resistência muscular localizada nos educandos, pois foi identificado nesse público estudado insuficiência física, motora e coordenativa. **METODOLOGIA:** A pesquisa teve caráter normativo, Tendo como proposta analisar o nível de resistência muscular localizada nesses indivíduos, foi realizada nos escolares através do teste de resistência abdominal em 1 minuto. O avaliado se posiciona se em decúbito dorsal apoiando as costas no chão com os joelhos flexionados a um ângulo de 45° com os braços cruzados ao tórax. O avaliador segura os tornozelos do estudante fixando-os ao solo, ao sinal do avaliador o aluno realizará flexão do tronco tocando os cotovelos nas coxas durante 1 minuto. Participaram deste estudo 73 crianças com média de idade  $9,3 \pm 2,60$  sendo 37 do gênero masculino e 36 do gênero feminino todos participantes de um projeto social, escolhidos aleatoriamente de uma população de 100. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** A partir dos dados coletados observou-se que 66% ficaram abaixo do exigido para os padrões estabelecidos pela tabela do PROESP-BR de acordo com a idade e o gênero, apenas 3% dos escolares obterão o padrão normal de aptidão física para a saúde e 31% se enquadraram na escala de classificação como acima do normal para a idade e o gênero. **CONCLUSÃO:** Mediante estudo conclui-se esta capacidade física mencionada pode perceber-se que pouca prática corporal executada dificulta à ação nos movimentos, inatividade física e diminuição de força no tônus muscular para executar as atividades de resistência. Os resultados encontrados apontaram tais insuficiência, que foi provida por conta da qualidade de vida, falta de orientação nutricional e pouca vivência de práticas corporais em sua comunidade acarretando nesses desvios de padrões de normalidades nesses escolares analisados.

### REFERÊNCIA

- ARAUJO, S.S. OLIVEIRA, A.C.C. **Aptidão em escolares em Aracaju:** Aracaju: <<http://www.googleacademico.com>> 2008. Disponível em: <<http://scholar.google.com.br/scholar?hl=ptBR&q=artigos+crescimento+composi%C3%A7%C3%A3o+corporal+e+desempenho+motor+de+crian%C3%A7as+e+adolescentes&btnG=&lr=>>>.  
Acessado em: 12/09/15.
- GUEDES, Dartagnan P. GUEDES Joana RP. **Atividade física, aptidão física e saúde.** 1995. Disponível em: <http://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAFS/article/view/451/495>.  
Acessado em: 15/09/2015.
- MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. K. R. **Atividade física e obesidade:** prevenção e tratamento. São Paulo: Athneu, 2007.

---

PISTA, António. **Sedentarismo, urbanização e transição epidemiológica**. Moçambique, Angola 2012. Disponível em: <<http://www.revistacientifica.uem.mz/index.php/rccbsp/article/view/5/pdf>>. Acessado em: 19/10/15.

RAIOL, Rodolfo A. RAIOL Paloma AFS. ARAÚJO, Maikon AT. As aulas de educação física na infância: **capacidades motoras, crescimento e princípios do treinamento**. <<http://www.efdeportes.com/>>. Revista Digital. Buenos Aires, ano 2015, nº149, p. 02.

## RELAÇÃO ENTRE IDADE, TEMPO DE PRÁTICA E MOTIVAÇÃO EM JOVENS COMPETIDORES DE ATLETISMO DE NÍVEL NACIONAL

ROGÉRIO MÁRCIO LUCKWU, <sup>1</sup>

CREF 001356 G/PB

MARIA GABRIELA LACERDA SALES, <sup>2</sup>

CAROLINA BALDUINO DE FARIAS<sup>1</sup>

THIAGO BEZERRA DE SOUZA<sup>1</sup>

LUCIANO DE OLIVEIRA<sup>1</sup>

CREF 000478 G/PB

e-mail do autor: [rogerioluckwu@gmail.com](mailto:rogerioluckwu@gmail.com)

1 INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DA PARAÍBA – IESP Cabedelo, Paraíba - Brasil

2 UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAIBA – UFPB João Pessoa, Paraíba- Brasil

**Palavras chave:** Atletismo, idade, prática, motivação

**INTRODUÇÃO:** Nas últimas décadas é notória a importância que é dada aos fatores psicológicos no esporte. Torna-se evidente que em esportes coletivos e individuais, o estado emocional, a motivação e outras variáveis psicológicas exercem fortes influências sobre o rendimento dos atletas. **OBJETIVO:** Verificar correlações entre idade, tempo de prática e motivação em jovens praticantes de atletismo em nível de competição nacional. **METODOLOGIA:** Participaram deste estudo 30 jovens voluntários (sendo 16 do sexo masculino), com idades compreendidas entre 14 e 17 anos ( $M=15,06 \pm 1,17$ ). Os participantes eram praticantes de atletismo de diferentes provas específicas há pelo menos 7 meses (média do tempo de prática =22,73) e que estivessem participando de pelo menos uma competição de nível nacional. Aos participantes foi solicitado que respondessem um bloco de questionários que continham as informações relacionadas à sexo, idade, tempo de prática e motivação. Para avaliar os níveis de motivação dos voluntários utilizou-se a versão em português do Sports Motivation Scale (SMS). Os participantes dispunham do tempo que considerassem necessário para responder aos itens do instrumento. Após coletados, os dados foram tabulados em uma planilha para posterior análise estatística por meio do programa SPSS versão 21.0. Inicialmente foram realizadas as análises estatísticas descritivas básicas, seguidamente foi realizada uma análise correlacional através do coeficiente r de Pearson. **RESULTADOS:** os resultados da análise descritiva apresentam médias elevadas de motivação (Intrínseca e extrínseca) e baixos níveis de desmotivação. De um modo geral os valores de motivação intrínseca se apresentaram maiores que os de motivação extrínseca. Após a análise descritiva procedeu-se a análise correlacional. Os resultados mostraram diversas correlações significativas das quais destacam-se as correlações negativas entre tempo de prática e diferentes motivações (Intrínseca de realização e de conhecimento e extrínseca de regulação introjetada e externa). Não foram encontradas correlações significativas entre idade e variáveis motivacionais. **CONCLUSÕES:** O perfil motivacional dos atletas participantes do estudo é de certo modo positivo. Os níveis de motivação intrínseca superiores aos de motivação extrínseca sugerem um perfil motivacional adequado segundo a teoria da autodeterminação. De acordo com a análise correlacional realizada, quanto maior o tempo de prática dos atletas, menores os níveis de motivação tanto intrínseca quanto extrínseca. Tal resultado requer uma atenção especial com objetivo de tentar evitar o abandono da prática esportiva tendo em vista que com o passar dos anos aparentemente os níveis de motivação são reduzidos o que aumenta a probabilidade de evasão do esporte.

---

**REFERÊNCIAS:**

- DECI e. L. e RYAN, R. M. Intrinsic Motivation and Self-determination in Human Behavior. Plenum: New York .1985.
- LUCKWU, R. e GUZMÁN, J. F. Compromiso deportivo y adherencia: Un análisis cognitivo social. Revista internacional de ciencias del deporte, 2011. 7 (7), 277-286.
- LUCKWU, R.M. Motivación y adherencia al deporte: un análisis social-cognitivo. Tesis doctoral. UNIVERSITAT DE VALÈNCIA 2012.
- MOURA, S.K.M.S.F. ; LUCKWU, R.M. ; MELO, A. B. Relação entre motivação autodeterminada e ansiedade pré-competitiva em jogadores de handebol de areia. *Revista Piauiense de Saúde* , v. I, p. 124, 2012.
- SERPA, S.; ALVES, P.; BARREIROS, A. **Versão portuguesa da Sport Motivational Scale (SMS) e da Sport Academic Scale (AMS): processos de tradução, adaptação e fiabilidade.** Tese de Doutoramento, Faculdade de Motricidade Humana, Laboratório de Psicologia do Desporto. Universidade Técnica de Lisboa, Lisboa. 2004
- VALLERAND, R.J., LOSIER, G.F. An Integrative Analysis of Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport. *Journal of applied sport psychology* 11, 142-169. 1999



## EFEITO DO TREINAMENTO REDISTIDO TRADICIONAL NA FORÇA ISOMÉTRICA MÁXIMA DE IDOSAS

GABRIEL VINICIUS DOS SANTOS  
JOSÉ CARLOS ARAGÃO SANTOS  
MARTA SANTOS SILVA

ANTÔNIO GOMES DE RESENDE NETO (CREF: 002225-G/SE)

MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G7RS).

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, São Cristovão, Sergipe, Brasil.

Contato: [gabrielviniciusufs@gmail.com](mailto:gabrielviniciusufs@gmail.com)

**Palavras chaves:** Envelhecimento, Aptidão física, Atividade diária

**Introdução:** O envelhecimento é um processo natural que afeta a força muscular e a capacidade de realizar atividades simples, mas essenciais para a manutenção de uma vida independente. O treinamento resistido parece ser uma alternativa para melhoria dos níveis de força e funcionalidade, intervindo de forma positiva na qualidade de vida dessa população. Dentre os componentes da força muscular, a isométrica máxima é uma importante variável para a manutenção da saúde, tendo em vista sua predição de desempenho físico e risco de mortalidade em diferentes faixas etárias. Contudo, não há consenso em como o treinamento resistido contribui para a melhoria da força isométrica máxima de indivíduos da terceira idade. **Objetivo:** Analisar o efeito de doze semanas de treinamento resistido tradicional na melhora da força isométrica máxima de preensão manual e cadeia posterior de idosas. **Metodologia:** A amostra foi composta por 26 idosas. As mesmas foram distribuídas em dois grupos distintos: Treinamento Resistido Tradicional (TR: n=15, 65,6 ± 5,1 anos, 28,5 ± 5,5 kg/m<sup>2</sup>) e Grupo Controle (GC: n=11; 62,6 ± 2,6 anos, 30,4 ± 5,9 kg/m<sup>2</sup>). O grupo TR realizou: 1º- 5 minutos de mobilidade articular, 2º- 15 minutos de ginástica aeróbica, 3º- 30 minutos de treinamento resistido em máquinas para membros inferiores e superiores, e 4º- 10 minutos de Treinamento Intervalado de Alta Intensidade. O Grupo Controle realizou 50 minutos de alongamentos e práticas de relaxamento. A força isométrica máxima foi medida através de um dinamômetro lombar (*Isometric Dead Lift Test*) e de preensão manual (*Hand Grip Test*), os dados foram expressos em Kgf. Foram realizadas três tentativas em cada teste e utilizado o maior valor para fins estatísticos. Os dados foram descritos em média e desvio padrão e para análise da significância foi utilizada uma ANOVA 2x2 com pós hoc de Bonferroni para comparação entre os grupos, a significância adotada foi p ≤ 0,05. **Resultados:** Ao final da intervenção de doze semanas o TR apresentou aumento significativo no *Hand Grip Test* em comparação ao GC (21,8 ± 4,0 vs. 18,0 ± 3,8 Kgf; p = 0,04%). Entretanto não houve diferença estatisticamente significativa entre os grupos no *Isometric Dead Lift Test* apesar de ambos melhorarem (pós TR: 62,0 ± 12,3 vs. Pós GC: 60,7 ± 16,4 Kgf; p = 0,75%) **Conclusão:** Levando em consideração a amostra e as condições analisadas, o Treinamento Resistido Tradicional promoveu melhoras nos níveis de força isométrica máxima de preensão manual e da cadeia posterior de idosas após doze semanas de treinamento.

### Referências

American College Of Sports Medicine (ACSM). Position Stand. Exercise and Physical Activity for Older Adults. **Medicine And Science In Sports And Exercise**. v.41, n.7, p. 1510-30, 2008.  
Basílio Rommel Almeida Fechine 1, Nicolino Trompieri. **Revista Científica Internacional**, ISSN: 1679-9844, Edição 20, volume 1, artigo n° 7, Janeiro/Março 2012. D.O.I: <http://dx.doi.org/10.6020/1679-9844/2007>

- 
- CADORE, E. L., et al. Multicomponent exercises including muscle power training enhance muscle mass, power output, and functional outcomes in institutionalized frail nonagenarians. **American College of Clinical Gerontology**, v.36, n.2, p.773-85, 2014.
- GERALDES, A. R., OLIVEIRA, A. R. M., ALBUQUERQUE, R. B et al. A força de preensão manual é boa preditora do desempenho funcional de idosos frágeis: um estudo correlacional múltiplo. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v.14, n.1, p.12-16, 2008.
- Westcott WL. Resistance training is medicine: effects of strength training on health **Current Sports Medicine Reports**, v.11, n.4, p.209–16, 2012

## SATISFAÇÃO DE NECESSIDADES PSICOLÓGICAS E EXPERIÊNCIA EM COMPETITIVIDADE: UMA ANÁLISE CORRELACIONAL

ROGÉRIO MÁRCIO LUCKWU, <sup>1</sup>

CREF 001356 G/PB

MARIA GABRIELA LACERDA SALES, <sup>2</sup>

STEPHANNEY KAROLINNE MERCER SOUZA FREITAS DE MOURA, <sup>1</sup>

CREF 2811 G/PB

RODRIGO CORDEIRO DE MEDEIROS<sup>3</sup>

DIEGO TRINDADE LOPES<sup>1</sup>

CREF 2994 G/PB

Email do autor: [rogerioluckwu@gmail.com](mailto:rogerioluckwu@gmail.com)

1 INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DA PARAÍBA – IESP Cabedelo, Paraíba- Brasil

2 UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAIBA – UFPB

3 UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA – UEPB

**Palavras chave:** Atletismo, idade, prática, socialização

**INTRODUÇÃO:** O estudo da satisfação das necessidades psicológicas no esporte é objeto de estudo nas últimas décadas. Sabe-se que a percepção de competência, de autonomia e de relações sociais são variáveis consideradas mediadores psicológicos que interligam o clima motivacional percebido e a motivação, sendo assim, são fatores importantes no processo de desenvolvimento psicológico no esporte. Questiona-se se o tempo de prática pode relacionar-se com os mediadores psicológicos, tendo em vista que com o passar dos meses o nível de competitividade tende a aumentar. **OBJETIVO:** Verificar correlações entre tempo de prática e percepção de autonomia, competência e relações sociais em jovens praticantes de atletismo em nível de competição nacional. **METODOLOGIA:** Participaram deste estudo 30 jovens voluntários (14 do sexo feminino), com idades entre 14 e 17 anos ( $M=15,06 \pm 1,17$ ). Os participantes eram praticantes de atletismo há pelo menos 7 meses ( $M=22,73$ ) e que estivessem participando de pelo menos uma competição de nível nacional. Aos participantes foi solicitado que respondessem a questionários que continham as informações relacionadas à sexo, idade, tempo de prática e motivação. Para avaliar os níveis de satisfação das necessidades psicológicas, utilizou-se a versão em português da Escala de Satisfacción de Necesidades Psicológicas en el Deporte (ESaNPd). Após coletados, os dados foram tabulados em uma planilha para posterior análise estatística por meio do programa SPSS 21.0. Inicialmente foram realizadas as análises estatísticas descritivas, seguidamente foi realizada uma análise correlacional (coeficiente  $r$  de Pearson). **RESULTADOS:** Os resultados mostraram médias elevadas de Percepção de autonomia ( $M= 5,54$ ), competência ( $M= 6,05$ ) e relações sociais ( $M=6,16$ ). Tais valores sugerem uma satisfação de necessidades psicológicas adequada. Após análise descritiva procedeu-se a análise correlacional. Os resultados mostraram correlações negativas entre tempo de prática e as percepções de autonomia ( $r=-.211$ ), competência ( $r=-.213$ ) relações sociais ( $r=-.372$ ) ainda que somente nesta última o nível de significância foi aceitável ( $p<.005$ ). Não foram encontradas correlações significativas entre idade e mediadores psicológicos. **CONCLUSÕES:** Os resultados mostraram que os níveis de satisfação das necessidades psicológicas no esporte são adequados de acordo com a teoria da autodeterminação e modelo hierárquico da motivação. Por outro lado, a análise correlacional apresentou uma relação significativa e negativa entre tempo de prática e percepção de relações sociais, de modo que quanto maior o tempo de prática, menor a percepção de relacionamento no ambiente de treinamento. É possível que se possa associar este resultado a um fator não investigado neste estudo: o nível de competitividade. Possivelmente, quanto mais tempo praticando

o atletismo, seja exigido maior nível de disputas internas e externas no ambiente de treinamento o que pode prejudicar a percepção de relações sociais. Estes dados devem ser levados em consideração por treinadores de atletas em fase de iniciação tendo em vista que os mediadores psicológicos são fatores preditores da motivação. Segundo a teoria da autodeterminação uma percepção negativa das relações sociais pode acarretar um processo de desmotivação o que pode gerar consequências negativas nos aspectos afetivos, cognitivos e comportamentais, podendo deste modo prejudicar o rendimento do atleta ou mesmo levar ao abandono da prática do esporte.

#### **REFERÊNCIAS:**

- DECI e. L. e RYAN, R. M. Intrinsic Motivation and Self-determination in Human Behavior. Plenum: New York .1985.
- LUCKWU, R. e GUZMÁN, J. F. Compromiso deportivo y adherencia: Un análisis cognitivo social. Revista internacional de ciencias del deporte, 2011. 7 (7), 277-286.
- LUCKWU, R.M. Motivación y adherencia al deporte: un análisis social-cognitivo. Tesis doctoral. UNIVERSITAT DE VALÈNCIA 2012.
- MOURA, S.K.M.S.F. ; LUCKWU, R.M. ; MELO, A. B. Relação entre motivação autodeterminada e ansiedade pré-competitiva em jogadores de handebol de areia. *Revista Piauiense de Saúde* , v. 1, p. 124, 2012.
- SERPA, S.; ALVES, P.; BARREIROS, A. **Versão portuguesa da Sport Motivational Scale (SMS) e da Sport Academic Scale (AMS): processos de tradução, adaptação e fiabilidade.** Tese de Doutoramento, Faculdade de Motricidade Humana, Laboratório de Psicologia do Desporto. Universidade Técnica de Lisboa, Lisboa. 2004.
- VALLERAND, R.J., LOSIER, G.F. An Integrative Analysis of Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport. *Journal of applied sport psychology* 11, 142-169. 1999.

## A IMPORTANCIA DA ATIVIDADE FISICA NA TERCEIRA IDADE

ANDRELLY CAROLINE SANTOS MELO  
ANDRÉ FELIPE MACHADO DOS SANTOS  
NARA MICHELLE MOURA SOARES - CREF 001090-G/SE  
Universidade Tiradentes- Aracaju- SE/ Brasil  
[andrelycaroline@hotmail.com](mailto:andrelycaroline@hotmail.com)

PALAVRAS- CHAVES: atividade física, terceira idade e envelhecimento.

**INTRODUÇÃO:** O envelhecimento é o responsável por algumas alterações fisiológicas no sistema neuromuscular que levam a uma redução da força muscular (FM) e conseqüentemente a diminuição das suas funções básicas, aumentando, assim, a perda da densidade óssea mineral e o número de quedas e fraturas ósseas. Desta forma, é de suma importância que os idosos pratiquem atividade física para aprimorar a força e a resistência do músculo esquelético. **OBJETIVO:** Compreender a partir de alguns princípios do treinamento, como o da individualidade biológica e especificidade, os benefícios que a prática da atividade física regular e adequada pode trazer para o dia a dia dos idosos, possibilitando uma melhor qualidade de vida e maior interações sociais. A manutenção da capacidade funcional e da autonomia física durante o processo de envelhecimento. **METODOLOGIA:** Antes que o idoso comece a praticar qualquer atividade física, é necessário dirigir-se à procura de um médico e um profissional de educação física para obter informações sobre as melhores atividades para serem desenvolvidas, onde, será realizada uma anamnese e conseqüentemente alguns exames para identificar qualquer problema ou doenças crônicas. Dessa forma, será possível identificar quais são as principais limitações que possam desabilitar o idoso, comprometendo sua autonomia e independência. **RESULTADO:** A atividade física regular na terceira idade proporciona múltiplos efeitos benéficos a nível antropométrico, neuromuscular, metabólico, psicológico e social. Através dela, o idoso tem a possibilidade de conhecer e interagir com outras pessoas, trocando experiências e revigorando sua autoestima. **CONCLUSÃO:** As informações apresentadas permitem concluir que a atividade física regular e a adoção de um estilo de vida ativo são necessárias para a promoção da saúde, na prevenção e controles das patologias. Além disso, percebemos que o estilo de vida ativo está completamente associado também com uma melhor mobilidade, capacidade funcional e mental durante o envelhecimento.

### REFERÊNCIAS

- BORGES, Milene Ribeiro Dias; MOREIRA, Ângela Kunzler; **Influências da prática de atividades físicas na terceira idade: estudo comparativo dos níveis de autonomia para o desempenho nas AVDs e AIVDs entre idosos ativos fisicamente e idosos sedentários**; Motriz, Rio Claro, v.15, n.3, p.562-573, jul./set. 2009
- DAVINI. R.; Nunes, C. V; **Alterações no sistema neuromuscular decorrentes do envelhecimento e o papel do exercício físico na manutenção da força muscular em indivíduos idosos**; Rev. bras . .fisiologia Vol. 7 No. 3, 2003
- FILHO, Wilson Jacob**; Atividade física e envelhecimento saudável, **Rev. Bras. Educ. Fís. Esp.**, São Paulo, V.20, P.73-77, Set. 2006. Suplemento N.5.
- FREITAS, Clara Maria Silvestre Monteiro De; FREYRE, Carmen; LEÃO, Ana Carolina; VIANA, Ana Tereza; SANTIAGO, Marcela De Souza; **Aspectos motivacionais que influenciam a adesão e manutenção de idosos a programas de Exercícios Físicos**; Rev. Bras. Cineantropom. Desempenho Hum. 2007;9(1):92-100

---

MATSUDO, Sandra Mahecha; **Atividade física na promoção da saúde e qualidade de vida no envelhecimento**; Rev. bras. Educ. Fís. Esp., São Paulo, v.20, p.135-37, set. 2006. Suplemento n.5.

## CORRELAÇÃO ENTRE A MUSCULATURA DA ZONA MEDIA E TESTES DE REPETIÇÃO MÁXIMA

GABRIEL VINICIUS DOS SANTOS

MARTA SANTOS SILVA

ALBANIR SANTOS CRUZ

EDUARDO RODRIGO OLIVEIRA ROCHA

MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G7RS).

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: gabrielviniciusufs@gmail.com

**Palavras- Chave:** Dor Lombar, Eletromiografia e Músculos Abdominais.

**Introdução:** Anatomicamente o *core* é composto por músculos superficiais (globais) e profundos (locais). Os músculos locais estão localizados no esqueleto axial (tronco), principalmente no complexo quadril lombo pelve. O *Isometric Dead Lift Test* é um teste utilizado para mensurar a força isométrica máxima da cadeia posterior, onde há uma extensão do quadril, e portanto ativação dos músculos do complexo quadril lombo pelve (*core*). Estudos apontam que os músculos profundos do *core* se contraem cerca de 50 milissegundos antes da contração dos membros superiores (MMSS) e membros inferiores (MMII). Em teoria, isso mostra, que existe uma produção de força do centro (*core*) e que essa é transmitida para as extremidades. Nessa perspectiva, a força gerada pelo *core* poderia influenciar na capacidade das extremidades em gerar força dinâmica máxima. Sendo assim poderia haver relação entre a força de extensão do quadril e a capacidade de exercer força nos membros inferiores e superiores. **Objetivo:** analisar a relação entre a força lombar e força isométrica concêntrica máxima nos exercícios supino horizontal, *leg press* e remada horizontal. **Metodologia:** A amostra foi composta por 100 indivíduos jovens saudáveis e assintomáticos (64 M e 33 H; Idade:  $25,9 \pm 7,0$  anos; IMC:  $24,1 \pm 3,9$  kg/m<sup>2</sup>; %G:  $24,0 \pm 7,0$ ). Para estimar a força lombar, foi realizado o *Isometric Dead Lift Test* onde o indivíduo foi posicionado sobre a plataforma de um dinamômetro e realizou uma máxima extensão lombar. O avaliado foi orientado a exercer força de forma gradual e constante, os dados foram expressos em KgF. Foram realizadas duas tentativas e o valor mais alto foi considerado para fins estatísticos. Para avaliar a força dinâmica máxima, foi realizado o teste de repetição máxima (*RM*) nos exercícios supino horizontal, *leg press* e remada horizontal. O teste de 1RM foi realizado segundo o protocolo de Kraemer e Ratamess (2004). A relação entre as variáveis foi determinada utilizando correlações simples univariadas, representada pelo coeficiente de correlação de Pearson. Regressão linear simples foi utilizada para explicar a possível relação entre as variáveis de performance (dependente) e as variáveis do *core* (independente). A significância estatística foi determinada em 5% e o software SPSS 22.0 foi utilizado. **Resultados:** Houve uma correlação moderada entre a força isométrica lombar e força dinâmica máxima nos exercícios de *leg press* ( $r=0,585$ ;  $p=0,001$ ;  $r^2=0,335$ ) e uma correlação alta entre a força isométrica lombar e o teste de *RM* na puxada e no supino ( $r=0,736$ ;  $p=0,001$ ;  $r^2=0,527$  e  $r=0,8$ ;  $p=0,001$ ;  $r^2=0,637$ ) respectivamente. **Conclusão:** Dada as condições analisadas e a amostra em questão, há uma correlação de moderada a alta entre a força lombar e a força dinâmica máxima dos exercícios supino horizontal, *leg press* e remada horizontal.

### Referências

BRIGGS, M. S. et al. Lumbopelvic Neuromuscular Training and Injury Rehabilitation: A Systematic Review. **Clinical Journal of Sport Medicine**, v.23, n.3, p.160-71, 2013

---

CHANG, W. D. et al. Core strength training for patients with chronic low back pain. **Journal of Physical Therapy Science**, v.27, n.3, p.619-22, 2015.

KRAEMER, William J.; RATAMESS, Nicholas A. **Fundamentals of Resistance Training: Progression and Exercise Prescription**. *Medicine e Science In Sports e Exercise*, v. 36, n. 4, p. 674-688, 2004.

NESSER, T., DEMCHAK, T. J. Effect of Core Strength on the Measure of Power in the Extremities. **The Journal of Strength And Conditioning Research**, v.2, n.2, p.373-80, 2012.

SHARROCK, C. et al. A pilot study of core stability and athletic performance: is there a relationship? **The International Journal of Sports Physical Therapy**, v.6, n.2, p.63-74, 2011.

TARNANEN, S. P. et al. Effect of Isometric Upper-Extremity Exercises on the Activation of Core Stabilizing Muscles. **American Academy of Physical Medicine and Rehabilitation**, v.89, n.3, p.513-2, 2008.

VERA-GARCÍA, F.J. et al. Core stability. Concepto y aportaciones al entrenamiento y la prevención de lesiones. **Revista Andaluza del Medicina Deporte**, v.8, n.2, p.79–85, 2015.



## UTILIZAÇÃO E CONSTRUÇÃO DE CAÇA PALAVRAS PELOS ESTUDANTES NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA COM FOCO NA APRENDIZAGEM DO CONTEÚDO

DIEGO DOS SANTOS OLIVEIRA<sup>1</sup>

LEANDRO SANTOS ANDRADE (CREF 001523-G/SE)<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes – Aracaju/ Sergipe/Brasil

<sup>2</sup>Laboratório de Estudos e Pesquisas em Educação Física– LEPEF

Diego\_dossantosoliveira@hotmail.com

**Palavras- chave:** Aprendizagem. Atividade Motora. Educação.

**INTRODUÇÃO:** A proposta do artigo científico na Utilização e a Construção de Caça Palavras pelos Estudantes Nas Aulas de Educação Física com Foco na Aprendizagem do Conteúdo Alimentação e Atividade Física. Tem por finalidade provocar os discentes a desenvolver os conhecimentos aprendidos na disciplina de maneira coletiva e em sua execução procurar as respostas no caça palavra construídos pelos outros grupos na aula propriamente dita. **OBJETIVO:** O trabalho teve como objetivo avaliar o entendimento dos conteúdos ministrados na disciplina e na construção do conhecimento de forma coletiva e nele se procuram as respostas pretendidas nessa ação se utilizando da ferramenta caça palavra para dinamizar a aula no momento oportuno. **METODOLOGIA:** A pesquisa baseia-se no estudo de caso não invasivo dos alunos do 8º ano do ensino fundamental do povoado Bom Jesus município de Laranjeiras/SE. A apuração teve como parâmetros de estudos os caça palavras construídos pelos educandos em forma de trios e discutidos juntamente com os estudantes que enfatizaram os assuntos ministrados pelo docente nas aulas de Educação Física. Além disso, foi possível detectar o aprendizado de maneira prática e teórica, com a ajuda de uma proposta do livro didático da UFS, ligados à Educação Física. Da amostra do estudo participaram 15 alunos do 8º Ano, sendo 05 meninos e 10 meninas, na faixa etária de 13 a 17 anos. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Foram encontrados um percentual de 100% dos informantes com relação ao comprometimento na atividade proposta pedida, com 3 tipos de caça palavra voltados para alternativas de prática corporal de atividade física e 2 sobre alimentação, atingindo uma margem bastante significativa para o que foi proposto nessa prática. Foi constatado um terço e meio do conteúdo lecionado por parte do professor e dividido pelos grupos na execução do material utilizado obtendo-se assim 55% de aproveitamento na divisão do conhecimento aplicado. **CONCLUSÃO:** Enfim, a utilização dessa ferramenta didática fez com que os discentes entendessem melhor o conteúdo e compartilhassem as informações obtidas pelos colegas de classe com base no que foi ministrado pelo professor. A prática docente deve ser diversificada no cotidiano escolar basta detectar os problemas e procurar elementos que possam contribuir na aprendizagem e disseminação do conhecimento aos estudantes.

### REFERÊNCIA

ANSELMO, Luiz Menezes Santos et al. **Proposta de Sistematização De Conteúdos Para a Educação Básica:** Componente Curricular Educação Física. Departamento de Educação Física da Universidade Federal de Sergipe. Novembro de 2008.

CASTELLANI, Lino Filho et. Al. **Metodologia no ensino da educação física.** São Paulo: 2. Ed. Ver. Cortez, 2009, p. 62-63.

LIBÂNEO, J. C. **Didática.** São Paulo: Cortez, 1994.

NEIRA, Marcos Garcia. **Por dentro da sala de aula: conversando sobre a prática.** São Paulo: Phote, 2004, 208p.

---

**PERCEÇÃO DA GINÁSTICA RÍTMICA NA INFÂNCIA: ESTUDO COM CRIANÇAS DE 7 A 11 ANOS PRATICANTES DE GINÁSTICA RÍTMICA**

GUSTAVO DA SILVA FÉLIX  
WYLA LAYANE DE SOUZA FERREIRA  
RAQUEL SUELEN BRITO DA SILVA CREF 003180-G/PB  
WLLIANE SILVA SOARES CRN 17378/PB  
FERNANDA ANTÔNIA DE ALBUQUERQUE MELO CREF 000010-G/PB  
FACULDADE MAURICIO DE NASSAU, JOÃO PESSOA, PARAÍBA, BRASIL.  
E-mail: gustavoofelix@gmail.com

**PALAVRAS- CHAVE:** Crianças, ginástica, habilidades motoras.

**INTRODUÇÃO:** A prática da Ginástica Rítmica (GR) pode ser uma boa alternativa para crianças, pois proporciona possibilidades diferentes para o seu desenvolvimento motor, a partir da exploração de habilidades motoras bem próximas da cultura corporal encontrada nas brincadeiras e jogos infantis. **OBJETIVOS:** Avaliar a percepção das crianças praticantes da Ginástica Rítmica do projeto Centro de Excelência Caixa Jovem Promessa de Ginástica na cidade de João Pessoa/PB. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal do tipo descritivo com abordagem quantitativa. A amostra foi composta por 31 crianças (todas do sexo feminino) com idade entre 7 a 11 anos e iniciantes na modalidade da GR por no mínimo 6 meses. Estas responderam a um questionário semiestruturado referente à percepção em relação às aulas de GR. Os dados são apresentados em valores absolutos. **RESULTADOS:** A maioria (n=27) das praticantes de GR relatou estar satisfeita com as aulas. Quanto ao espaço físico, 20 delas afirmaram ser um ótimo local para o treino. Sobre o grau de satisfação, 29 crianças responderam ser ótima a iniciativa do projeto. Além disso, 26 delas responderam que preferem as aulas onde possam manusear os aparelhos. Quanto à duração do treino, 29 responderam que queriam mais tempo para a prática da GR. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que, em sua maioria, as crianças se mostraram satisfeitas com as aulas de GR, o que possivelmente pode contribuir para o aumento de suas habilidades motoras e construção do seu espaço social.

#### **Referências**

- LEQUET, J. **As ações motoras em ginástica esportiva.** São Paulo, Manole, 1987.
- CAÇOLA, P. A Iniciação Esportiva na Ginástica Rítmica. **Revista Brasileira de Educação Física, Esporte, Lazer e Dança**, v. 2, n. 1, p. 9-15, mar. 2007.
- DEUTSCH, S. **Possibilidades da Ginástica Rítmica.** São Paulo, Phorte Editora. 2010.
- GAIO, R. **Ginástica Rítmica Popular: uma proposta educacional - 2ed.-** Jundiaí, SP: Editora Fontoura, 2007.
- LEQUET, J. **As ações motoras em ginástica esportiva.** São Paulo, Manole, 1987.

## EFEITO DA INGESTÃO DE CAFEÍNA NA DESIDRATAÇÃO DURANTE PROVA DE MEIA MARATONA

THAYSA PASSOS NERY CHAGAS (CREF 2464-G/SE)  
ANDRESSA PÂMELA PIRES DE SIQUEIRA  
EDUARDO SEIXAS PRADO  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE  
[thaysanery@hotmail.com](mailto:thaysanery@hotmail.com)

**Palavras-chave:** cafeína; desidratação; corrida.

**INTRODUÇÃO:** Apesar da cafeína ser um dos mais comuns suplementos ergogênicos utilizados em todo o mundo (Birnbaum et al. 2004), pode-se inferir que seus efeitos reduzem a tolerância ao calor durante o exercício, como também promove queda no volume plasmático e sistólico, além de aumentar a taxa de sudorese através da estimulação do sistema nervoso simpático (Armstrong, 2007). No entanto, Zhang et al. (2016), afirmam que a cafeína é um ergogênico seguro, que não leva a perda excessiva de fluidos. **OBJETIVO:** Avaliar o efeito da ingestão de cafeína na desidratação durante uma prova de meia maratona. **METODOLOGIA:** Participaram do estudo 18 corredores de meia maratona treinados, do sexo masculino e foram divididos em dois grupos: cafeína experimental – CEX; n = 9 (39,8 ± 3,1 anos; 74,8 ± 2,5 kg; 175,3 ± 1,8 cm) e placebo – PEX; n = 9 (41,4 ± 3,2 anos; 75,7 ± 3,1 kg; 171,3 ± 2,5 cm). No dia do experimento, antes e depois da corrida, foi avaliado o estado de hidratação através da coleta urinária e sanguínea, a condição climática e temperatura corporal, além da sensação térmica. Uma hora antes da corrida, o grupo CEX recebeu uma administração de 5 mg/kg de cafeína, através de cápsulas, enquanto o grupo PEX recebeu a mesma quantidade de cápsulas de lactose, realizadas de forma indistinguível, conduzida de forma randomizada e duplo-cego. Foi utilizado um teste t pareado ou não pareado para verificação das diferenças entre as médias pré e pós corrida entre os grupos, para todas as variáveis mensuradas, o nível de significância adotado foi de  $p < 0,05$ . **RESULTADOS:** Os marcadores de hidratação urinários, não apresentam diferença significativa entre os grupos ( $p > 0,05$ ), mas foi possível identificar que os atletas apresentavam uma desidratação mínima (CASA et al., 2000). As mudanças ocorridas na massa corporal ( $\Delta \%$ ), foi semelhante em ambos os grupos ( $P > 0,05$ ), reduzindo  $-1,87 \pm 0,81$  kg no grupo CEX, e  $-2,48 \pm 0,65$  kg no grupo PEX. A temperatura corporal (PEX pré  $37,20 \pm 0,57$  e pós  $37,85 \pm 0,38$  °C,  $p = 0,029$ ; CEX pré  $37,30 \pm 0,41$  e pós  $37,91 \pm 0,68$  °C,  $p = 0,034$ ), e a sensação de conforto (PEX,  $P = < 0,001$ ; CEX,  $P = 0,004$ ), não apresentam correlações significativas entre os grupos CEX e PEX, somente nos momentos pré e pós corrida. Assim como o hematócrito (PEX pré  $0,44 \pm 0,03$  mg/dl e pós  $0,47 \pm 0,04$  mg/dl,  $p < 0,0001$ , e CEX pré  $0,45 \pm 0,03$  mg/dl e pós  $0,49 \pm 0,03$  mg/dl,  $p < 0,05$ ), a creatinina (PEX pré  $78,58 \pm 6,32$   $\mu\text{mol/l}$  e pós  $118,85 \pm 11,79$   $\mu\text{mol/l}$ ,  $p < 0,001$ ; CEX pré  $94,71 \pm 9,97$   $\mu\text{mol/l}$  e pós  $124,86 \pm 5,39$   $\mu\text{mol/l}$ ,  $p = 0,031$ ) e a hemoglobina (PEX pré  $9,31 \pm 0,97$  g/dl e pós  $9,81 \pm 0,89$  g/dl,  $p < 0,001$ ; CEX pré  $9,54 \pm 0,79$  g/dl e pós  $10,81 \pm 0,63$  g/dl,  $p = 0,04$ ), também apresentaram diferença nos momentos pré e pós nos dois grupos. **CONCLUSÃO:** Concluímos que a ingestão de 5 mg/kg de cafeína não leva a desidratação e não colabora para a perda excessiva de fluidos em uma corrida de meia maratona.

### REFERÊNCIAS

ARMSTRONG L.E.; CASA, D. J.; MARESH, C.M.; GANIO, M.S. Caffeine, Fluid-Electrolyte Balance, Temperature Regulation, and Exercise-Heat Tolerance. **Sport Sci. Rev.** 2007; Vol. 35, No. 3, pp. 135Y140.

- 
- BIRNBAUM, L.J.; HERBST, J.D. Physiologic effects of caffeine on cross-country runners. **J Strength Cond Res**. 2004; 18 : 463-5.
- CASA D. J., ARMSTRONG L. E., HILLMAN S. K., MONTAIN S. J., REIFF R. V., RICH B. S. E., et al. National Athletic Trainers' Association Position Statement: Fluid Replacement for Athletes. **J Athl Train**. 2000;35(2):212–24.
- ZHANG, Y.; COCAB, A.; CASAC, D. J.; ANTONIOD, J.; GREENE, J. M.; BISHOP, P. A. Caffeine and diuresis during rest and exercise: A meta-analysis. **J Sci Med Sport**. 2015; 18(5): 569–574.

## COMPARAÇÃO DE DOIS METODOS DE TREINAMENTO DE FORÇA NA POTÊNCIA DE MEMBROS INFERIORES E EQUILÍBRIO DINÂMICO DE IDOSAS

YCLEM MENDOÇA MARQUES

ANTÔNIO GOMES DE RESENDE NETO (CREF: 002225-G/SE)

JOSÉ CARLOS ARAGÃO SANTOS

LEURY MAX DA SILVA CHAVES

MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G/RS).

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: ycles\_educacaofisica@hotmail.com

**Palavras-chave:** Envelhecimento. Treinamento de Resistência. Saúde.

**INTRODUÇÃO:** A potência muscular vem sendo associada a uma maior capacidade de realização das atividades funcionais, maior independência e qualidade de vida dos idosos. Assim, recentes diretrizes para o treinamento de força sugerem que os exercícios sejam executados a máxima velocidade concêntrica, porém ainda não há indicações para o tipo de treinamento (funcional vs tradicional) para melhora da potência muscular dessa população. **OBJETIVO:** Comparar o treinamento de força tradicional e o treinamento funcional na potência de membros inferiores e equilíbrio dinâmico de idosos pré-frágeis. **METODOLOGIA:** Amostra, 44 idosos, ( $65,6 \pm 6,1$  anos /  $29,0 \pm 4,9$  Kg/m<sup>2</sup>), divididas aleatoriamente em treinamento funcional (TF-18), treinamento tradicional (TT-15) e grupo controle (GC-11). A intervenção ocorreu ao longo de doze semanas, cada sessão durou uma hora, com frequência de três sessões semanais. O grupo TF realizou 5 minutos de mobilidade articular, 15 minutos para atividades que exigiam potência, agilidade e velocidade; 25 minutos de exercícios de força para membros inferiores e superiores, em padrões de movimento considerado essenciais para as atividades cotidianas; e 10 minutos de atividades lúdicas com trabalho cardiometabólico. O grupo TT realizou 5 minutos de mobilidade articular, 15 minutos de caminhada; 25 minutos de exercícios de força para membros inferiores e superiores, realizados de forma analítica em máquinas de musculação; e 10 minutos de atividades lúdicas com trabalho cardiometabólico. E o grupo controle realizou somente atividades lúdicas e exercícios de relaxamento durante 45 minutos. Para análise da potência muscular (PM) foi utilizado 50% de 1RM no leg press e a velocidade foi determinada utilizando um *encoder* linear conectado a unidade central de um programa integrado de análise de dados (Musclelab®, Ergotest Innovation, Porsgrunn, Norway). A participante realizou um aquecimento que consistiu em uma série de 10 -15 repetições e após três minutos realizaram repetições a máxima velocidade possível. Para verificar o equilíbrio dinâmico (EQ) foi utilizado o teste de Levantar e caminhar da bateria *Senior Fitness Test*, onde a participante foi orientada a levantar e caminhar o mais rápido possível, sem correr, contornando um cone a uma distância de 2,44 m e retornar à posição inicial. Foi realizada uma tentativa para familiarizar e logo após, foi realizado duas tentativas. Utilizamos o melhor escore (tempo em segundos). Os dados foram apresentados em média, desvio padrão e percentual de mudança, e analisados a partir de uma ANOVA 3x3 com post hoc de bonferroni com nível de significância adotada foi  $p \leq 0,05$ . **RESULTADOS:** Ao final das doze semanas de intervenção, tanto o TF quanto o TT apresentaram diferenças estatisticamente significativas em relação ao pré-teste e ao GC nas variáveis analisadas. Entretanto, na comparação entre os grupos experimentais, o TF apresentou melhora significativa em relação ao TT no teste Sentar e levantar (pós:  $4,3 \pm 0,3$  vs pós:  $4,9 \pm 0,5$  seg.;  $p = 0,001$ ), e na potência de membros inferiores não houve diferenças entre os grupos (pós:  $376,4 \pm 107,5$  vs pós:  $371,0 \pm 111,1$  w,  $p = 0,797$ ). **CONCLUSÃO:** Tendo em vista as condições

de análise, o treinamento funcional apresenta-se mais eficaz na melhora do equilíbrio dinâmico de idosas pré-frágeis.

## REFERÊNCIAS

- ASTRAND, I.; ASTRAND, P. O.; HALLBACK, I.; KILBOM, A. Reduction in maximal oxygen uptake with age. **J Appl Physiol**. v.35, n.5, p.649-54, 1973.
- BASSEY, E. J.; FIATARONE, M. A.; O'NEILL, E. F.; KELLY, M.; EVANS, W. J.; LIPSITZ, L. A. Leg extensor power and functional performance in very old men and women. **Clinical Science**. v.82, n.3, p.321-27, 1992.
- DALY, R. M.; DUCKHAM, R. L.; TAIT, J. L.; RANTALAINEN, T.; NOWSON C. A.; TAAFFE D. R.; et al. Effectiveness of dual-task functional power training for preventing falls in older people: study protocol for a cluster randomised controlled trial. **Trials**. v.16, n.120, p.2-15, 2015
- HAZELL, T.; KENNO, K.; JAKOBI, J. Functional Benefit of Power Training for Older Adults. **J Aging Phys Act**. v.15, n3, p. 349-59, 2007.
- IZQUIERDO, M.; AGUADO, X.; GONZALEZ, R.; LOPEZ, J. L.; HÄKKINEN, K. Maximal and explosive force production capacity and balance performance in men of diferente ages. **Eur J Appl Physiol Occup Physiol**. v.79, n.3, p.260-67, 1999.

## EFEITOS DE DOIS CIRCUITOS DIFERENTES DE CROSS TRAINING NA QUALIDADE DE MOVIMENTO

LEURY MAX DA SILVA CHAVES  
EDUARDO RODRIGO OLIVEIRA ROCHA  
MARTA SILVA  
ALBANIR SANTOS CRUS

MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G7RS).

Centro De Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento De Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe Brasil.

Contato:leury\_max@hotmail.com

**Palavras Chave:** Treinamento, Jovens, Aptidão Física.

**INTRODUÇÃO:** Atualmente o treinamento funcional é considerado um método eficaz para melhorar a qualidade do movimento, afetando positivamente padrões diários funcionais. Essa melhora está relacionada com o desenvolvimento de ações funcionais como puxar, empurrar, agachar e transportar, que estão presentes nas atividades da vida diária (AVD's). Uma das formas de realizar o treinamento funcional, é utilizar o método *Cross Training* que consiste em treinar ações funcionais e variáveis condicionantes como força muscular, potencia muscular, velocidade e agilidade. Tudo isso realizado em uma única sessão de treino de maneira intermitente e em alta intensidade. Com o intuito de otimizar o tempo de pratica o treinamento é realizado em circuito, devido à sua praticidade e dinâmica de aplicação. Entretanto não são conhecidos na literatura científica os possíveis efeitos ocasionados pela alteração na organização dos exercícios de um circuito de treinamento funcional sobre a qualidade de movimento. **OBJETIVO:** Avaliar os efeitos de dois modelos de circuito da modalidade *Cross Training* na qualidade de movimento em jovens-adultos. **METODOLOGIA:** A amostra foi composta por 37 indivíduos, com idade entre 19 e 35 anos, divididos aleatoriamente em Circuito Tradicional (CT=18) e Circuito Modificado (CM=19), que realizaram 24 sessões de treinamento, com uma frequência de duas vezes por semana, com duração de 50 minutos por sessão. O treinamento foi dividido em: a) mobilidade articular e coordenação: mobilidade das principais articulações do corpo e coordenativos para a macha (15 minutos); b) neuromucular 1: Realização de padrões funcionais com potência, velocidade e agilidade (12 minutos); c) neuromuscular 2: Realização de padrões funcionais com uma maior resistência externa, tendo como objetivo o desenvolvimento de força muscular (12 minutos); cardiometabólica- aplicação de *high-intensity interval training*, (10 minutos): Os circuitos neuromusculares 1 e 2 foram compostos por seis estações, realizando-se duas series de cada circuito. Ambos grupos experimentais seguiam o mesmo treinamento com exceção dos circuitos 1(b) e 2(c). O grupo CT executava o circuito tradicional, alternando as ações motoras em cada estação (i.e.: puxar-empurrar-agachar-transportar-puxar-empurrar) e o grupo CM tinha a ordem dos exercícios alterada de forma que o mesmo grupamento muscular ou ação motora fosse repetida duas vezes, de forma consecutiva antes da próxima ação motora (i.e.: puxar-puxar,x2/empurrar-empurrar,x2/agachar-agachar,x2). Para avaliar a qualidade de movimento foi utilizado o *Functional Movement Screen*®. Os dados foram expressos em média e desvio padrão. Uma ANOVA 2x2 foi realizada, com *post-hoc de Bonferroni* para análise da diferença inter e intra grupo nos distintos momentos, adotando  $p \leq 0,05$  e tamanho do efeito (ES). **RESULTADOS:** Ambos grupos apresentaram melhoras significativas de pré para pós na qualidade de movimento (CT, pré= 13,2  $\pm$  1,5; pós= 14,3  $\pm$  1,8;  $p \leq 0,008$ ; ES= 0,7 ) e (CM, pré= 14  $\pm$  1,6; pós= 15,1  $\pm$  1,1;  $p \leq 0,002$ ; ES= 0,73). Não houve diferenças estatisticamente significativas entre os dois tipos de circuito ( $p= 0,6$ ). **CONCLUSÃO:** Diante das condições analisadas, os dois tipos de circuito aplicados no método

*Cross Training* se mostraram igualmente eficientes na melhora da qualidade de movimento de jovens adultos.

**REFERENCIAS:**

- TOMLJANOVIĆ et al. Effects of five weeks of functional vs. Traditional resistance training on anthropometric and motor performance variables. **Kinesiology**. v.43, n.2, p.145-154, 2010.
- VENÍCIO DE J. M., Viviane M. S. B.; Giulliano G. Efeitos do treinamento funcional na avaliação funcional do movimento e composição corporal de militares do 1ºBatalhão de Forças Especiais do Brasil. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**. v.14, n.2, p.68-75, 2015.
- WEISS TIANA et al. Effect Of Functional Resistance Training On Muscular Fitness Outcomes In Young Adults. **Journal of Exercise Science & Fitness**. v.8, n.2, p.113–122, 2010.
- PEDRO E. ALCARAZ et al. Similarity in adaptations to high-resistance circuit vs. Traditional strength training in resistance-trained men **Journal of Strength Conditioning Research**. v.0, n.0, p.1-9, 2010.
- KATE I. MINICK et al. Interrater Reliability Of The Functional Movement Screen. **Journal of Strength Conditioning Research**. v.24, n.2, p.479–486, 2010.



## EDUCAÇÃO FÍSICA E OBESIDADE INFANTIL: CENAS DE UMA INTERVENÇÃO PROTAGONISTA

LEANDRO SANTOS ANDRADE (CREF 001523-G/SE)<sup>1 2</sup>

FELIPE DA SILVA TRIANI (CREF 038208-G/RJ)<sup>2</sup>

PAULO SÉRGIO PIMENTEL DE OLIVEIRA

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes – Aracaju/ Sergipe/Brasil

<sup>2</sup>Laboratório de Estudos e Pesquisas em Educação Física– LEPEF

<sup>2</sup>Departamento de Educação Física da Faculdade Gama e Souza - RJ/Brasil

leandrotocador@hotmail.com

**Palavras- chave:** Obesidade Infantil. Educação. Atividade Física.

**INTRODUÇÃO:** O estudo revisitou o universo da Educação Física Escolar, no que tange à sua atividade de protagonista frente à obesidade infantil. **OBJETIVO:** o estudo teve como proposta uma revisão que apresenta algumas questões que contribuem para essa problemática multifatorial, discutindo as dimensões sociais e psicológicas que se atravessam e se influenciam. Além disso, aponta algumas contribuições vigentes acerca dessa temática, como o efeito da atividade física na minimização do quadro da obesidade na infância. **METODOLOGIA:** A pesquisa caracterizada por meio de revisão bibliográfica. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Nesse sentido, a revisão aponta a Educação Física Escolar como protagonista no combate à obesidade infantil, pois para além das contribuições biológicas, a aula, com efeito, tem ação na mudança de comportamento por meio do desenvolvimento conceitual e atitudinal dos conteúdos, servindo como profilaxia para a minimização da problemática da obesidade, embora não seja uma panaceia. **CONCLUSÃO:** A revisão sistemática aponta que a dimensão conceitual e atitudinal dos conteúdos da educação física, se privilegiados na prática pedagógica, podem implicar comportamentos no e sobre os alunos que os faça adotar uma vida mais ativa ao inserir e integrar a prática da educação física no seu cotidiano.

### REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais.** Educação Física. 1998

FISBERG, M. **Obesidade na infância e Adolescência.** São Paulo: Fundo Editorial BYK, 1995.

MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. K. R. **Atividade física e obesidade:** prevenção e tratamento. São Paulo: Athneu, 2007.

OLIVEIRA, F. L. C.; ESCRIVÃO, M. A. M. S. Prevenção na infância e adolescência das doenças do adulto. Rio de Janeiro. **Temas de nutrição em pediatria,** 2001

SILVA, R.R.; MALINA, R.M. Sobrepeso, atividade física e tempo de televisão entre adolescentes de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. **R. bras. Ci. e Mov.** 2003; 11(4): 63-66.

WILMORE, J. H.; COSTILL, D. L. **Fisiologia do Esporte e do Exercício.** 2ª ed. São Paulo: Manole, 2001.

**PROPOSTA DE SISTEMATIZAÇÃO DE CONTEÚDOS PARA A EDUCAÇÃO BÁSICA:  
COMPONENTE CURRICULAR EDUCAÇÃO FÍSICA**

LÚCIA MENEZES GERÔNIMO<sup>1</sup>

PAULA LETÍCIA SANTOS COSTA SENA (CREF 964 G/SE)<sup>1 2</sup>

LEANDRO SANTOS ANDRADE (CREF 001523-G/SE)<sup>1</sup>

DIEGO DOS SANTOS OLIVEIRA

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes – Aracaju/ Sergipe/Brasil

<sup>2</sup>Laboratório de Biociências da Motricidade Humana – LABIMH

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

**Palavras- chave:** Educação. Educação Básica. Educação Física

**INTRODUÇÃO:** A Educação Física após se tornar obrigatória na educação básica enquadrando a proposta pedagógica como as demais disciplinas, mas ainda com dificuldade na disseminação da proposta de sistematização de conteúdos na educação básica de forma organizada em sua execução, busca propostas ou ementas para aplicação de aulas com comprometimento pedagógico de acordo art. 26 da lei 9394/96. **OBJETIVO:** Este estudo busca, partindo desta bibliografia publicada com referências a outras propostas, mostrar a sistematização bem elaborada do material produzido por professores e pesquisadores da área, na tentativa de propor aos profissionais reflexão e organização na aplicação das aulas dessa disciplina, tentando proporcionar uma qualidade de ensino aos discentes. **METODOLOGIA:** O estudo caracteriza-se a partir de uma revisão de literatura do material já mencionado anteriormente, com foco na organização dos conteúdos propostos da disciplina e do fazer pedagógico contido nas obras estudadas, mostrando assim a importância desse componente curricular na educação básica. **RESULTADOS:** Depreende-se o material estudado que ao se terem deferidas as metas, as competências e as habilidades, quando também se consideram os temas transversais, torna-se mais clara a ideia da formação de indivíduos autônomos que se dedicam a essa área do conhecimento, o saber na Educação Física. **CONCLUSÃO:** O estudo retrata uma proposta de sistematização de conteúdos para Educação Física em que poucas escolas possuem um livro didático organizado, sendo assim destaca-se este documento, longe de ser um modelo adotado por muitos, mas que procura servir como norteamento e contribuição para o cotidiano pedagógico dos docentes na escola. O material consultado serviu de suporte para melhores esclarecimentos do fazer pedagógico e disseminação dos conhecimentos propostos dessa área estudada.

**REFERÊNCIAS**

BRASIL, Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares Nacionais:** Educação física / Secretaria de Educação Fundamental. – Brasília: MEC/SEF, 1997. p. 33.

BRASIL. [Lei Darcy Ribeiro (1996)]. **LDB: Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional:** lei no 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. – 5. ed. – Brasília : Câmara dos Deputados, Coordenação Edições Câmara, 2010.

SANTOS, Luiz Anselmo Menezes et al. **Proposta de sistematização de conteúdos para a educação básica:** componente curricular educação física. São Cristóvão: UFS, 2009.

SANTOS, Luiz Anselmo Menezes. “A Educação Física como Componente Curricular: O que deve ser ensinado? O que é aprendido?”. In Omar Schneider et al., (org), **Educação Física, Esportes e Sociedade:** Temas Emergentes. Aracaju: editora-UFS, 2008, 73-86.

## O IMPACTO DA ATIVIDADE FÍSICA SOBRE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

LUCAS MONTEIRO SANTOS  
EDINALDO BORGES DE SOUZA  
JOSÉ REINAN CASTRO DE FIGUEIREDO  
MAICON ITALO NUNES LIMA  
MATHEUS TEIXEIRA SANTOS  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
E-mail: mclucastec@gmail.com

Palavras-chave: Crianças. Adolescentes. Puberdade. Crescimento. Atividade física. Esporte.

**INTRODUÇÃO:** Vários estudos com crianças e adolescentes têm demonstrado o benefício da atividade física no estímulo ao crescimento e desenvolvimento, prevenção da obesidade, incremento da massa óssea, aumento da sensibilidade à insulina, melhora do perfil lipídico, diminuição da pressão arterial, desenvolvimento da socialização e da capacidade de trabalhar em equipe. Também é conhecido o fato de que a atividade física realizada de forma imprópria, em desacordo com a idade, com o desenvolvimento motor e com o estado de saúde, apresenta riscos de lesões como: trauma, osteocondrose, fratura e disfunção menstrual. **OBJETIVOS:** Esse estudo tem o objetivo de fazer uma revisão crítica e atualizada sobre o impacto do esporte (prática metódica de exercícios, individual ou coletivamente, com finalidade competitiva) e atividade física (prática de exercícios, individual ou coletivamente, sem finalidade competitiva) no crescimento, desenvolvimento puberal e mineralização óssea de crianças e adolescentes. **METODOLOGIA:** Artigos científicos publicados nos últimos 20 anos abordando a associação de esportes e atividade física ao crescimento e ao desenvolvimento de crianças e adolescentes foram pesquisados através dos bancos de dados Medline/PubMed e Lilacs/Bireme. Na pesquisa bibliográfica foram utilizados os seguintes unitermos em várias combinações: “sports”, “exercice”, “athlete”, “child”, “adolescent” e “bone mineralization”. **RESULTADOS: *Desenvolvimento de Mineralização Óssea:*** Os mecanismos de carga impostos pelos exercícios aumentam a densidade mineral óssea independentemente do sexo e da idade de quem os pratica. Porém, o exercício físico realizado próximo ao pico máximo da velocidade de crescimento, ou seja, no início da puberdade, é mais efetivo para potencializar o ganho de massa óssea. Os efeitos osteogênicos dos exercícios dependem ainda da magnitude da carga e da frequência de aplicação que, quando repetidas, resultam em hipertrofia óssea. ***Crescimento Estatural;*** O exercício moderado promove aumento dos níveis circulantes do GH e IGF-1 por meio do estímulo aferente direto do músculo para a adenohipófise, além do estímulo por catecolaminas, lactato, óxido nítrico e mudanças no balanço ácido-básico. Tal efeito é, portanto, benéfico para o crescimento linear dos indivíduos pré-púberes. Entretanto, o treinamento vigoroso pode reduzir o ganho estatural, sendo esse efeito resultante mais da intensidade e duração do que propriamente do tipo de exercício praticado. Como explicação para esses achados, demonstrou-se que a atividade física intensa causa inibição do eixo GH-IGF-1. Theintz et al mostraram redução da altura associada à diminuição do IGF-1 em ginastas de elite submetidas a treinamento físico intensivo (22 horas/ semana) e restrição dietética. Caine et al chamam atenção para o fato de que o excesso de atividade física (36 horas/semana) em crianças pré-púberes pode comprometer a estatura final. Apesar de crianças geralmente não participarem de esportes competitivos de elite, tais informações devem servir de alerta para os efeitos negativos desse tipo de atividade. ***Desenvolvimento Puberal:*** A atividade física vigorosa e extenuante associada à redução da disponibilidade energética pode levar a efeitos adversos sobre o desenvolvimento puberal e a função reprodutiva. Os mecanismos hormonais responsáveis por esses distúrbios são semelhantes

aos observados em situações de balanço energético negativo, nas quais ocorre supressão da secreção pulsátil do GnRH, o que causa deficiência na produção dos esteróides sexuais. Os principais mecanismos fisiopatológicos envolvidos nessa disfunção são: diminuição da concentração de leptina sérica, aumento dos níveis séricos de grelina, beta-endorfina, fator liberador de corticotrofina (CRF) e de hormônio adrenocorticotrófico (ACTH), além de uma diminuição acentuada da gordura corporal como resultado dos transtornos alimentares. Estima-se que a quantidade de gordura corporal necessária para manter o ciclo menstrual gire em torno de 22%, sendo que 17% seria a quantidade mínima de gordura para desencadear a menarca.

**CONCLUSÃO:** A atividade física leve a moderada tem efeito benéfico sobre o crescimento estatural e o desenvolvimento ósseo, enquanto a atividade física intensa atenua o crescimento, podendo causar atraso puberal e diminuição da mineralização esquelética. Diferentes modalidades esportivas não têm efeitos específicos no sentido de aumentar ou diminuir a altura final. O que ocorre é um viés de seleção no qual crianças com baixa estatura são recrutadas para alguns esportes (ginástica olímpica) e as de alta estatura para outros (basquete) em função do um possível melhor desempenho na atividade. Embora seja um tema controverso, a prática de musculação por crianças pré-púberes não é recomendada, a não ser sob supervisão especializada.

#### **REFERÊNCIAS:**

- ALVES Crésio, LIMA Renata Villas Boas. Impacto da atividade física e esportes sobre o crescimento e puberdade de crianças e adolescentes, Rev Paul Pediatr 2008;26(4):383-91.
- ALVES João Guilherme Bezerra, MONTENEGRO Fernanda Maria Ulisses, OLIVEIRA Fernando Antonio e ALVES Roseane Victor. Prática de esportes durante a adolescência e atividade física de lazer na vida adulta, Rev Bras Med Esporte \_ Vol. 11, Nº 5 – Set/Out, 2005.
- MELLO ED et al. Atendimento ambulatorial individualizado versus programa de educação em grupo: qual oferece mais mudança 2004.de hábitos alimentares e de atividade física em crianças obesas?, Jornal de Pediatria - Vol. 80, Nº6,
- TAMAYO A. et al. A influência da atividade física regular sobre o autoconceito, de física regular sobre o autoconceito Estudos de Psicologia 2001, 6(2), 157-165.
- ZANETTI Maria Lúcia, MENDES Isabel Amélia Costa. Análise das dificuldades relacionadas às atividades diárias de crianças e adolescente com diabetes mellitus tipo 1: depoimento de mães , Rev Latino-am Enfermagem 2001 novembro-dezembro; 9(6):25-30.

## EFEITOS DA ATIVIDADE FÍSICA NA PERCEPÇÃO DE BEM-ESTAR E IMAGEM CORPORAL DE IDOSOS HIPERTENSOS

JOSÉ LUIZ SILVA DE MOURA  
JUAN CARLOS FREIRE  
DANIEL SANTOS NOGUEIRA  
JOSÉ DEIVISON DE SOUZA

PAULO ROBERTO CAVALCANTI CARVALHO

Universidade Federal de Pernambuco, Laboratório de Atividade Física e Saúde, Recife - Pernambuco, Brasil.

jose.luiz.moura23@gmail.com

**PALAVRAS CHAVE:** idosos, cognição, hipertensão, exercício físico, imagem corporal, autoimagem.

**INTRODUÇÃO:** As evidências destacam o impacto positivo da atividade física regular em aspectos cognitivos, na saúde mental e bem estar geral do indivíduo durante o processo de envelhecimento. Alguns destacam mais especificamente o da caminhada, na diminuição do risco de demência vascular (RAVAGLIA et al., 2007) entre outros, assim com a existência de menor declínio cognitivo naqueles com hábitos saudáveis (BARNES et al., 2007). **OBJETIVO:** Verificar os efeitos da prática regular da atividade física no bem-estar e imagem corporal de idosos através da auto avaliação. **METODOLOGIA:** Foi efetuado um questionário próprio com perguntas fechadas, através de uma amostragem intencional de delineamento quantitativo, no intuito de identificar os efeitos da atividade física na percepção de bem-estar através da auto avaliação quanto ao bom humor diário e satisfação corpórea. Constituída por 36 idosos de ambos os sexos, participantes de um projeto de pesquisa realizada no departamento de Educação Física da UFPE. Para a tabulação dos dados foi utilizado o software SPSS versão 17.0. **RESULTADOS:** 80,56% dos idosos se avaliam como praticantes regulares de atividades físicas e 19,44% julgassem não regulares. 61,11% afirmam estar com o peso corporal normal, 30,56% acima do peso, 8,33% abaixo do peso e 0% se considera obeso, em relação à quantidade de tempo diariamente ao qual se sentem felizes e de bom humor, 44,45% afirma que a todo o tempo, 33,33% a maior parte do tempo, 13,89% uma boa parte do tempo, 8,33% alguma parte do tempo, 0% uma pequena parte do tempo e 0% nunca. **CONCLUSÃO:** Os idosos tendem a sentir-se melhores através da prática regular de atividade física obtendo um bem-estar positivo, pois seu bom humor para com todos é evidente diariamente, e para corroborar se obtém um ótimo resultado quanto a sua imagem corpórea, desde já mais satisfeitos e obtendo alguns aspectos positivos para uma boa qualidade de vida.

### Referências

- BARNES, D.E.; CAULEY, J.A.; LUI, L.Y. et al. Women who maintain optimal cognitive function into old age. *J Am Geriatr Soc.* 55(2), p.259-64, 2007.
- BOSI, Maria Lúcia Magalhães; LUIZ, Ronir Raggio; MORGADO, Caroline Maria da Costa; et al. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro, *J Bras Psiquiatr*, 55(2): 108-113, 2006.
- KAKESHITA, Idalina Shiraishi; ALMEIDA, Sebastião de Sousa. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 40, n. 3, p. 497-504, june 2006. ISSN 1518-8787.
- MATSUDO, Sandra Marcela Mahecha. Envelhecimento, atividade física e saúde. *BIS, Bol. Inst. Saúde (Impr.)*, São Paulo, n. 47, abr. 2009.

---

RAVAGLIA, G.; FORTI, P.; LUCICESARE, A. et al. Physical activity and dementia risk in the elderly. Findings from a prospective Italian study. *Neurology*. 2007, doi: 10.1212/01.wnl.0000296276.50595.86.

## PROFESSOR E ALUNO NO FEEDBACK CONSTANTE DO PROCESSO DE ENSINO APRENDIZAGEM NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

JUCILEIA ALMEIDA SANTOS CORREIA<sup>1</sup>  
LEANDRO SANTOS ANDRADE (CREF 001523-G/SE)<sup>1,2</sup>

DIEGO DOS SANTOS OLIVEIRA<sup>1</sup>  
CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes – Aracaju/ Sergipe/Brasil

<sup>2</sup>Laboratório de Estudos e Pesquisas em Educação Física– LEPEF

<sup>2</sup>Laboratório de Biociências da Motricidade Humana – LABIMH  
brancaalinca@gmail.com

**Palavras- chave:** Educação. Educação Básica. Aprendizagem

**INTRODUÇÃO:** O presente artigo científico teve como proposta de ação pedagógica um feedback constante do processo de ensino aprendizagem nas aulas de Educação Física, na compreensão e aprendizado dos conteúdos propostos. **OBJETIVO:** Elencamos na presente pesquisa, estratégias de ensino e diálogos de maneira intensiva com os participantes durante o processo, partindo do seu conhecimento prévio e conforme andamento da aula refazendo alguns ajustes sobre o assunto abordado facilitando o aprendizado a todos. **METODOLOGIA:** A caracterização da pesquisa tem caráter normativo de campo, através de relatos e anotações pelos participantes. Sendo assim, antes de garimpar as informações para a verificação do estudo, durante a ação pedagógica ocorreram algumas etapas, subdivididas em quatro momentos: No 1º momento o docente executou, juntamente com os discentes, uma atividade de marcar os traços na folha A4 de forma geométrica que decididamente foi o espaço para perguntas e respostas do tema em evidência. No 2º momento, o docente propôs algumas perguntas sobre o tema, para adquirir informações dos estudantes de maneira intercalada nos espaços geométricos feitos no momento anterior. No 3º momento, foram abertas discussões sobre o assunto e sugestões foram levantadas de como os participantes entendem o conteúdo e uma dinâmica sobre temática, em que todos terão que falar um item escrito na sua folha sendo que os demais na sua vez de resposta não podendo repetir o do colega durante a atividade. E na última etapa, reajustar o que foi coletado e discutido durante o processo pelo alunado. A amostra do estudo foi composta por 17 alunos do 5º Ano, sendo 12 meninos e 05 meninas, na faixa etária de 09 a 11 anos. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Os resultados encontrados foram bastante favoráveis didaticamente, pelo fato de que na sua grande maioria os participantes tem conhecimento do assunto, mas a estruturação e organização das ideias foi um pouco confusa, sendo assim o facilitador se utilizou desta metodologia para melhor compreensão e esclarecimento do conteúdo a todos, pois o feedback constante de professor-aluno foi fundamental para entender a proposta. As discussões e interação fizeram com que a construção do conhecimento e aprendizagem ocorresse de maneira prática e dinâmica. **CONCLUSÃO:** Portanto, a estratégia utilizada e a metodologia didática de ensino do docente foram de suma importância para sua prática pedagógica no processo de ensino aprendizagem proporcionando assim uma qualidade de ensino a todos.

### REFERÊNCIA

CASTELLANI, Lino Filho et. Al. **Metodologia no ensino da educação física**. São Paulo: 2. Ed. Ver. Cortez, 2009, p. 62-63.

LIBÂNEO, J. C. **Didática**. São Paulo: Cortez, 1994.

KAUARK, Fabiana da Silva et al. **Dificuldade de Aprendizagem nas Séries Iniciais do Ensino Fundamental**. Irandu. 2008. Disponível na internet

---

[https://www.uaa.edu.py/investigacion/download/irundu\\_ano4\\_num2/Dic.2008\\_pag.75\\_dificultades deaprendizagem.pdf](https://www.uaa.edu.py/investigacion/download/irundu_ano4_num2/Dic.2008_pag.75_dificultades_deaprendizagem.pdf).

SANTOS, Luiz Anselmo Menezes et al. **Proposta de sistematização de conteúdos para a educação básica**: componente curricular educação física. São Cristóvão: UFS, 2009.

<https://revistas.ufg.br/fe/article/view/19222>. Acesso em: 19 Ago. 2016



## EFEITOS DO TREINAMENTO DE FORÇA E AERÓBIO SOBRE A COMPOSIÇÃO CORPORAL E O NÍVEL DE APTIDÃO FÍSICA DE IDOSOS COM HIPERTENSÃO

Afonso Vinícius Clementino da Silva<sup>1</sup>  
Maendy Nascimento Alves<sup>1</sup>  
Walyson José Bezerra da Cruz<sup>1</sup>  
Rhuam Justo da Silva<sup>1</sup>  
José Luiz da Silva Moura<sup>2</sup>  
Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Discente do Curso de Bacharelado em Ed. Física- CCS- UFPE, Recife, Pernambuco, Brasil.

<sup>2</sup>Discente do Curso de Licenciatura em Ed. Física - CCS - UFPE, Recife, Pernambuco, Brasil.

<sup>3</sup>Docente do Departamento de Educação Física - UFPE, Recife, Pernambuco, Brasil.

email: a.vinicius07@gmail.com

Palavras-chave: Exercício físico, composição corporal, hipertensão, aptidão física.

**INTRODUÇÃO:** As mudanças que ocorrem no estilo de vida da sociedade moderna traz consigo consequências enormes no que diz respeito a saúde e qualidade de vida principalmente em idosos. É sabido que a prática regular de exercício físico é um dos principais tratamentos não farmacológico para o controle da hipertensão. **OBJETIVO:** Analisar o efeito de um programa combinado de exercícios de força e aeróbio sobre a composição corporal e níveis de aptidão física de idosos hipertensos. **METODOLOGIA:** A presente pesquisa foi composta por 34 indivíduos de ambos os sexos, todos hipertensos, onde foram submetidos a avaliação antropométrica e testes da Bateria de Fullerton no pré e pós treinamento. Submetidos a um programa de treinamento de força e aeróbio com um total de 30 sessões, 3 vezes na semana em dias não consecutivos. Cada sessão teve 10 minutos com exercício aeróbio (caminhada) e em seguida, foi realizada a execução de 5 exercícios multiarticulares e 1 exercício monoarticular. **RESULTADOS:** Dos 34 participantes que iniciaram o estudo, 27 conseguiram concluir, onde três eram do sexo masculino estes apresentaram no início 9,2% e final 9,9% de percentual de gordura das 3 medidas (Peitoral, abdôminal e femural médio). As 24 participantes do sexo feminino apresentaram no início 10,1% e final 10,2% das 3 medidas (tríceps, supra-íliaca, femural médio). Apenas 25% dos participantes conseguiram ter redução da circunferência da cintura e 40% do quadril. O resultado dos testes de aptidão funcional no período pós intervenção, demonstrou que, pelo menos, mais de 50% dos indivíduos apresentaram valores melhores quando comparados aos testes realizados anterior ao início do estudo em todos os cinco aspectos: Força de membros inferiores 85%; Flexibilidade de membro superior direito 66%; Flexibilidade de membro superior esquerdo 51%; Flexibilidade de membro inferior 55% e de Agilidade 74%. **CONCLUSÃO:** Nossos dados demonstraram que o exercício físico em si não foi suficiente para promover uma redução do percentual de gordura, circunferência da cintura e quadril. Evidenciando a necessidade de se realizar um programa misto de intervenção nutricional e exercício físico para obter resultados mais satisfatórios. Entretanto, nosso estudo concluiu que 30 sessões de um programa combinado de força e aeróbio são eficientes na melhora das aptidões funcionais de indivíduos com HAS.

### REFERÊNCIAS

BARBOSA, Paulo Henrique Souto et al. Efeito agudo do treinamento resistido sobre a hipertensão pós exercício. *e-Scientia*, v. 7, n. 2, p. 17-23, 2014.

Bündchen, Daiana Cristine, et al. "Exercício físico controla pressão arterial e melhora qualidade de vida." *Revista Brasileira de Medicina do Esporte* 19.2 (2013): 91-95.

DOS REIS, João Paulo Cardoso et al. Efeito do Treinamento Resistido com Diferentes Intensidades

---

na Pressão Arterial em Hipertensos. **Int J Cardiovasc Sci**, v. 1, n. 1, p. 25-34, 2015.

MONTEIRO, Henrique Luiz et al. Efetividade de um programa de exercícios no condicionamento físico, perfil metabólico e pressão arterial de pacientes hipertensos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, p. 107-112, 2007

SANTOS, Rafaella Zulianello dos et al . Treinamento aeróbio intenso promove redução da pressão arterial em hipertensos. **Rev Bras Med Esporte**, São Paulo , v. 21, n. 4, p. 292-296, Aug. 2015

## EFEITO DE 12 SEMANAS DE TREINAMENTO FUNCIONAL COMPARADO COM TRADICIONAL NA MELHORA DA FLEXIBILIDADE EM IDOSAS

VANESSA CRISTINA CASALATINA  
EDUARDO OLIVEIRA ROCHA  
MARTA SILVA SANTOS

ANTONIO GOMES DE REZENDE NETO (CREF.002225-G/SE)

MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF.006427-G7/SE)

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil  
Contato: vanessa.casalatina@hotmail.com

**Palavras-chave:** Aptidão Física, Envelhecimento, Amplitude de Movimento Articular.

**INTRODUÇÃO:** O processo de envelhecimento depende de múltiplos fatores, tais como condições socioeconômicas, qualidade de vida, alimentação, prática de atividade física, dentre outros. O envelhecimento ocasiona diminuição de capacidades condicionantes como a força muscular, velocidade, flexibilidade, equilíbrio e agilidade. Dentre estas, a ADM está relacionada com a mobilidade das articulações e a elasticidade muscular, promovendo maior facilidade na realização de atividades da vida diária. A perda progressiva dessa capacidade pode ser amenizada com o treinamento físico. Nessa perspectiva, o treinamento funcional e o tradicional de força tem sido utilizados para minimizar os efeitos deletérios do envelhecimento. Entretanto, não está claro na literatura científica qual tipo de treinamento ocasionaria maiores ganhos na ADM do indivíduo idoso.

**OBJETIVO:** Verificar a melhora da ADM em idosas sedentárias após 12 semanas de treinamento funcional comparado ao tradicional. **METODOLOGIA:** Participaram desse estudo 33 idosas sedentárias (TT= 65,6 ± 5,4 e TF= 65,6 ± 5,1 anos). A amostra foi randomizada aleatoriamente e alocada em dois grupos: tradicional (TT) e funcional (TF), a intervenção durou 12 semanas, com frequência semanal de 3 vezes. Ambos os grupos iniciaram a sessão de treinamento com 5min de mobilidade articular (tornozelo, quadril, torácica, glenoumeral e cervical). No que diz respeito a parte principal da sessão de treino, o grupo TT realizou 15 minutos de caminhada contínua, seguido de oito exercícios de força muscular predominantemente analíticos realizados em máquinas tradicionais. Os exercícios foram realizados em máxima velocidade concêntrica, com duas séries de 8-12reps (70-80% do RM). Já o grupo TF realizou dois circuitos de treinamento, o qual utilizava exercícios multiarticulares, que remetessem padrões funcionais de movimentos realizados em suas atividades da vida diária. Além disso, foi preconizado o treinamento de capacidades físicas como coordenação, potência, agilidade, força e resistência muscular. Foram realizadas três series no circuito-1 e duas no circuito-2. As estações utilizaram uma densidade 1:1, que eram compostas por 30seg de esforço e 30seg de pausa (70 a 90% de FC<sub>max</sub>). Ao final da sessão de treinamento, ambos os grupos realizaram 10 minutos de exercícios treinamento intermitente de alta intensidade. Para essa parte da sessão, foi utilizado jogos lúdicos coletivos com estímulo cognitivo e esforço intermitente. Para avaliação da ADM foram executados dois testes da bateria *Sênior Fitness*: Alcançar atrás das Costas (AC) e Sentar e Alcançar (SA). Para comparação de medias foi realizada uma ANOVA 2x2, com *post-hoc test* de Bonferroni. A significância considerada foi de 5%. **RESULTADOS:** Ambos grupos apresentaram melhora significativa na ADM em ambos os testes (TF - SA:  $p=0,001$  e AC:  $p=0,014$ ; TT - SA:  $p=0,005$  e AC:  $p=0,039$ ). Ao realizar a comparação intragrupo não foi encontrada melhora significativa entre os grupos em nenhum dos momentos avaliados (SA -  $p<0,846$  e AC -  $p<0,959$ ). **CONCLUSÃO:** De acordo com os resultados obtidos, tanto o treinamento funcional quanto o tradicional melhoram a ADM de idosas sedentárias.

---

**REFERÊNCIAS:**

- RIKLI, R. E.; JONES, C.J. Assessing Physical Performance in Independent Older Adults: Issues and Guidelines. **Journal of Aging and Physical Activity**. Califórnia, v.5, p. 244-261, 1997
- RIKLI, R. E.; JONES, C.J.; BEAM W. C. A 30-s Chair-Stand Test as a Measure of Lower Body Strength in Community Residing Older Adults. **Research Quarterly for Exercise and Sport**, Califórnia, v.70, n.2, p.113-119, 1999
- RIKLI, R. E.; JONES, C.J. Development and Validation of a Functional Fitness Test for Community Residing Older Adults. **Journal of Aging and Physical Activity**, Califórnia, v.7, p. 129-161, 1999
- SANTOS, F. H dos.; ANDRADE, V. M.; BUENO, O. F. Envelhecimento: Um Processo Multifatorial. **Psicologia em Estudo**. Maringá, v.14, n.1, p.3-10. 2009
- MILTON, D. et al. The Effect of Functional Exercise Training on Functional Fitness Levels of Older Adults. **Gundersen Lutheran Medical Journal**, La Crosse. v.5, n.1, 2008

## RELATOS E EXPERIÊNCIA: A EXPRESSIVIDADE CORPORAL POR MEIO DOS RECORTES DE REVISTAS EM QUADRINHOS NA AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

LEANDRO SANTOS ANDRADE (CREF 001523-G/SE)<sup>1 2</sup>

DIEGO DOS SANTOS OLIVEIRA<sup>1</sup>

FELIPE DA SILVA TRIANI (CREF 038208-G/RJ)<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes – Aracaju/ Sergipe/Brasil

<sup>2</sup>Laboratório de Estudos e Pesquisas em Educação Física– LEPEF

<sup>2</sup>Departamento de Educação Física da Faculdade Gama e Souza - RJ/Brasil

leandrotocador@hotmail.com

Palavras- chave: Aprendizagem. Educação. Linguagem Corporal.

**INTRODUÇÃO:** O estudo de relatos e experiência da presente pesquisa intitulada “A expressividade corporal” por meios de recortes de revistas em quadrinhos na aula de Educação Física, traz á discussão nesta didática de ensino, através de figuras ilustrativas de revista a questão da expressividade e da linguagem corporal nos movimentos em evidência. **OBJETIVO:** Este estudo teve como finalidade fazer com que os educandos de forma coletiva pudessem perceber os gestos corporais em recortes de figuras além de dar outros sentidos a desenhos de maneira escrita e apresentação oral após término da atividade. **METODOLOGIA:** A pesquisa baseia-se em atividade de campo, partindo de uma ação pedagógica aplicada. A amostra do estudo foi composta por 17 alunos do 3º Ano de uma instituição privada de ensino, sendo 10 meninos e 07 meninas, na faixa etária de 7 a 8 anos. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Os resultados encontrados nessa experiência aplicada pelo docente foram bastante satisfatórios didática e pedagogicamente, porém fez com que os educandos pudessem compreender que o corpo está sujeito a diversas formas de interpretação por meio da linguagem gestual, o que permitiu promover assim discussões com a turma durante esta ação e, por outro lado, os materiais utilizados fizeram com que a aula se tornasse dinâmica. **CONCLUSÃO:** Por fim, os estudos mostraram que as ilustrações por meios dos recortes deram uma nova concepção aos gestos estudados, facilitando assim o processo de ensino aprendizagem da turma no conteúdo abordado da disciplina.

### REFERÊNCIA

ANSELMO, Luiz Menezes Santos et al. **Proposta de Sistematização De Conteúdos Para a Educação Básica:** Componente Curricular Educação Física. Departamento de Educação Física da Universidade Federal de Sergipe. Novembro de 2008.

DARIDO, Suraya Cristina et al. **Para Ensinar Educação Física: Possibilidades de intervenção na Escola.** Campinas, SP: Editora Papirus, 2007, p. 17.

NEIRA, Marcos Garcia. **Por dentro da sala de aula: conversando sobre a prática.** São Paulo: Phote, 2004, 208p.

CHRISTENSEN, Clayton M et al. **Inovação na Sala de Aula: Como a inovação de ruptura muda a forma de aprender.** Tradução Raul Rubenich. – Porto alegre: Bookman, 2009. 240 p.; 23cm.

FREIRE, João Batista. **Educação Física de Corpo Inteiro:** teoria e prática de educação física. São Paulo: 1989, p. 55 e 63.

## **CORRELAÇÃO ENTRE FORÇA DE PRENSÃO MANUAL, POTÊNCIA MUSCULAR E FORÇA DINÂMICA MÁXIMA DE JOVENS SEDENTÁRIOS**

VANESSA CASALATINA  
JOSÉ CARLOS ARAGÃO SANTOS  
EDUARDO RODRIGO OLIVEIRA ROCHA  
MARTA SILVA SANTOS  
MARZO EDIR DA SILVA

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato:vanessa.casalatina@hotmail.com

**Palavras-chave:** Treinamento; Aptidão Física; Jovens

**INTRODUÇÃO:** O sedentarismo é das principais causas que afetam às capacidades físicas básicas, em especial a força muscular. Dessa maneira, o aumento da força muscular e de suas variáveis é uma forma bastante eficaz para atenuar os processos deletérios do sedentarismo, assim como um bom indicador do estado de saúde do indivíduo. Por outro lado, a avaliação dessas manifestações da força requerem várias avaliações de diferentes grupos musculares em diversas condições, os quais demandam tempo e recursos tanto para o avaliador quanto para os avaliados. Entretanto, tem se reportado que a força de prensão manual é um indicador fiável da força de diferentes grupos musculares em sujeitos sedentários. Por conseguinte, não há um consenso no que se refere à correlação entre a força isométrica de prensão e o desempenho em outras ações de força muscular, assim como em diferentes manifestações da força muscular (*i.e.*: velocidade de contração). **OBJETIVO:** Avaliar a correlação entre a força de prensão manual, potência muscular e força dinâmica máxima de jovens sedentários. **MÉTODOS:** A amostra foi composta por 98 indivíduos jovens saudáveis assintomáticos ( $25,9 \pm 6,9$  anos /  $24,7 \pm 3,4$  Kg/m<sup>2</sup>). Para avaliação da força isométrica de prensão manual foi utilizado o *Hand Grip Test* com a realização de duas tentativas realizadas de forma gradual e lenta pelo indivíduo, foi considerado para fins estatísticos o valor mais alto. Os testes de potência (POT) e de força dinâmica máxima (RM) de membros superiores foram realizados em padrões de movimento que simulam ações de puxar (remada articulada) e empurrar (supino horizontal). Para a POT, o avaliado foi instruído a realizar o movimento com máxima velocidade concêntrica, ao passo que, no teste de 1RM foi realizado um máximo de seis tentativas com três minutos de descanso entre cada. Foi realizada uma correlação de Pearson. O nível de significância foi estabelecido em 5%. **RESULTADOS:** Após análise dos resultados obtidos, foi encontrada uma correlação forte entre os valores de prensão manual e a POT na ação de puxar (POT<sub>remada</sub>: 0,821; p=0,01). Enquanto que nos demais testes foi encontrada somente correlação moderada (RM<sub>remada</sub>:0,710; p=0,01/ RM<sub>supino</sub>:0,719; p=0,01 / POT<sub>supino</sub>: 0,752; p=0,00). **CONCLUSÃO:** Com base na amostra e condições analisadas, a prensão manual influencia de forma mais direta na ação de puxar em alta velocidade. No entanto, no que se refere ao desempenho na ação de empurrar, a prensão manual não parece afetar de forma tão significativa.

### **REFERÊNCIAS:**

TOMLJANOVIĆ et al. Effects of five weeks of functional vs. Traditional resistance training on anthropometric and motor performance variables. *Kinesiology*.v.43, n.2, p.145-154, 2010.  
VENÍCIO DE J. M., Viviane M. S. B.; Giulliano G. Efeitos do treinamento funcional na avaliação funcional do movimento e composição corporal de militares do 1ºBatalhão de Forças Especiais do Brasil. *Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício*. v.14, n.2, p.68-75, 2015.

---

WEISS TIANA et al. Effect Of Functional Resistance Training On Muscular Fitness Outcomes In Young Adults. **Journal of Exercise Science & Fitness**. V. 8, n. 2, p.113–122, 2010.

PEDRO E. ALCARAZ et al. Similarity in adaptations to high-resistance circuit vs. Traditional strength training in resistance-trained men **Journal of Strength Conditioning Research**. v.0, n.0, p.1-9, 2010.

KATE I. MINICK et al. Interrater Reliability Of The Functional Movement Screen. **Journal of Strength Conditioning Research**. v.24, n.2, p.479–486, 2010.

## ATIVIDADES MOTORAS PARA IDOSOS COM CONTORNO DEPRESSIVO.

MELISSA NETO PAIVA  
MONALISA VIVIANE SANTOS ALMEIDA  
NICOLLY DOS SANTOS ALMEIDA  
VICTOR LEON DE ALMEIDA MELO  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*#  
\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil  
E-mail: Melissapaiva82@yahoo.com  
**PALAVRAS CHAVE:** Atividade motora, Idoso, Transtorno Depressivos.

**INTRODUÇÃO:** Sabe-se que atividade física é uma grande aliada em diversas situações, podendo atingir vários públicos, um desses são idosos com transtornos depressivos. A função da atividade física nesse caso é recuperar a autoestima dessas pessoas, recuperando a vontade de viver, de sorrir, reativando a capacidade neural e motora. Reintroduzindo o indivíduo no convívio social e familiar. Assim reparando os danos causados pela depressão, podendo alcançar resultados positivos para essas pessoas tendo a atividade física como aliado para prevenção e tratamento da depressão. **OBJETIVOS:** Demonstrar os benefícios e cuidados nas atividades motoras para os idosos. **METODOLOGIA:** O Presente resumo trata-se de uma revisão sistematizada de literatura com base nas mídias busca em sites como o Google acadêmico encontrados 1.800 artigos sobre o respectivo assunto. Sendo utilizado 10 artigos para a elaboração do resumo a ser apresentado. **RESULTADOS:** Os idosos que utilizam o exercício físico e atividade física como trabalho terapêutico na depressão através de pesquisas encontram-se resultados diferentes. Os estudos apontam uma relação entre fatores fisiológicos e psicológicos para elaborar os tipos de exercícios que esses indivíduos possam evitar esse transtorno depressivo. É importante relatar as proporções das atividades físicas como formar de reabilitação motora que possa contribuir no tratamento para reduzir a depressão. Através de vários exercícios e atividades físicas, como a caminhada, corrida, aulas de ginástica e etc, ajuda a melhorar as alterações dos níveis de depressão e com isso facilita os idosos levantar mais alto estima antes, durante e depois dessas atividades e evita o transtorno depressivo. **CONCLUSÃO:** De acordo com o referido estudo, conclui-se que a prática de atividade física e exercício físico para idosos com transtorno depressivo, ajuda no tratamento, promove a prevenção e diminui os sintomas da depressão.

### REFERÊNCIAS:

- MATSUDO, Sandra Mahecha; MATSUDO, Victor Keihan Rodrigues; NETO, Turíbio Leite Barros. **Efeitos benéficos da atividade física na aptidão física e saúde mental durante o processo de envelhecimento.** Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, v. 5, n. 2, p. 60-76, 2012.
- MORAES, Helena et al. **O exercício físico no tratamento da depressão em idosos: revisão sistemática.** Rev Psiquiatr Rio Gd Sul, v. 29, n. 1, p. 70-9, 2007.
- MOTA, Jorge et al. **Atividade física e qualidade de vida associada à saúde em idosos participantes e não participantes em programas regulares de atividade física.** Revista brasileira de educação física e esporte, v. 20, n. 3, p. 219-225, 2006.
- PETROSKII, Edio Luiz; GONÇALVESII, Lúcia Hisako Takase. **Atividade física e estado de saúde mental de idosos.** Rev Saúde Pública, v. 42, n. 2, p. 302-7, 2008.
- STELLA, Florindo et al. **Depressão no idoso: diagnóstico, tratamento e benefícios da atividade física.** Motriz, v. 8, n. 3, p. 91-98, 2002.



## EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UM ESTUDO DE CASO SOBRE AS PRÁTICAS CORPORAIS DE MENINAS E MENINOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM ESCOLAS DA REDE ESTADUAL DE ARACAJU

LAYANNE DE OLIVEIRA BARROS (CREF:1184-G/SE)<sup>1</sup>  
GRACIELLE COSTA REIS (CREF: 1539-G/SE)<sup>1</sup>  
CLESIMARY MARTINS EVANGELISTA MOLINA MARTINS (CREFITO:36641)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

[lay\\_oliveira2@hotmail.com](mailto:lay_oliveira2@hotmail.com)

**Palavras-Chave:** Gênero, educação física, relações sociais

**INTRODUÇÃO:** A reflexão sobre as questões de gênero na Educação Física não é uma novidade, porém ainda é uma necessidade, assim como Silva; Pires (2004) menciona que há muito que investigar sobre as práticas corporais de meninas e meninos nas aulas de Educação Física, em sua dimensão universal, cultural, social e política. Dessa forma é possível refletir que as questões de gênero podem interferir na ação pedagógica no decorrer das aulas de Educação Física. Kunzetall (2002) menciona que, estas questões encontram-se muitas vezes presentes nas aulas, à medida que opõe os meninos, como mais fortes, mais rápidos, mais habilidosos e as meninas como mais frágeis, dóceis, mais flexíveis, porém menos capazes de desenvolverem habilidades para a prática esportiva. **OBJETIVO:** Refletir acerca da participação de meninos e meninas verificando se há distinção dos estereótipos. **METODOLOGIA:** O presente estudo descritivo, teve como população alunos do 6º ano do ensino fundamental em três Escolas da Rede Estadual da cidade de Aracaju. A amostra foi de designação aleatória, escolhendo 10% do total existente, neste caso meninos e meninas. Para a efetivação deste artigo, utilizou-se o TEGAM, sendo este um teste validado por PEREIRA (2004), no qual suas siglas significam “Teste de Estereótipos de Gênero nas Atividades Motoras”. O questionário é composto por uma Ficha de anotação, onde os entrevistados preenchem os quadrados com as atividades que eles acham ser de cada sexo. Em seguida, com as respostas que mais apareceram na ficha de anotação, pediu-se para que os alunos ligassem cada atividade de acordo a preferência por sexo. Por fim, que fizessem um desenho caracterizando menina e menino. **RESULTADOS:** Participaram desta pesquisa 32 pré-adolescente, sendo 17 meninos e 15 meninas idade média de 12 anos, do 6º ano do ensino fundamental, das três escolas. Os dados coletados foram analisados com base na “análise de conteúdo”, conforme Franco (2003), este se apresenta como fonte de “análise de significados” optando-se por uma de suas propostas, a “análise da temática”, visto que esta se apresenta a mais apropriada para esse tipo de pesquisa. A primeira categoria analisada foi a Identidade de gênero expressa com a identificação da figura masculina e feminina. A segunda categoria investigada foi “Atividades vivenciadas no seu cotidiano”, A terceira categoria foi: Habilidade X Gênero. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que a participação de meninos e meninas nas aulas de Educação Física apresenta uma relação direta com as categorias de análise: habilidade motora, influência cultura e gênero. Observou-se que a distinção de meninos e meninas começa desde pequenos, quando aprendem a caracterizar os sexos pelo cabelo, pela cor e quando crescem essa separação persiste na prática de atividades. Os meninos acabam exercendo um poder de superioridade muito grande na sociedade em relação às meninas, e isso é perceptível à medida que percebemos que as meninas podem sim jogar futebol, desde que sejam iguais a eles. Então cabe-nos uma reflexão, por que quem disse que a menina é pior?. Quem disse que o mundo das meninas é cor de rosa? Essas questões muitas vezes não sabemos explicar, apenas concordamos e aceitamos. A partir de então cabe ao professor de Educação Física, tentar romper as barreiras sociais dentro da sua

aula, estimulando que meninas e participem de qualquer atividade em conjunto não sendo inferiores nem superiores, mas que ambos os sexos respeitem o outro, e aprendam a conviver com essas diferenças.

## REFERÊNCIAS

ESTEVÃO, Adriana; BAGRICHEUSKY, Marcos. Antítese ou reinvenção da feminilidade?: as mulheres fisioculturistas e os engendramentos da cultura na 'malhação'. **Motrivivência**, ano XIII, n.19, p.35-52. dez.2002.

FRANCO, Maria Laura. **Análise de Conteúdos**. Brasília: Ed. Plano, 2003.

FREIRE, João Batista. **Educação de corpo inteiro**: Teoria e prática da educação física. São Paulo: Scipione, 1989. LOURO, Guacira Lopes. **Gênero, sexualidade e educação**: uma perspectiva pós-estruturalista. Petrópolis: Vozes, 2007.9.ed.

KUNZ, Eleonor; et all. **Didática da Educação Física 2**. Ijuí: Unijuí, 2002.160p.

PEREIRA, Sissi Aparecida Martins. **O sexismo nas aulas de Educação Física: uma análise dos desenhos infantis e dos estereótipos de gênero nos jogos e brincadeiras**. Tese de Doutorado. Gama filho: Rio de Janeiro, 2004.

PEREIRA, Sissi Aparecida Martins; MOURÃO, Ludmila. Identificações de gênero: jogando e brincando em universos divididos. **Motriz. Revista de Educação Física**. Rio Claro: Unesp. vol.11, n.3, p.205-210. Disponível em: [www.cecemca.rc.unesp.br](http://www.cecemca.rc.unesp.br)

SILVA, Mauricio Roberto da; PIRES, Giovanni de Lorenzi. Por um gênero humano para além do sexismo. **Motrivivência**, ano XIII, n.19. dez.2002.

## DESAFIOS NA AVALIAÇÃO DE ATIVIDADE FÍSICA ATRAVÉS DO IPAQ EM POPULAÇÕES ETNICAMENTE DIFERENCIADAS: O CASO XAVANTE

JOSÉ RODOLFO MENDONÇA DE LUCENA<sup>1</sup>

JAMES R. WELCH<sup>1</sup>

CARLOS E. A. COIMBRA JR<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Escola Nacional de Saúde Pública, FIOCRUZ,  
Leopoldo Bulhões 1480, Rio de Janeiro, 21041-210, Brasil

Correspondência do autor: lucenajrm@gmail.com

**Palavras Chave:** International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), atividade física, povos indígenas, epidemiologia.

**INTRODUÇÃO:** Um dos grandes desafios para os pesquisadores no campo da epidemiologia da atividade física é encontrar metodologias precisas, eficientes e de baixo custo. Dentro desse contexto, os questionários são preferidos pelos pesquisadores em diversos países. O International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) foi elaborado para promover padronização metodológica e permitir comparabilidade entre os estudos sobre atividade física. Mesmo sendo validado para uso em diversos países, incluindo o Brasil, existem debates sobre sua aplicabilidade em populações culturalmente diferenciadas. No Brasil, os estudos sobre atividade física em populações indígenas são praticamente ausentes, sendo um dos países com a maior diversidade étnica indígena no mundo, com mais de 300 etnias e 200 línguas indígenas. Dessa forma, é essencial que a aplicabilidade do IPAQ seja avaliada para uso em contextos indígenas locais. **OBJETIVO:** Testar a confiabilidade do IPAQ em uma aldeia da etnia Xavante no Mato Grosso. **METODOLOGIA:** Buscou-se entrevistar todos os indivíduos Xavante  $\geq 18$  anos de ambos os sexos residentes da aldeia Pimentel Barbosa, Mato Grosso. Foram realizadas três coletas de dados, uma em julho de 2010 e duas em fevereiro de 2011, as últimas separadas pelo intervalo de 7 dias. Antes da aplicação do questionário, foram treinados dois interpretes Xavante-português e realizada uma adaptação do questionário (recomendado pelo IPAQ) à realidade local. Esse processo consistiu em especificar exemplos de atividades moderadas e vigorosas realizadas no dia-a-dia dos Xavante para facilitar a recordação das atividades. Nas análises, o primeiro levantamento serviu como referência para o segundo que, por sua vez, serviu como referência para o terceiro. A concordância inter-observador foi avaliada utilizando o teste *Kappa* com valor-*p* de 0,05. **RESULTADOS:** O número de observações válidas para as análises comparando o primeiro e segundo levantamento foi de 57 indivíduos e, para a comparação do segundo e terceiro, 121. Os valores do teste *Kappa* foram 0,292 ( $p=0,027$ ) e -0,32 ( $p=0,727$ ), respectivamente. O coeficiente *Kappa* comparando o primeiro e segundo levantamentos sugere uma concordância “razoável”, enquanto a comparação entre o segundo e o terceiro indica não concordância. A diferença entre as duas comparações pode ser atribuída principalmente à realização, exclusivamente durante o terceiro levantamento, de cerimônias intensivas associadas a ritos de iniciação dos jovens à vida adulta. Interpreta-se o resultado significativo da primeira comparação como indicativo da aplicabilidade aceitável, mas não ideal, do IPAQ no contexto Xavante. Limitações da pesquisa incluem a pequena população, padrões de atividades que variam fortemente com a sazonalidade e desafios de entendimento intercultural por parte dos pesquisadores e participantes. **CONCLUSÕES:** A aplicação do IPAQ entre os Xavante demonstrou que esse instrumento é adequado mas não ideal para capturar atividades físicas em algumas populações culturalmente diferenciadas. Sua aplicabilidade poderá ser aperfeiçoada através de maior comunicação entre pesquisadores e comunidade, com vistas a evitar competição entre a pesquisa e atividades comunitárias. Considera-se importante a investigação de outras metodologias complementares

ao IPAQ, que possam contribuir para a melhor compreensão da dinâmica de atividade física entre os povos indígenas no Brasil.

**REFERÊNCIAS:**

- DUMITH SC. Physical activity in Brazil: a systematic review. **Cadernos de Saúde Pública**, 25(3): 5415-5426, 2009.
- EGELAND GM, LEJEUNE P, DÉNMMÉ D, PEREG D. Concurrent validity of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) in an Liyiyiu Aschii (Cree) community. **Canadian Journal of Public Health**. 99(4): 307-310, 2008.
- HOPPING BN, ERBER E, MEAD E, ROACHE C, SHARMA S. High levels of physical activity and obesity co-exist amongst Inuit adults in Artic Canada. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**. 23(1): 110-114, 2010.
- IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo demográfico 2010: características gerais dos indígenas, resultados do universo. Rio de Janeiro, 2010
- LANDIS JR, KOCH GG. The measurement of observer agreement for categorical data. **Biometrics**, 33: 159-174, 1977.
- MATSUDO SM, ARAÚJO T, MATSUDO VR, ANDRADE D, ANDRADE E, OLIVEIRA LC, BRAGGION G. Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, 6: 5-18, 2001.
- SOUZA AF. **Atividade diária e (in) Atividade Física na sociedade indígena Terena: aldeias Buriti e Córrego do Meio**. Dissertação (Mestrado em Educação Física)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2008.

## A INFLUÊNCIA FAMILIAR PARA A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS DURANTE A INFÂNCIA E SUAS CONSEQUÊNCIAS NA VIDA ADULTA DE ESTUDANTES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

JUAN CARLOS FREIRE  
JOSÉ LUIZ SILVA DE MOURA  
DANIEL SANTOS NOGUEIRA  
JOSÉ DEIVISON DE SOUZA

PAULO ROBERTO CAVALCANTI CARVALHO.

*Universidade Federal de Pernambuco, Laboratório de Atividade Física e Saúde, Recife – Pernambuco – Brasil.*

*Juan.freire@ufpe.br*

**Palavras-Chaves:** Atividade Física, Adultos, Motivação, Crianças.

**INTRODUÇÃO:** Em crianças e adolescentes, é comprovado que um maior nível de atividade física contribui para melhoria do perfil lipídico e metabólico como também a redução da prevalência da obesidade, caracterizando assim que uma criança fisicamente ativa tenha chances de se tornar um adulto também ativo. Sendo assim, do ponto de vista de saúde pública, promover a atividade física na infância e na adolescência estabelece uma base sólida na redução da prevalência do sedentarismo na idade adulta, contribuindo para uma melhor qualidade de vida. **OBJETIVO:** Mostrar o estímulo familiar sobre a prática de atividade física na fase infantil e suas consequências na vida adulta em estudantes de Educação Física. **METODOLOGIA:** A presente pesquisa foi realizada com 31 estudantes do Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco de ambos os sexos, através de uma amostra intencional e delineamento quantitativo, coletada com dois questionários um com perguntas fechadas e o outro o questionário internacional de atividades física (IPAQ), com o intuito de identificar uma relação entre a prática de atividade física quando criança e hoje adulto. Os resultados obtidos foram tabulados pelo SPSS 22.0. **RESULTADOS:** Foi identificado que do total 7 indivíduos não foram incentivados quando crianças, sendo que 14,3% em sua vida adulta não pratica atividade física e 85,7% continuam a pratica de atividade física. Ao serem relacionados com o IPAQ, atualmente 14,3% são considerados sedentários, 42,9% ativos, 42,9% muito ativos. Do total 24 estudantes foram incentivados a prática de atividades físicas, no entanto 16,7% não praticam e 83,3% praticam algum tipo de atividade física e ao serem relacionados ao IPAQ 4,2% dos estudantes são considerados sedentários, 20,8% são irregularmente ativos, 33,3% são ativos e 41,7% são muito ativos. **CONCLUSÃO:** O incentivo da prática de atividade física na infância é de grande importância para qualidade de vida e desenvolvimento humano, no entanto o estudo não demonstrou relativa significância na comparação de quem foi ou não incentivado a prática de atividade física quando criança, um erro metodológico que pode ter elevada magnitude nos resultados foi o número de entrevistados quanto aos que tiveram incentivo ou não.

### Referências

- GUEDES, Dartagnan Pinto et al. Níveis de prática de atividade física habitual em adolescentes. **Rev Bras Med Esporte**, v. 7, n. 6, p. 187-99, 2001.
- LAZZOLI, José Kawazoe et al. Atividade física e saúde na infância e adolescência. **Rev Bras Med Esporte**, Niterói, v. 4, n. 4, p. 107-109, Aug. 1998.
- MARZINEK, Adriano; NETO, Alfredo Feres. A motivação de adolescentes nas aulas de Educação Física. **Lecturas: Educación física y deportes**, n. 105, p. 17, 2007.

---

OEHLSCHLAEGER, Maria Helena Klee et al. Prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes de área urbana. **Revista de Saúde Pública**, v. 38, n. 2, p. 157-163, 2004.

SEABRA, André F. et al . Determinantes biológicos e sócio-culturais associados à prática de atividade física de adolescentes. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro , v. 24, n. 4, p. 721-736, Apr. 2008.

## RELAÇÃO CINTURA QUADRIL EM IDOSOS HIPERTENSOS E NORMOTENSOS TREINADOS.

DANIEL SANTOS NOGUEIRA<sup>1</sup>

JOSÉ LUIZ SILVA DE MOURA<sup>2</sup>

JUAN CARLOS FREIRE<sup>3</sup>

JOSÉ DEIVISON DE SOUSA<sup>4</sup>

PAULO ROBERTO CAVALCANTI CARVALHO<sup>5</sup>.

Universidade Federal de Pernambuco, Torrões, Recife – PE.

<sup>1</sup>danielsantosnoogueira@gmail.com

Palavras – Chave: Hipertensão, Saúde, Idosos, Pressão Arterial.

**INTRODUÇÃO:** A Hipertensão Arterial (HA) é considerada um dos fatores de risco mais ostensivos para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares. Representando no Brasil um dos problemas de saúde pública de maior prevalência na população, capaz de levar a óbito aproximadamente 40% dos indivíduos acometidos<sup>1</sup>. Sabe-se que o sedentarismo e obesidade está diretamente relacionado com alterações do perfil lipídico, com o aumento da pressão arterial, considerando fatores de risco para o desenvolvimento dessas doenças crônicas. **OBJETIVO:** Analisar a relação cintura quadril e verificar a classificação de risco à saúde que os idosos hipertensos e normotensos se enquadram. **METODOLOGIA:** O estudo transversal de delineamento quantitativo foi composto por uma amostra de 25 idosos de ambos os sexos, hipertensos(15) e normotensos(n=10) treinados com idade entre (62 ± 9). Foi realizado para comparar a relação cintura quadril dos idosos o ICQ (Índice de Cintura Quadril) para relacionar e quantificar a circunferência a fatores de risco à saúde e possíveis agravamento de doenças. **RESULTADOS:** A média de relação cintura quadril dos hipertensos foi (ICQ=0,95) diante desse resultado 71,2% dos idosos hipertensos se enquadram em indivíduos com alto risco a saúde, e 29,75% apresentam baixo/moderado risco de possíveis doenças. A média dos indivíduos normotensos (ICQ= 0,72) sendo que 45% dos idosos normotensos estão com alto risco a saúde, e 55% apresentam baixo/moderado risco a saúde. **CONCLUSÕES:** O índice de depósito de gordura na região cintura quadril é mais elevado nos idosos hipertensos do que os normotensos, com diferença de 0,23 na relação, e uma proporção de 60% indivíduos hipertensos com alto risco a saúde diante a relação cintura quadril do que os normotensos. Concluímos que os idosos normotensos apresentam maior prevenção de futuras doenças do que os idosos com pressão arterial elevada (HA).

### REFERÊNCIAS

CARVALHO, Paulo; BARROS, Gustavo; MELO, Thamara; SANTOS, Petrus; OLIVEIRA, D'AMORIM, Igor; Efeito dos treinamentos aeróbio, resistido e concorrente na pressão arterial e morfologia de idosos normotensos e hipertensos. Rev Bras Ativ Fis e Saúde • Pelotas/RS • 18(3):363-364 • Mai/2013.

FERREIRA, Márcia; VALENTE, Joaquim; GONÇALVES, Regina; SICHIERI, Rosely. Acurácia da circunferência da cintura e da relação cintura/quadril como preditores de dislipidemias em estudo transversal de doadores de sangue de Cuiabá, Mato Grosso, Brasil. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 22(2):307-314, fev, 2006.

Oliveira, Cecília Lacroix de; Mello, Marco Túlio de; Cintra, Isa de Pádua; Fisberg, Mauro Obesidade e síndrome metabólica na infância e adolescência Rev. nutr;17(2):237-245, abr.-jun. 2004.

PEIXOTO, Maria; BENÍCIO Maria; LATORRE, Maria; JARDIM, Paulo; Circunferência da Cintura e Índice de Massa Corporal como Preditores da Hipertensão Arterial. Arq Bras Cardiol 2006; 87: 462-470.

---

PESSUTO, J.; CARVALHO, E.C. de. Fatores de risco em indivíduos com hipertensão arterial. Rev.latinoam.enfermagem, Ribeirão Preto, v. 6, n. 1, p. 33-39, janeiro 1998.



## RELAÇÃO ENTRE FORÇA LOMBAR E PRODUÇÃO DE POTÊNCIA DE MEMBROS INFERIORES E SUPERIORES

MICHELLY GOMES CORDEIRO (CREF: 002332-G/SE)

GABRIEL VINÍCIOS DOS SANTOS

MARTA SILVA SANTOS

VANESSA CRISTINA CASALATINA

MARZO EDIR DA SILVA GRICOLETTO (CREF: 006427-G7RS)

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: michellygomescordeiro@gmail.com

**Palavras-chave:** Força lombar, eletromiografia e músculos abdominais.

**INTRODUÇÃO:** O *core* ou zona média é um complexo formado pelos seguintes subsistemas: a) passivo, que compreende os ossos e ligamentos; b) neural, que corresponde ao sistema nervoso central; c) subsistema ativo, que compreende a musculatura. A zona média tem seu conceito variável no que cerne a questões relacionadas a anatomia. Nesse sentido, a depender do contexto funcional em que o *core* é estudado, é possível encontrar definições mais amplas ou mais restritas relacionadas a esse termo. Contudo, tem sido consenso que a musculatura profunda do *core* envolve o chamado complexo quadril lombo pelve. A musculatura que envolve esse complexo é fortemente ativada teste denominado *Isometric Dead Lift* que afere a força isométrica máxima da cadeia posterior através da extensão do articulação do quadril. Estudos apontam que alguns músculos profundos do *core* se contraem cerca de 50 ms antes da movimentação dos MMSS e MMII, mostrando em teoria que há uma produção de força do centro (*core*) e que esta, por sua vez é transmitida para as extremidades. Portanto, poderia haver uma relação entre a força do *core* e a capacidade de exercer potência dos membros inferiores e superiores. **OBJETIVO:** analisar a relação entre força lombar e potência de membros inferiores e superiores. **METODOLOGIA:** A amostra foi composta por 100 indivíduos jovens saudáveis e assintomáticos, dentre eles 64 mulheres e 33 homens com faixa etária entre 18 e 45 anos ( $25,9 \pm 7$  anos; IMC:  $24,1 \pm 3,9$  kg/m<sup>2</sup>; %G:  $24,0 \pm 7,0$ ). Foi realizado o *isometric dead lift test* para avaliar a força isométrica máxima da musculatura do quadril. O indivíduo foi posicionado sobre a plataforma de um dinamômetro e realizou uma máxima extensão lombar, foram realizadas duas tentativas e a melhor foi considerada para fins estatísticos. Os dados foram expressos em KgF e os avaliados foram orientados a realizar uma força gradual e constante durante a realização do teste. Foi estimada a potência da fase concêntrica nos exercícios de supino horizontal, *leg press* e remada horizontal, utilizando 50% de 1RM. Um encoder linear foi conectado em cada aparelho para medir a velocidade de deslocamento da carga. A velocidade foi utilizada para calcular a potência (watts) utilizando um *software* denominado Muscledab®. Foi utilizada estatística descritiva e a relação entre as variáveis foi determinada utilizando correlações univariadas, representada pelo coeficiente de correlação de Pearson. Regressão linear simples foi utilizada para explicar a possível relação entre as variáveis de performance (dependente) e as variáveis do *core* (independente). O nível de significância foi estabelecido em 5% e utilizado o programa estatístico SPSS 22.0. **RESULTADOS:** Houve uma correlação alta entre a força lombar e a potência no supino ( $r=0,8$ ;  $p \leq 0,001$ ;  $r^2=0,516$ ). No que se refere aos testes de *Leg Press* e Puxada Horizontal, fora encontrada uma correlação moderada ( $r=0,67$ ;  $p \leq 0,001$ ;  $r^2=0,32$ ) e ( $r=0,62$ ;  $p \leq 0,001$ ;  $r^2=0,31$ ) respectivamente. **Conclusão:** Na amostra em questão, a força lombar apresenta associação de moderada a alta com a potência de membros superiores e inferiores.

---

## REFERÊNCIAS

- BRIGGS, M. S. et al. Lumbopelvic Neuromuscular Training and Injury Rehabilitation: A Systematic Review. **Clinical Journal of Sport Medicine**, v.23, n.3, p.160-71, 2013.
- CHANG, W. D. et al. Core strength training for patients with chronic low back pain. **Journal of Physical Therapy Science**, v.27, n.3, p.619-22, 2015.
- KRAEMER, William J.; RATAMESS, Nicholas A. **Fundamentals of Resistance Training: Progression and Exercise Prescription**. *Medicine e Science In Sports e Exercise*, v. 36, n. 4, p. 674-688, 2004.
- NESSER, T., DEMCHAK, T. J. Effect of Core Strength on the Measure of Power in the Extremities. **The Journal of Strength And Conditioning Research**, v.2, n.2, p.373-80, 2012.
- SHARROCK, C. et al. A pilot study of core stability and athletic performance: is there a relationship? **The International Journal of Sports Physical Therapy**, v.6, n.2, p.63-74, 2011.
- TARNANEN, S. P. et al. Effect of Isometric Upper-Extremity Exercises on the Activation of Core Stabilizing Muscles. **American Academy of Physical Medicine and Rehabilitation**, v.89, n.3, p.513-2, 2008.
- VERA-GARCÍA, F.J. et al. Core stability. Concepto y aportaciones al entrenamiento y la prevención de lesiones. **Revista Andaluza del Medicina Deporte**, v.8, n.2, p.79–85, 2015.

## A IMPORTÂNCIA DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS NÚCLEOS DE APOIO À SAÚDE DA FAMÍLIA NO MUNICÍPIO DE ARACAJU

CLESIMARY EVANGELISTA MOLINA MARTINS (CREFITO 36641)<sup>1 2</sup>

ANDRÉ AUGUSTO ANDRADE<sup>2</sup>

GRACIELLE COSTA REIS<sup>2</sup>

LAYANNE DE OLIVEIRA BARROS<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Coordenadora dos NASF do município de Aracaju

<sup>2</sup>Universidade Tiradentes

c-evangelista-martins@bol.com.br

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física, Atenção Primária a Saúde, Promoção da Saúde.

**INTRODUÇÃO:** O estudo é caracterizado como um relato de experiência na Coordenação dos Núcleos de Apoio à Saúde da Família no município de Aracaju desde setembro de 2013 até os dias atuais. A consolidação do Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil tem priorizado um conjunto de ações direcionadas à Atenção Primária a Saúde (APS), sendo cada vez mais frequente a discussão sobre a incorporação e valorização das várias áreas do conhecimento no trabalho em Saúde Coletiva, sendo esta uma entre as diferentes agendas prioritárias do Ministério da Saúde (BRASIL, 2014). A atual situação da sociedade brasileira, à luz da epidemiologia, apresenta a chamada tripla carga de doenças, ou seja, a coexistência de níveis altos de doenças infecciosas e parasitárias, concomitantemente a doenças crônicas não transmissíveis e ainda os agravos provenientes de distintas causas externas. Soma-se a este cenário a transição demográfica em curso, que inclui o Brasil entre os dez países do mundo, em 2025, com maior contingente de pessoas com 60 anos ou mais. Portanto, essas mudanças demográficas e epidemiológicas resultam num importante crescimento da demanda por serviços e ações relacionados à saúde. Neste contexto, o Ministério da Saúde criou em 2008 as equipes multiprofissionais do Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) na APS, com o objetivo de ampliar a abrangência e o escopo das ações de saúde cujo intuito de expandir e fortalecer a estratégia de Saúde da Família. O professor de Educação Física é uma das 19 categorias de profissionais que podem compor o NASF, mas que ainda não faz parte do quadro funcional no município de Aracaju. **OBJETIVO:** evidenciar a importância do profissional de Educação Física para os NASF no município de Aracaju. **METODOLOGIA:** O presente estudo caracterizou-se como uma pesquisa de campo em 22 Unidades de Saúde do município de Aracaju apoiadas pelo NASF e que vinham desenvolvendo atividades multiprofissionais em diversas áreas incluindo práticas corporais e atividades físicas. **RESULTADOS:** Nos últimos 2 anos e meio de implantação dos NASF em Aracaju foi percebido pelos profissionais fisioterapeutas, nutricionistas, fonoaudiólogos, terapeutas ocupacionais e psicólogos a necessidade do núcleo de saber específico inerente a Educação Física na atuação com a comunidade em projetos que envolviam as práticas corporais, atividades físicas vinculada a promoção da saúde. **CONCLUSÃO:** Por fim, conclui-se a necessidade de se inserir o profissional de Educação Física nos NASF de Aracaju. Ao integrar a equipe multiprofissional, o professor de educação física poderá desenvolver ações que envolvam seu núcleo de saber específico, com vistas à melhoria da qualidade de vida da população. Este profissional poderá desenvolver ações relacionadas à prevenção / promoção da saúde e ainda prescrever atividades físicas de forma direcionada para cada indivíduo ou grupo, com isso, proporcionando a redução do sedentarismo e a ampliação de ações na atenção básica junto aos NASF.

---

## REFERÊNCIAS

- BRASIL, Ministério da Saúde. Cria os Núcleos de Apoio à Saúde da Família – NASF. Portaria n. 154, de 24 de janeiro de 2008. Diário Oficial da União: 4 mar 2008.
- BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Básica. Departamento de Atenção Básica. Diretrizes do NASF: Núcleo de Apoio à Saúde da Família. Brasília; 2009.
- BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria da Atenção. Departamento de Atenção Básica. Núcleo de Apoio à Saúde da Família/Ministério da Saúde, Secretaria de atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica-Brasília: Ministério da Saúde.2014. 116p.:il.-(Cadernos de Atenção Básica,n.39).
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde.Vigitel Brasil 2013: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico /Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.120p.: il. –(Série G. Estatística e Informação em Saúde).
- BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Atenção Básica/ Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.

## RELATO DE EXPERIÊNCIA EM ESTAGIO SUPERVISIONADO II- NA EDUCAÇÃO FÍSICA LICENCIATURA

FLORIZE LIMA SOUZA (000137-G/SE)<sup>1</sup>

LEANDRO SANTOS ANDRADE (CREF 001523-G/SE)<sup>1,2</sup>

BIANCA BEATRIZ SOUZA RODRIGUES<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes – Aracaju/ Sergipe/Brasil

<sup>2</sup>Laboratório de Estudos e Pesquisas em Educação Física– LEPEF  
florize@globocom

**Palavras- chave:** Docente. Educação. Jogos Recreativos.

**INTRODUÇÃO:** O estudo científico tem como proposta relatar esta intervenção da disciplina Estágio Supervisionado II com intuito de mostrar esta prática pedagógica com devidos fins educativo e acadêmico do curso de Licenciatura da Faculdade Estácio de Sergipe. **OBJETIVO:** tem como objetivo fazer com que os acadêmicos de Educação Física em Licenciatura vivenciem as práticas e teorias nas aulas de Educação Física no campo de trabalho escolar. **METODOLOGIA:** Neste caso nos referimos à experiência do estágio da grade curricular acadêmico do curso, baseado no referencial teórico advindo do coletivo de autores, uma referência que contribuiu bastante nesse processo de ensino aprendizagem no campo de atuação acadêmica. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Alguns resultados apontaram que durante as aulas foram abordados os conteúdos teóricos e práticos pertinentes à disciplina como: esportes, dinâmicas de grupos, atividade extraclasse, jogos recreativos atividades lúdicas, em que os alunos de todas as faixas etárias pudessem participar e aprender esses conteúdos de forma prazerosa, tendo como ferramenta a ludicidade, tornando as aulas mais atrativas e dinâmicas, quebrando a rotina dos alunos na escola onde ficam a maior parte do tempo sentados e ansiosos. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que dentro do Estágio, essa disciplina é de extrema importância na vida de qualquer acadêmico do curso, de maneira produtiva, foi adquirida uma experiência por parte dos docentes colaboradores durante as aulas, a troca de experiência foi constante, e fizeram com que as aulas tomassem outro rumo, as discussões em sala de aula, as atividades estruturadas contribuíram com os estudos, fazendo com que a disciplina acontecesse de maneira dinâmica, criativa e atrativa, despertando o interesse dos alunos a pratica e qualidade de vida.

### REFERÊNCIAS

CASTELLANI FILHO, Lino. **Educação Física no Brasil: a história que não se conta.** Campinas: 2003

SEYBOLD, Annemarie. **Educação Física: princípios pedagógicos.** Fundamentação 1, edição ao livro técnico, escola de 1º grau. Rio de Janeiro: 1980, p. 25, 39,41, 46.

BRACHT, Valter. **Educação Física e Aprendizagem Social.** Porto Alegre: 1992 p. 15, 37, 74.

FREIRE, João Batista. **Educação Física de Corpo Inteiro: teoria e prática de educação física.** São Paulo: 1989, p. 55 e 63.

COLETIVOS DE AUTORES. **Metodologia do Ensino de Educação Física.** 2º edição. São Paulo: 2009, vl 2, p. 41 e 50.

## PRESCRIÇÃO E ACOMPANHAMENTO DA PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS EM ÁREAS LIVRES PELO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NUM PROGRAMA SAÚDE DA FAMÍLIA

LUAN JOSÉ LOPES TELES (2209 - G/SE)  
HELLDER HENRIQUE ALBERTO SILVA PRADO (949 – G/SE)  
ÍCARO MÁXIMO DANTAS DOS SANTOS (2621 – G/SE)  
ESTÉLIO HENRIQUE MARTINS DANTAS (00001 – G/RJ )  
UNIVERSIDADE TIRADENTES – ARACAJU/SERGIPE/BRASIL  
luantelespersonaltrainer@gmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade física. Exercícios físicos ao Ar Livre. Saúde. Qualidade de Vida.

**INTRODUÇÃO:** O presente estudo investigou praticantes de atividade física e suas percepções de modo subjetivo, no tocante à importância de o bacharel em Educação Física, orientar e prescrever exercícios físicos em áreas abertas na cidade de Aracaju-SE, a considerar o princípio da inserção do profissional ao Programa Saúde da Família. **OBJETIVO:** O estudo tem como objetivo verificar a importância de o profissional de Educação Física orientar e acompanhar adeptos de exercícios físicos ao ar livre. **METODOLOGIA:** A metodologia utilizada foi a da pesquisa descritiva por meio de um questionário, e o método de entrevista *survey*, (THOMAS & NELSON, 2007). O questionário usado foi do tipo fechado sendo composto por dez questões de perguntas objetivas; em duas delas, foi permitida mais de uma resposta. O questionário aplicado e respondido que totalizou uma amostra de 40 sujeitos adultos praticantes de atividade física em parques urbanos, praças e ciclovias de quatro pontos da capital Aracaju-SE, sendo esses: Norte, Sul, Leste e Oeste. **RESULTADOS:** 67,5% dos entrevistados são de mulheres; as mulheres da amostra estão mais fisicamente ativas que os homens. Notou-se que a caminhada é a forma de exercício físico mais utilizado por ambos os sexos. Para as mulheres, a incidência foi de 74,1%; para os homens, 76,9%. No tocante à frequência, 48,1% do total são mulheres e fazem atividade física cinco vezes por semana; dos homens 38,5%. Em relação ao programa saúde da família, 74,1 das mulheres conhecem o programa e 25,9% não conhecem; 30,8% dos homens conhecem e 69,2 não conhecem o programa. As mulheres frequentam mais a Unidade Básica de Saúde com 77,8%; os homens, com 22,2%. Em relação ao público feminino, 63% têm o acompanhamento do profissional de Educação Física em suas atividades ao ar livre, e os homens com 15,4% têm acompanhamento do professor de Educação Física e 37% das mulheres não têm a orientação e o acompanhamento; 84,6% do público masculino também não têm. 100% das mulheres ressaltam a importância do profissional, e 92,3% do grupo masculino afirmam a importância do profissional; somente 7,7% deste grupo destaca que não há importância tal acompanhamento. Do público feminino, 85,2% das entrevistadas diz que é muito importante a presença do profissional de Educação Física atuando junto ao posto de saúde, 14,8% salienta importante. 92,3% do público masculino mostram como muito importante o professor de educação física trabalhando no posto de saúde; 7,7%: importante; o item nenhuma importância não teve incidência. No grupo feminino, os resultados ficaram dispostos da seguinte forma: manter a forma e saúde, 51,9%; determinação médica, 22,2; estética, 3,7%; por prazer/gostar, 18,5%; outras não houve incidência. No grupo masculino, ficou ordenado: manter a forma/saúde 38,5%; determinação médica 38,5%; prazer/gostar 23,1%, combater o estresse, a alternativa outras não teve incidências. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que, por meio da percepção subjetiva dos sujeitos entrevistados, a atuação do professor de Educação Física frente à prescrição e acompanhamento de exercícios físicos ao ar livre faz-se necessária, de modo a auxiliar no controle de patologias, prevenção e promoção de saúde e qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, M. A. B. *et al.* A relação entre gênero e adesão à atividade física no lazer. **EFDeportes**, Buenos Aires, ano 17, n. 168, 2012. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd168/genero-e-adesao-a-atividade-fisica.htm>>. Acesso em 03 set. 2014.
- ALMEIDA, M. A. B.; GUTIERREZ, G. L.; MARQUES, R. **Qualidade de Vida**: definição, conceitos e interfaces com outras áreas de pesquisa. São Paulo: Escola de Artes, Ciências e Humanidades – EACH/USP, 2012.
- BARRETO, S. M. *et al.* Análise de Estratégia Global para Alimentação, Atividade Física e Saúde, da Organização Mundial da Saúde. **Epidemiologia e Serviço de Saúde**, Brasília, v.14, n. 1, p. 41-48, 2005.
- DIAS, J. A. *et al.* A importância da execução de atividade física orientada: uma alternativa para o controle de doenças crônicas na atenção primária. **EFDeportes**, Buenos Aires, ano 12, n. 114, 2007. Disponível em: < <http://www.efdeportes.com/efd114/a-importancia-da-execucao-de-atividade-fisica-orientada.htm>>. Acesso em 03 set. 2014.
- FRAGA, A. B.; WACHS, F. **Educação Física e Saúde Coletiva**: políticas de formação e perspectivas de intervenção. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2007.
- GOMES, R.; NASCIMENTO, E. F.; ARAÚJO, F. C. Por que homens buscam menos os serviços de saúde que as mulheres? As explicações de homens com baixa escolaridade e homens com ensino superior. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 3, p. 565-574, 2007.
- MELLO, M. T. *et al.* O exercício físico e os aspectos psicobiológicos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v.11, n. 3, maio/jun. 2005.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Academia da Saúde**. Brasília: Editora MS, 2014. 18p. Cartilha.
- OLIVEIRA, R. J. **Saúde e Atividade Física**. Rio de Janeiro: Shape, 2005.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO) – 1946. Disponível em: <<http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-m-swho.html>>. Acesso em: 12 dez. 2014.

## CARACTERÍSTICAS DERMATOGLÍFICAS COMO PREDITORES DAS CAPACIDADES FÍSICAS EM CORREDORES DE TRAIL RUN

LETÍCIA CORREIA DE JESUS  
LIZ CAROLINA CARVALHAL BARROS  
ALEXANDRE REIS PIRES FERREIRA  
EDUARDO RODRIGO OLIVEIRA ROCHA  
RAPHAEL FABRICIO DE SOUZA (012531-G/PR).  
Universidade Federal de Sergipe (UFS), São Cristóvão/SE, Brasil.  
E-mail: [lehcorreia18@gmail.com](mailto:lehcorreia18@gmail.com)

**Palavras chave:** Genótipo, Dermatoglia, Genética, Corrida, Aptidão

**INTRODUÇÃO:** A dermatoglia representa uma marca genética imutável, utilizada para retratar características populacionais e étnicas significativas. O método dermatoglífico é estudado como proposta de conhecimento das potencialidades funcionais, auxiliando no desenvolvimento de capacidades físicas (CF). Substanciais e inconclusivos estudos avaliaram a relação entre as variáveis força, potência, resistência e velocidade com os desenhos das impressões digitais, por outro lado indícios dermatoglíficos são identificadas como preditores de CF. **OBJETIVO:** Determinar a relação das capacidades físicas e características dermatoglíficas em corredores de trail run. **METODOLOGIA:** Foram coletadas segundo CUMMINS (1942) impressões digitais dos corredores de 21km participantes da prova de *trail run* pertencente ao circuito k21 séries etapa Aracaju 2015. Verificado a predominância de desenhos arcos (A) (identificado pela ausência de deltas), presilhas (L) (feixe de linhas que possui sempre um delta), verticílios (W) (sistema nuclear de linhas formando círculos concêntricos ou espirais possuindo dois deltas), desenho em S (S) (formado por duas presilhas ligadas em forma de S), contagem do total de linhas (SQTL) e total de presilhas em todos os dedos (D10). **RESULTADO:** A partir dos dados coletados observou-se a predominância fenotípica dos desenhos em A-82,5% , L-17% e W- 0,5%. Média da SQTL de 32,6±26,08 e D10 2,7±1,8. Não foram identificados desenhos em S. **CONCLUSÃO:** Foi verificado que os resultados apresentaram predisposição dos sujeitos para ao desenvolvimento de força e potência, conforme descreve Abramova (1995). A identificação destas características são consideradas instrumentos auxiliares ao trabalho aeróbico necessário nas provas de resistência e importantes na realização de percursos montanhosos comuns nas provas de trail run.

### REFERÊNCIA:

- SENA, J. et. Al. Dermatoglia, somatotipo e composição corporal no beach handball: Estudo comparativo entre diferentes níveis de qualificação esportiva Motricidade. **Revista Motricidade**, Portugal, vol. 8, núm. Supl. 2 pp. 567-576, 2012.
- LINHARES, V. et al. A relação entre as características dermatoglíficas e a maturação óssea de adolescentes. **Revista de Salud Pública**, Bogotá, Volume 12 (6), 2010.
- BITTENCOURT, L. et al. Dermatoglia e composição corporal em apnéia obstrutiva do sono. **Arq Neuropsiquiatr**, São Paulo, 2004
- CORDEIRO, W. et al. A importância da dermatoglia na detecção de talentos no esporte: estudo de revisão; **Saúde Meio Ambient**. v. 3, n. 1, p. 31-43, 2014
- ABRAMOVA, T. F. NIKITINA T. M., OZOLIN, N. N. Possibilidades de Utilização das Impressões Dermatoglíficas na Seleção Desportiva. **Teoria e Prática da Cultura Física** n. 3, 1995.
- CUMMINS, H.; MIDLO, C. Palmar and plantar dermatoglyphics in primates. **Wistar Institute of Anatomy and Biology**, Philadelphia: 1942.



## COMPORTAMENTO DA PRESSÃO ARTERIAL PRÉ E PÓS-EXERCÍCIO SOB DIFERENTES TIPOS DE HIDRATAÇÃO

MATHEUS OLIVEIRA\*

JORGE CARDOSO\*

PEDRO HENRIQUE FRAGA MAGALHÃES\*

CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS\*

LUÍS PAULO DE SOUZA GOMES (CREF: 1156-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

mateuoliveira1991@hotmail.com

Palavras-chave: Exercício físico, pressão arterial, saúde.

**INTRODUÇÃO:** A hidratação pré ou pós-exercício é uma prática corriqueira, já que a desidratação pode trazer efeitos agressivos ao organismo, como a queda do rendimento (OLIVEIRA et al., 2012; MORENO et al., 2012). Assim, uma perda exacerbada de líquido corporal pode causar desidratação, complicações na saúde de praticantes de atividade física, sendo prioritários a regulação e monitoramento de ingestão de líquidos antes, durante e após os exercícios (GOMES, 2014). **OBJETIVO:** Analisar a influência de diferentes tipos de hidratação na pressão arterial após exercício de intensidade moderada. **METODOLOGIA:** No procedimento participaram do estudo 10 indivíduos com idade  $34 \pm 0,6$  anos, altura  $1,8 \pm 0,1$ cm, massa corporal  $84,3 \pm 12,8$  kg, realizadas no laboratório de Biociência da Motricidade Humana– LABIMH, localizado na Universidade Tiradentes – UNIT. Foram feitas: Medidas antropométricas (Peso e altura); Coleta da urina; Registro da frequência cardíaca FC de repouso; O teste se inicia com o acréscimo de 25W a cada 2 minutos e segue até que ocorra uma exaustão relatada pelo colaborador que estiver fazendo o teste. Após o primeiro teste incremental foi realizada a sessão sem hidratação (GC), onde 2 horas antes do experimento foi pedido para cada um dos estudados que ingerissem 500 ml de água. Os estudados passaram 60 minutos sem ingerir qualquer líquido. Foram calculados a partir dos valores de frequência cardíaca do exercício e da recuperação os deltas de 15 minutos e 30 minutos. **RESULTADOS:** Ao analisarmos os delta PAS nos minutos 15 e 30, observamos uma queda na pressão arterial sistólica nos grupos GA, GBE, GAC, com relação ao grupo controle. Sendo assim, o estado de hidratação dos voluntários no momento dos testes controles, os valores foram menores nos grupos GAC. Porém a PAS diminuiu significante após a ingestão de água de coco (GAC) nós dois momentos. Na análise do delta da pressão arterial diastólica 15 e 30 minutos, revelou que não tivemos alterações significantes nos grupos GC, mas teve uma alteração significativa GA, GBE e GAC no PAD 15 minutos, sendo assim, o valor delta da pressão arterial diastólica melhorou, uma vez que teve uma diminuição com a ingestão dos fluidos. Logo após a realização dos exercícios físicos, tivemos a redução do delta da pressão arterial sistólica e diastólica nos voluntários. Durante as sessões dos testes físicos, a reposição de líquido deixou os voluntários em um estado hidratado, mantendo com perdas 2% da redução da massa corporal dos colaboradores. O estudo mostrou que todos os grupos apresentarem valores acentuados de desidratação nos momentos pré e pós, quando foi feita o teste da coloração da urina. **CONCLUSÃO:** Conclui que houve uma melhora significativa da pressão arterial sistólica e diastólica na ingestão de líquidos. Assim pode-se constatar que a necessidade de mais estudos quanto a ingestão de líquidos e influencia da pressão arterial nesse período de exercício físico, recomendando-se ingerir 500ml de água. Esses dados podem ser uteis no direcionamento de maiores investigações neste sentido.

---

**REFERÊNCIAS:**

GOMES, P. L. **Estado de hidratação em ciclistas após três formas distintas de reposição hídrica.** R. Bras. Ci. e Mov., v. 22, n. 3, p. 89-97, 2014

MARÃES, V. R. F. S. **Frequência cardíaca e sua variabilidade: análises e aplicações.** Revista Andaluza de Medicina del Deporte, Sevilla, España v. 3, n. 1, marzo, p. 33-42, 2010.

MONTAIN SJ. **Hydration recommendations for sport 2008.** Curr Sports Med Rep. 7:187-192, 2008.

MORENO, L. I. et al. **Efeitos da reposição hidroeletrólítica sobre parâmetros cardiorrespiratórios em exercício e recuperação.** Motriz, Rio Claro, v.18, n. 1, p. 165-175, jan./mar., 2012.

OLIVEIRA, P. T. et al. **A ingestão hídrica acelera a recuperação da frequência cardíaca pós-exercício.** Rev. Educ. Fis/UEM, v. 23, n. 2, p. 271-276, 2012.

## O EXERCÍCIO FÍSICO COMO BENEFÍCIO AO ENVELHECIMENTO

SUZAN KELLY ALVES DE ARAUJO\*

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

Suzankellyalvesaraujo@outlook.com

Palavras-chave: Exercício. Qualidade de vida. Envelhecimento.

**INTRODUÇÃO:** O número de idosos tem aumentado consideravelmente. A prática regular de exercícios físicos possui benefícios que manifestam sobre os aspectos do organismo, e que ajudam na prevenção e no controle de doenças, sendo importantes para a redução da mortalidade e qualidade de vida. **OBJETIVOS:** observar os aspectos benéficos do exercício físico no envelhecimento populacional. **METODOLOGIA:** Foram utilizados estudos da plataforma Decs e Google acadêmico, onde foram selecionadas três palavras-chaves “Exercício”, “Qualidade de vida”, “envelhecimento”, que levaram aproximadamente a 476 artigos relacionados, onde dos mesmos foram escolhidos cinco para base do trabalho. **RESULTADOS:** Segundo Bertoldi (2012) o exercício físico regular obtém benefícios fisiológicos, psicológicos e previne doenças cardiovasculares, importantes para promover a saúde e qualidade de vida no processo de envelhecimento. Silva (2007) assegura que a prática de exercícios regulares sendo aeróbicos ou de força possuem benefícios físicos, como também auxilia na prevenção do retardamento da memória do idoso. Petry (2012) fez uma avaliação objetiva em idosos que observou o desempenho cognitivo e qualidade de vida de pessoas ativas e não ativas fisicamente, onde os fisicamente ativos obtiveram um melhor desempenho da memória do que os não ativos. Rocha (2013) declara, que a musculação é recomendável no processo de envelhecimento, pois auxilia na capacidade funcional e na força muscular, diminuindo as quedas que conseqüentemente diminuirá as fraturas. Auxiliados por um educador físico com o papel de motivar e acompanhar para que o exercício seja algo prazeroso, relaxante, e não estressante. Oliveira (2013) dá ênfase a participação dos profissionais da saúde para levar o idoso a prática de exercícios, pois o incentivo, e amigos são provedores de fatores que levaram ao bem-estar, prevenindo doenças que podem levar a incapacidade, e aumentando os laços de amizade favorecendo a independência e qualidade de vida no envelhecimento da população. **CONCLUSÃO:** Pode-se declarar as diversas vantagens da prática do exercício físico, seja ele de força ou aeróbico, ambos feitos de forma regular e acompanhado por um profissional são de extrema importância para a promover a saúde no processo de envelhecimento.

### REFERÊNCIAS:

BERTOLDI. A atividade física como fator de prevenção e promoção da saúde: uma reflexão teórica. Universidade Federal de Santa Maria, Rio Grande do Sul, dez, 2012.

ROCHA. Musculação para a terceira idade. Centro universitário formiga, Minas Gerais, 2013.

SILVA. Efeito do exercício físico e do exercício de força na memória em idosos. Revista brasileira de prescrição e fisiologia do exercício, São Paulo, v.1, n.2, p.46-58, Mar/Abr,2007.

OLIVEIRA. Idoso praticante de atividade física: fator determinante do envelhecimento saudável. Congresso internacional de envelhecimento humano, Campina Grande, jun, 2013.

PETRY. Satisfação de vida, cognição e exercício físico em idosos praticantes de exercícios físicos. Universidade federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2012.

## ANÁLISE DA ACESSIBILIDADE DE ESCOLA PARTICULAR, ESTADUAL E MUNICIPAL DA CAPITAL ARACAJU/SE

VANESSA SANTOS<sup>1</sup>

JARLISSON FRANCSUEL MELO DOS SANTOS (CREF: 002682-G/SE)<sup>2</sup>

Labimh/UNIT, Aracaju, Sergipe, Brasil<sup>2</sup>

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

[vanessa.edf18@hotmail.com](mailto:vanessa.edf18@hotmail.com)

Palavras-chave: Acessibilidade; Escolas; Deficiência física.

**INTRODUÇÃO:** No Brasil, o Censo do IBGE de 2010 revela que, 45,6 milhões de pessoas (23,9% da população total) apresentam algum tipo de incapacidade ou deficiência. Em relação ao último Censo Demográfico, realizado em 2000, há um expressivo crescimento no número de pessoas. Naquela ocasião, 24.600.256 pessoas, ou 14,5% da população total, assinalaram algum tipo de deficiência ou incapacidade. Conforme as Normas Técnicas Brasileiras de Acessibilidade (ABNT/NBR 9050/2004), “acessibilidade é a possibilidade e condição de alcance, percepção e entendimento para a utilização com segurança e autonomia de edificações, espaço, mobiliário, equipamento urbano e elementos”. A Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência informa que, “os estados partes tomarão todas as medidas necessárias para assegurar às crianças com deficiência o pleno exercício de todos os direitos humanos e liberdades fundamentais, em igualdade de oportunidades com as demais crianças”. A inclusão de alunos com deficiência no ensino regular é considerado um desafio no processo de aprendizagem e suporte pedagógico para que mantenham os alunos na escola. De acordo com a Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB) a educação especial deve ser oferecida nas redes regulares de ensino com serviços de apoio especializados para atender às necessidades de cada aluno deficiente. **OBJETIVO:** Verificar e analisar os aspectos estruturais de escolas das redes particular, estadual e municipal. **METODOLOGIA:** A amostra foi composta por 3 escolas da rede de educação básica, sendo: 1 particular, 1 estadual e 1 municipal, localizadas na capital de Sergipe, Aracaju. Os dados foram coletados em apenas um momento, no mês de março do ano de 2016. Foi verificada a estrutura física (acessibilidade): rampas, corrimão, banheiros adaptados, bebedouros adaptados, portas para cadeirantes, piso adequado para deficiente visual, piso adequado para deficiente físico, sinalização em braile, sinalização para surdos, companhia luminosa para surdos, interprete de libras, professores usuários de libras, barreiras nas edificações (entorno da escola), barreiras existentes no interior da escola. **RESULTADOS:** De acordo com os resultados, pode-se observar que a escola particular obteve o percentual de 58,82% sendo considerado o mais alto dentro das variáveis estruturais devidamente verificadas e analisadas. A escola municipal apresentou um resultado positivo para a acessibilidade de 52,94% observando uma pequena diferença em relação a particular. Já na rede estadual, seu resultado positivo foi de 17,64%, mostrando-se com acessibilidade inferior em relação às outras escolas. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que aos aspectos estruturais são insuficientes para a inclusão de deficientes visuais, surdos e para a locomoção de deficientes físicos.

### REFERÊNCIAS:

BRASIL. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. **Lei de diretrizes e bases da Educação – LDB.** Brasília, DF, 1996.

BRASIL. Presidência da República. **Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência.** Brasília, setembro de 2007.

---

CENSO DEMOGRÁFICO 2010. **Características gerais da população, religião e pessoas com deficiência.** Rio de Janeiro: IBGE, 2012.

Normas Técnicas Brasileiras de Acessibilidade (ABNT/NBR 9050/2004). **Acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos.** Rio de Janeiro, 2004.

FRIAS, Elizabel Maria Alberton; MENEZES, Maria Christine Berdusco. **Inclusão escolar do aluno com necessidades educacionais especiais:** contribuições ao professor de Ensino Regular. 2013

## NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES RENAI CRÔNICOS, SUBMETIDOS AO TRATAMENTO HEMODIALÍTICO NA CIDADE DE ARACAJU

JOÃO ELIAS FERNANDES MENDES \*  
FELIPE ALVES DOS SANTOS\*  
CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS\*  
LUÍS PAULO DE SOUZA GOMES (CREF: 1156-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
Jefm\_@hotmail.com

Palavras-chave: Exercício físico, saúde, qualidade de vida.

**INTRODUÇÃO:** Nos dias atuais, a conceito de qualidade de vida tornou-se muito importante para a população mundial de forma geral. Esse conceito vem de um movimento dentro das ciências humanas e biológicas no sentido de valorizar parâmetros mais amplos que o controle de sintomas, a diminuição da mortalidade ou o aumento da expectativa de vida (VASCONCELOS et al., 2012). Segundo alguns estudos a atividade física contribui de forma positiva para a saúde, melhorando a qualidade de vida do indivíduo, diminuindo o sedentarismo e as doenças hipocinéticas (SAMULSKI e NOCE, 2012). **OBJETIVO:** Analisar a qualidade de vida e o nível de atividade física entre pacientes submetidos a HD em uma clínica da Cidade de Aracaju – Se. **METODOLOGIA:** O estudo foi desenvolvido durante o mês de setembro de 2014, a amostra foi composta por 80 pessoas (45 homens e 35 mulheres), com classificação etária de 26 pessoas entre 20 a 39 anos (11 homens e 15 mulheres), 34 entre 40 a 59 anos (20 homens e 14 mulheres) e 20 acima de 60 anos (14 homens e 6 mulheres), acometidos de IRC, em tratamento na Nefroclínica, na cidade de Aracaju-SE. Para tal análise se fez valer o uso do questionário KDQOL (Kidney Disease and Quality-of-Life Short Form), cuja ferramenta é um instrumento específico que avalia a doença renal crônica terminal, aplicável a pacientes que realizam algum programa dialítico. Também se utilizou do Short Form Health Survey (SF-36), cujo questionário é o mais completo disponível atualmente para avaliar qualidade de vida dos IRC e por fim se fez valer o uso do International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), versão curta, semana usual, validada no Brasil. **RESULTADOS:** No corresponde aos problemas físicos e sintomas ocasionados pela IRC e podemos notar que uma proporção considerável da amostra ( $71,52 \pm 17,51$ ) relatou algum sintoma relacionado a IRC e que nos homens tais sintomas foi relatado com maior frequência que nas mulheres ( $66,65 \pm 22,09$ ). Sobre o efeito da doença renal apresentou uma média com um valor não muito elevado tanto para homens ( $61,91 \pm 21,09$ ) quanto para mulheres ( $68,30 \pm 20,76$ ), o que nos leva a crer que pelo fato da grande maioria da amostra já conviver com o IRC há muitos anos tais efeitos não afetem tanto o cotidiano dessas pessoas. Quanto a qualidade de interação social, os homens ( $82,07 \pm 22,06$ ) e mulheres ( $74,29 \pm 26,23$ ) reportaram que a IRC afeta a qualidade de interação social, em parte pela própria limitação sintomática que a doença causa, em parte pelo tratamento de hemodiálise que demanda tempo do paciente e em parte pela própria reclusão do mesmo devido ao seu estado físico e psicológico. **CONCLUSÃO:** Por fim os indivíduos aqui estudados apresentam baixo nível de qualidade de vida, bem como também se encontram com níveis de atividade física insatisfatória. É importante ressaltar que dentro dos aspectos que compõem a qualidade de vida, o mais afetado pela IRC foi o aspecto físico que está diretamente ligado a vitalidade.

### REFERÊNCIAS:

ANES, EJ; FERREIRA, PL. **Qualidade de Vida em Diálise**. Revista Portuguesa de Saúde Pública, 2009; 8: 67-82.

---

CUNHA, Marina Stela; ANDRADE, Viviane; GUEDES, Cristina A. Veloso; et al. **Avaliação da capacidade funcional e da qualidade de vida em pacientes renais crônicos submetidos a tratamento hemodialítico - Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v.16, n.2, p.155-60, abr./jun. 2009 – ISSN 1809-2950.

GUEDES, Dartagnan Pinto; GUEDES, Joana Elisabete Ribeiro Pinto. **Exercício físico na promoção da saúde**. Londrina: Midiograf, 1995.

SAMULSKI, Dietmar Martin; NOCE, Franco. **A importância da atividade física para a saúde e qualidade de vida: um estudo entre professores, alunos e funcionários da UFMG**. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, v. 5, n. 1, p. 5-21, 2012.

Vasconcelos, Edelman Rocha, et al. **Nível De Atividade Física Habitual Dos Estudantes Do Curso De Administração De Empresas Da Funorte**. **Coleção Pesquisa em Educação Física - Vol.11, n.3, 2012.**

## DOZE SEMANAS DE TREINAMENTO FUNCIONAL PROMOVE MELHORA NA RESISTÊNCIA DE MEMBROS INFERIORES DE IDOSAS SEDENTÁRIAS

LETÍCIA CORREIA DE JESUS  
VANESSA CRISTINA CASALATINA  
MICHELLY GOMES CORDEIRO (002334-G/SE)  
MARTA SILVA SANTOS  
MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO CREF.006427-G7/SE)  
Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brasil  
Contato:lehcorreia18@gmail.com

**Palavras-chave:** Aptidão Física, Envelhecimento, Força, Atividades diárias.

**INTRODUÇÃO:** Durante o processo de envelhecimento ocorrem diversas alterações na função muscular. Estas modificações refletem de forma negativa na vida diária do idoso, tornando difícil a realização de algumas atividades do seu cotidiano. Dentre os efeitos deletérios do envelhecimento, a diminuição de força-resistência muscular nos membros inferiores interfere em ações funcionais realizadas pelo idoso (*i.e.*: descer escadas, agachar ou sentar). Como forma de atenuar a diminuição de força-resistência dos membros inferiores, o treinamento funcional tem sido utilizado. Um dos princípios do treinamento funcional vislumbra a readequação do indivíduo as suas atividades da vida diária, portanto subentende-se que esse seria adequado para proporcionar níveis de força/resistência de membros inferiores em idosos. Entretanto, não está claro qual a magnitude de força-resistência proporcionado pelo treinamento funcional em idosos. **OBJETIVO:** Analisar o efeito do treinamento funcional na melhora da força/resistência muscular de membros inferiores em idosas sedentárias após 12 semanas de treinamento. **MÉTODOS:** Participaram desse estudo 29 idosas, com idade entre 60-70 anos. A amostra foi randomizada aleatoriamente e organizada em dois grupos: Funcional (TF= 65,6 ± 5,4 anos) e Grupo Controle (GC= 62,5 ± 3,0 anos). A intervenção durou 12 semanas, com uma frequência de semanas de 3 vezes. Ambos os grupos iniciaram a sessão com cinco minutos de mobilidade articular (tornozelo, quadril, torácica, glenoumeral e cervical). O grupo TF realizou dois circuitos de treinamento, que contemplou exercícios multiarticulares, que incluiu padrões de movimentos funcionais realizados em suas atividades da vida diária. Além disso, foi preconizado o treinamento de capacidades físicas como coordenação, potência, agilidade, força e resistência muscular. Foram realizadas três séries no circuito-1 e duas no circuito-2. As estações utilizaram uma densidade 1:1, que eram compostas por 30seg de esforço e 30seg de pausa (70 a 90% de  $FC_{max}$ ) Ao final da sessão de treinamento, foi realizado 10 minutos de exercícios intervalados de alta intensidade. Para essa parte da sessão, foi utilizado jogos lúdicos coletivos com estímulo cognitivo e esforço intermitente. O CG realizou 50 minutos de alongamentos e práticas de relaxamento. Para avaliar a resistência dos membros inferiores foi utilizado o teste Sentar e Levantar da teste *Sênior Fitness*. Para análise estatística foi realizada uma ANOVA 2x2, com post-hoc de Bonferroni. A significância foi estabelecida em 5%. **RESULTADOS:** O grupo do TF apresentou melhora significativa na resistência de membros inferiores (TF= p=0,001) em comparação com o GC. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que o treinamento funcional promove ganhos na força-resistência de membros inferiores em idosos sedentários.

### REFERÊNCIAS:

MILTON, D.; et al. The Effect of Functional Exercise Training on Functional Fitness Levels of Older Adults. **Gundersen Lutheran Medical Journal**, La Crosse. v. 5, n.1, 2008  
RIKLI, R. E.; JONES, C.J. Assessing Physical Performance in Independent Older Adults: Issues and Guidelines. **Journal of Aging and Physical Activity**. Califórnia, n.5, p. 244-261, 1997



- 
- RIKLI, R. E.; JONES, C.J.; BEAM W. C. A 30-s Chair-Stand Test as a Measure of Lower Body Strength in Community Residing Older Adults. **Research Quarterly for Exercise and Sport**, Califórnia, v.70 n. 2, p. 113-119, 1999
- RIKLI, R. E.; JONES, C.J. Development and Validation of a Functional Fitness Test for Community Residing Older Adults. **Journal of Aging and Physical Activity**, Califórnia, v. 7, p. 129-161, 1999
- SANTOS, F. H dos.; ANDRADE, V. M.; BUENO, O. F. Envelhecimento: Um Processo Multifatorial. **Psicologia em Estudo**. Maringá, v.14, n.1, p.3-10. 2009

## AVALIAÇÃO DA PERDA HÍDRICA EM CRIANÇAS DURANTE A AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

JUCILEIA ALMEIDA SANTOS CORREIA \*  
RÔMULO DE MATOS OLIVEIRA\*  
CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*  
LUÍS PAULO DE SOUZA GOMES (CREF: 1156-G/SE)\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
brancaalinca@gmail.com

Palavras-chave: Exercício físico, crianças, fisiologia.

**INTRODUÇÃO:** Alguns estudos mencionam que sessões de jogos e brincadeiras para crianças causam respostas fisiológicas positivas protegendo o sistema cardiovascular, em situações de estresse causado pela carga interna ao organismo, as respostas fisiológicas podem ser diferentes variando de indivíduo para indivíduo (RAUBER, 2010; AVELAR, 2013). Com a realização de exercícios físicos, em estado de desidratação, as crianças tendem a sofrer prejuízos fisiológicos porque sua temperatura corporal aumenta com mais rapidez, indicando uma termorregulação menos eficiente e uma maior produção de calor metabólico com uma menor taxa de sudorese (ALVES et al., 2009; COSTA et al., 2012). **OBJETIVOS:** Avaliar a perda hídrica de crianças submetidas a jogos e brincadeiras, durante a aula de Educação Física. **METODOLOGIA:** Estudo descritivo de caráter transversal realizado na Universidade Tiradentes (UNIT), com 35 escolares do sexo masculino e feminino de uma escola da rede estadual de ensino, da cidade de Aracaju- SE, com idade de  $10 \pm 13$  anos. Foram avaliada a variável antropométrica massa corporal e estatura, com também outras variáveis com frequência cardíaca, percepção de esforço, sensação de calor e sensação de sede, todas as essas foram avaliadas pré e pós-exercício. **RESULTADOS:** Constatou-se que ocorreu a perda de massa corporal nas crianças, porém um percentual dentro da normalidade comprovada em pesquisas científicas. Uma vez que uma perda de fluidos maior que 2% de massa corporal através da desidratação pode causar declínio no desempenho, comprometer funções fisiológicas, entre elas a função cardiovascular (MORENO et al., 2013; HAUSEN, CORDEIRO e GUTTIERRES, 2013; GOMES et al., 2014). **CONCLUSÃO:** O índice da porcentagem total de perda da massa corporal, não ultrapassou de 2% no total no que possibilita dizer que não ocorreu risco de desidratação nas crianças avaliadas.

### REFERÊNCIAS:

- ALVES, B.S.; SERAFIM, J.R.; ETO, K.N.; NACIF, M. Perda Hídrica em adolescentes de um time de Basquete. **Lecturas Educación Física y Deportes**. 2009;13(129):1-8.
- AVELAR, Gederson Denis de. **Estudo descritivo do IMC e nível de atividade física em escolares de 10 e 11 anos de idade de ambos os sexos em Florestal – Minas Gerais**. 2013. 58 f. TCC (Graduação) - Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade Federal de Viçosa, Minas Gerais, 2013.
- COSTA, Herikson Araújo et al. Efeito do estresse térmico sobre o estado de hidratação de jovens durante a prática de voleibol. **RBPFE-Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 6, n. 33, 2012.
- Diferentes brincadeiras**. 2010. 37 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Católica de Brasília, 2010.
- GOMES, Luís Henrique L.S.<sup>1</sup>, Miguel Araújo Carneiro-Júnior<sup>2</sup>, João Carlos B. Marins<sup>3</sup>. **Respostas termorregulatórias de crianças no exercício em ambiente de calor**. 2013.

---

HAUSEN, M. R.; CORDEIRO, R. G.; GUTTIERRES, A. P. M. **Aspectos relevantes sobre a hidratação no esporte e na atividade física.** Revista Hospital Universitário Pedro Ernesto, v. 12, n. 4, 2013.

MARTINS, Renata<sup>1</sup>, Maia S. de Assumpção<sup>2</sup>, Camila I. S. Schivinski<sup>3</sup>. **Percepção de esforço e dispneia em pediatria: Revisão das escalas de avaliação- 2014**

MORENO, I. S. et al. **Efeitos da reposição hidroeletrólítica sobre parâmetros cardiorrespiratórios em exercício e recuperação.** Motriz, v. 18, n. 1, p. 165-175, 2012.

PERRONE, Claudia Altmayer, Dr<sup>a</sup> Flávia Meyer. **Avaliação do estado de hidroeletrólítico de crianças praticantes de exercícios físicos e recomendação de hidratação.** – 2011.

RAUBER, Suliane Beatriz. **Respostas cardiovasculares e ventilatórias ao lazer ativo e sedentário de crianças saudáveis: comparação entre**

## RELAÇÃO ENTRE MOBILIDADE DE TORNOZELO E DESEMPENHO NA MARCHA EM MULHERES ACIMA DE 60 ANOS.

Diêgo Augusto Nascimento Santos  
Antônio Gomes de Resende Neto (CREF: 002225-G/SE)  
Elenilton Souza Correia (CREFITO: 195413-F)  
Marceli Matos Andrade Mesquita (CREFITO: 175599-F)  
Marzo Edir Da Silva-Grigoletto (CREF: 006427-G/RS).  
Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física Programa de Pós Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.  
Contato: [diegoaugustoufs@gmail.com](mailto:diegoaugustoufs@gmail.com)  
**PALAVRAS-CHAVE:** Envelhecimento. Atividades diárias. Idoso

**INTRODUÇÃO:** O envelhecimento é um processo natural, irreversível e inerente ao ser vivo, o qual acarreta diversas mudanças a nível estrutural e funcional. Na estrutura musculoesquelética ocorre a instalação do processo de sarcopenia com a perda da qualidade muscular, especialmente nos membros inferiores, grupamento preponderante para a independência funcional. Uma característica de decréscimo funcional é a redução de amplitude de movimento (ADM), que causa déficits em padrões de movimento realizados nas atividades diárias, como por exemplo, a marcha, que é afetada causando um maior grau de dependência e vulnerabilidade dessa população. Estudos vêm observando que o padrão de marcha está diretamente ligado com a amplitude de movimento do complexo articular do tornozelo. **OBJETIVO:** Identificar a correlação entre os testes levantar e caminhar (L.C), caminhada de seis minutos (C6) e *Ankle Test* (A.T) em idosas. **METODOLOGIA:** Participaram deste estudo 44 idosas saudáveis inscritas em um programa de treinamento neuromuscular e cardiometabólico. Para avaliar os determinantes da marcha foram realizados os testes de levantar e caminhada de seis minutos do protocolo *Senior Fitness Test* e para adm de tornozelo o *Ankle Test*. Os dados foram apresentados através de Média (M) e Desvio Padrão (DP). Para analisar a associação entre as variáveis foi utilizado à correlação de Pearson, considerando  $p \leq 0,05$  para significância estatística. **RESULTADOS:** Os valores observados em média e desvio padrão no teste de (L.C.), (C.6) e (A.T), foram respectivamente:  $4,9 \pm 0,4s$ ;  $569,03 \pm 44,4m$ ;  $10,2 \pm 2,6cm$ . No teste de (C.6) apresentaram correlação moderada direta e significativa com o (A.T) para ambos os lados, direito ( $r = 0,39$  e  $p = 0,048$ ), esquerdo ( $r = 0,48$  e  $p = 0,014$ ). Com relação ao teste (L.C) uma associação inversa fraca, porém significativa foi encontrada para o lado direito ( $r = -0,15$  e  $p = 0,047$ ), já para o lado esquerdo, inversa moderada e não significativa ( $r = -0,37$  e  $p = 0,068$ ). **CONCLUSÃO:** De acordo com os resultados encontrados neste estudo, se observa que a ADM do tornozelo está associada de forma moderada com as habilidades de marcha avaliadas neste estudo. Dessa forma o estudo corrobora com a literatura atual, que relaciona o bom desempenho na marcha com a ADM de tornozelo, ainda que de forma moderada.

### REFERÊNCIAS

- BRANDALIZE D.; de ALMEIDA P. H. F.; MACHADO J.; ENDRIGO R.; CHODUR A.; ISRAEL V. L. Efeitos de diferentes programas de exercícios físicos na marcha de idosos saudáveis: uma revisão. **Fisioter. Mov.**, v.24, n.3, p.549-556, 2011
- RIKLI, R. E.; JONES, C. J. Development and validation of a functional fitness test for community-residing older adults. **J Aging Phys Activity**. v. 7, p. 129-161, 1999

---

FECHINE, B. R. A.; TROMPIERI, N. Processo de Envelhecimento: As principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. **Revista Científica Internacional**. v. 1, n. 7, p. 106-132, 2012

OLIVER GONZALO-SKOK et al. Relationships between functional movement tests and performance in young elite male basketball Players. **The International Journal of Sports Physical Therapy**. n.10 v.5, p.628-638,2015.

BARBOSA et al. Effects of sensory motor training of lower limb in sedentary elderly as part of functional autonomy. **Rev Andal Med Deporte**. v.2, n.8, p.61-66, 2015.

## DEFICIÊNCIA VISUAL: TERAPIA ATRAVÉS DA DANÇA NA EDUCAÇÃO FÍSICA

ALINE SANTANA DE SOUZA MENESES  
CLAUDIA ANDRADE SOUZA DE ARAÚO  
MAGNA GABRIELA VIEIRA SANTOS  
MICHELY DE JESUS RAMOS CAMPOS  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
Lidavimeneses@gmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Dança. Deficiência Visual. Educação Física e Treinamento.

**INTRODUÇÃO:** O mundo do indivíduo cego não precisa ser restrito e sem possibilidades; mesmo tendo limitação sensorial, são pessoas com capacidades e limitações como as outras e podem usufruir da dança – uma ação corporal que ocorre em tempo real possível a qualquer ser humano. Não podemos esquecer que o deficiente visual é um ser humano constituído de corpo, história, emoção, razão, sentimento, pensamento e sonhos; como tal tem o direito de usufruir dos conhecimentos humanos. A dança é uma dessas formas de conhecimento. Nela, é fundamental a utilização do corpo como instrumento de comunicação e expressão no desenvolvimento do indivíduo com deficiência visual. Atividades que busquem satisfazer as necessidades pessoais e sociais no dia a dia, de forma independente e auto-suficiente, são por exemplo: expressão corporal, música, dança, teatro e atividades esportivas adaptadas. O presente trabalho de pesquisa bibliográfica buscou analisar estudos que utilizam a dança como mecanismo auxiliar de recuperação e reabilitação de pacientes com deficiência visual. **OBJETIVOS:** Teve como objetivo avaliar os efeitos da dança como forma de terapia, dialogar com teorias acerca do corpo, relacioná-las com a dança e seu papel terapêutico. Verificar a influência da dança no desempenho ocupacional de pessoas com deficiência visual. **METODOLOGIA:** O grupo composto por 4 (quatro) alunas, como proposto pela professora, tomou as seguintes medidas para atingir os objetivos acima listado. Primeiramente reuniram-se em sala de aula e decidiram o tema da pesquisa, com o tema decidido, pesquisaram as palavras-chaves no DeCS (DESCRITORES EM CIÊNCIA DA SAÚDE), após a escolha das palavras-chaves foram realizadas buscas no Google Acadêmico, onde foram selecionados 5 (cinco) artigos para análise e extração de conteúdo de pesquisa. **RESULTADOS:** Em todos os artigos pesquisados foi observado que o ensino da dança na educação física deve ensinar ao aluno com deficiência visual um mundo onde nele as relações corporais estejam bem organizadas, fazendo com que se potencializem seus conhecimentos e descobertas motoras. Através de atividades específicas e sua total interação com o meio, pessoas com deficiência visual poderão ter mais oportunidades de conquistar seu espaço como cidadãos, independente de sua deficiência. A afirmação da individualidade e o desenvolvimento de uma identidade positiva dependem fortemente disto, contribuindo significativamente para uma vida plena desses indivíduos. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que a dança para o deficiente visual, possibilita a superação de limites impostos pela cegueira, ampliando as possibilidades motoras com a execução de movimentos conscientes. Ela promove a melhoria do equilíbrio e da locomoção; da socialização, da realização pessoal e propicia uma vida ativa; além disso, a dança aumenta a compreensão da noção espaço/temporal e a noção de consciência corporal pela concretização da imagem de si mesmo, podendo ser um espaço de descobertas e consolidação de novos padrões motores que possibilitam novas aprendizagens e a aquisição da autonomia. A terapia pela dança teve impacto positivo em todos os estudos, independente da abordagem utilizada. Proporcionou benefícios à mobilidade funcional, estruturas rítmicas, qualidade de vida, controle motor, além do bem-estar. Dessa forma, sabendo das dificuldades motoras, cognitivas e sociais que a deficiência visual pode acarretar para

os sujeitos, a dança apresenta-se enquanto um recurso terapêutico de excelente potencial para este público.

**REFERÊNCIAS:**

DIELH, Rosilene Moraes. Imagem corporal: corporeidade da pessoa com deficiência visual. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE/ CONGRESSO INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 15./ 2., 2007, Recife. Anais... Recife: CBCE, 2007. Disponível em:. Acesso em: 19 agosto. 2016.

JP de Melo - Revista Brasileira de Ciências do Esporte, O ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA DEFICIENTES VISUAIS 2004, v. 25, n. 3, p. 117-13.

RABELO, R.G; RIBEIRO, G.M; SILVA, C.R.C. A influência da dança no equilíbrio corporal de deficientes visuais. *Movimentum. Revista Digital de Educação Física*, Ipatinga, Unileste-MG, v.3, n.1, fev/jul 2008.

SANTOS, A. O cego, o espaço, o corpo e o movimento: uma questão de orientação e mobilidade. Benjamin Constant, 11. ed. março, 1999, Disponível em: [http://www.cesec.org.br/pdf/orientacao\\_e\\_mobilidade.pdf](http://www.cesec.org.br/pdf/orientacao_e_mobilidade.pdf). Acesso em: 18.08.2016.

CAZÉ, C. M. J.; OLIVEIRA, A. S. Dança além da visão: possibilidades do corpo cego. *Pensar a Prática*, Goiânia, v. 11, n. 3, p. 293-302, 2008. Disponível em: <http://www.revistas.ufg.br/index.php/fef/article/view/3592/4263>. Acesso em: 17.agost.2016.

## CONSTRUÇÃO DE PLANEJAMENTO E APLICAÇÃO DO JUDÔ A CRIANÇAS DO ENSINO FUNDAMENTAL I.

ROBERTO DO VALLE MOSSA\*  
DEBORAH HELENISE LEMES DE PAULA  
MAICON SIQUEIRA BONTORIN  
VERA LUIZA MORO  
SERGIO LUIZ CARLOS DOS SANTOS  
Universidade Federal do Paraná  
\* robertomossa87@gmail.com

**PALAVRAS CHAVE:** Educação Física; Artes Marciais; Judô; Desenvolvimento Infantil.

**INTRODUÇÃO:** Sendo importante elemento da cultura corporal de movimento, as lutas possuem como virtude uma grande contribuição na formação geral das crianças, além de possibilitar novas estratégias educacionais nas escolas. No presente artigo objetivou-se a elaboração de planejamento da aplicação do Judô como expressão pedagógica, sob o uso de seus ensinamentos, em crianças da primeira série do ensino fundamental de escola da rede municipal de Curitiba.

**OBJETIVOS:** Ampliar o repertório das crianças com uma nova cultura, reconhecer o Judô como uma prática corporal somado a apropriação de novos movimentos e conceitos, contextualizando a origem do judô até sua transformação em modalidade olímpica, além de enfatizar a diferenciação de lutas e brigas, também quebrando estereótipos do lutador marginalizado através da exibição às crianças de imagens de atletas em situações cotidianas.

**METODOLOGIA:** Foi realizada pesquisa de revisão bibliográfica nas principais ferramentas, tais como as plataformas Scielo, Archives of Budo e Google Acadêmico, para melhor abrangência dos referenciais teóricos, além de pesquisas de planejamentos de aula e métodos de trabalho em anais de simpósios e congressos, anteriormente a aplicação deste desenvolvido.

**RESULTADOS:** Considerando a apropriação demonstrada pelas crianças e registradas em imagens e vídeos, considerou-se positiva a experiência e as estratégias lúdicas construídas. Abrangeu-se termos de conteúdos atitudinais, além do saber fazer, destacando-se o respeito ao próximo e o fairplay, com as crianças, de forma autônoma, brincando na posição de árbitros e também lutando, se divertindo com o conteúdo e adquirindo novas experiências culturais, como o aprendizado da contagem até dez em japonês sob uso de música específica a este fim.

**CONCLUSÃO:** As lutas possuem plenas condições e deveres de serem trabalhadas em qualquer período da educação física escolar, sendo de direito das crianças tais conhecimentos e vivência acerca das modalidades, por meio dos parâmetros curriculares. Os resultados aqui apresentados indicam que o Judô é capaz de incorporar as três dimensões aos alunos, enfatizando os sentimentos de respeito e empatia frente ao próximo, e como elemento primordial a educação de uma criança.

### REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. 2ª versão revista. Brasília: MEC, 2016. \_\_\_\_\_BRASIL.
- CAMPOS, Luiz Antônio Silva, **Metodologia do ensino das lutas na educação física escolar**. 1ª ed. Várzea Paulista, São Paulo. Fontoura, 2014.
- DOS SANTOS, Sérgio Luiz Carlos. **Esportes de combate: ensino na educação física escolar**. Volume 2, CRV, Curitiba, 2016.
- FIGUEIREDO, Zenólia C. Campos. **Formação docente em Educação Física: experiências sociais e relação com o saber**. *Movimento*, Porto Alegre, v. 10, n. 1, p. 89-111, janeiro/abril de 2004.
- Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais**. Brasília: MEC, 1997.



## A PRÁTICA DA HIDROGINÁSTICA COMO POSSIBILIDADE NÃO-FARMACOLÓGICA, ASSOCIADA AO TRATAMENTO DE IDOSAS HIPERTENSAS

TECIA TATHYENE MELO (CREF: 002143G/SE)  
JAQUELINE DOS SANTOS LADEIRA (CREF:002098-G/SE)  
AYRTON MORAES RAMOS (CREF-001889-G/SE)  
Docente da Universidade Tiradentes - UNIT  
MANUELLA DE OLIVEIRA FERNANDES (CREF -000998-G/SE)  
Núcleo de Pós-Graduação em Ciência da Saúde -UFS  
Universidade Tiradentes/UNIT – Aracaju-SE- Brasil  
teciamelo@yahoo.com.br

**PALAVRAS-CHAVES:** Atividade Física para Idoso; Exercício Aeróbico; Hipertensão.

**INTRODUÇÃO:** A hipertensão, é uma patologia que acometa a pressão arterial do indivíduo, que pode ser adquirida por vários fatores, desde o excesso de estresse emocional, excesso de peso, ingestão aumentada de álcool e comidas com sal, inclusive por fatores genéticos, ou conseqüentemente com a idade. No entanto, como observado, a hipertensão não é uma condição exclusiva dos idosos, porém, é neste público que existe um maior índice de diagnóstico da referida patologia. Atualmente, médicos em suas diversas especialidades, sugerem ao público da terceira idade a prática de atividades aeróbicas como auxiliador direto ao controle e combate a hipertensão. A prática regular de atividade física apresenta efetividade na qualidade de vida da população, principalmente da terceira idade. Porém, a escolha do exercício físico precisa ser de acordo com as reais condições do aluno. Seja o aluno idoso ou não. Referindo-se aos idosos, vale esclarecer que em muitos casos, além da hipertensão esse público de forma geral possui outras patologias conjugadas, como osteoporose, artrite, artrose, entre outros, que limitam diretamente sua mobilidade. Deste modo, a intervenção farmacológica acabava sendo a única e principal fonte de combate a hipertensão. O que se percebe é o aumento de idosos e pessoas hipertensas na modalidade hidrogenástica, que em muitos dos casos foram orientados por médicos, em distintas especialidades a buscar a prática como possibilidade associativa ao uso dos medicamentos. Principalmente aos alunos acometidos com lesões ortopédicas. **OBJETIVO:** Analisar a partir da coleta de dados de idosas hipertensas e praticantes de hidrogenástica a modalidade hidrogenástica e sua contribuição não-farmacológica no tratamento da hipertensão. **METODOLOGIA:** Análise bibliográfica. Análise da pressão arterial em repouso antes da aula de hidrogenástica e após a aula, de 12 senhoras idosas hipertensas, praticantes de hidrogenástica, através do teste T-Student. **RESULTADOS:** Através do exercício alterações termodinâmicas na tentativa de restabelecer a homeostase e assim estimulando outros mecanismos corporais, inclusive em ambientes aquáticos possibilitam a redução pressórica. Podendo ocorrer redução nos valores a partir dos 15 minutos após o exercício. **CONCLUSÕES:** Com a análise dos dados coletados, pode-se afirmar a interferência positiva da hidrogenástica como fator não-farmacológico na redução significativa dos valores pressóricos de senhoras idosas já diagnosticadas com hipertensão. Sendo os exercícios físicos aeróbicos eficazes no tratamento da redução da pressão arterial em hipertensos através do débito cardíaco, assim como a hidrogenástica, também considerada por utilizar sistema energético aeróbico. Podendo relacionar hidrogenástica como preferência dos médicos, devido aos baixos riscos de lesões articulares, apesar de ser eficaz no ganho e recuperação da mobilidade através do aumento da flexibilidade, tornando-se também um subsídio de estímulo a autoestima dos alunos, principalmente na terceira idade.

**REFERÊNCIA:**

- NUNES, Marcelo E.S. **Avaliação funcional de idosos em três programas de atividade física: caminhada, hidroginástica e Lian Gong** Rev. Port. Cien. Desp. v.9 n.2-3 Porto 2009
- FREITAS, C. **Efeitos de um programa de hidroginástica na aptidão física, na coordenação motora, na auto-estima e na satisfação com a vida, em idosos utentes de centros de dia.** Porto: Dissertação de Mestrado apresentada à faculdade de Desporto da Universidade do Porto, 2008.
- ROCHA, S.V; CARNEIRO, L.R.V; JÚNIOR, J.S.V. **Exercício Físico e Saúde em Pessoas Idosas: Qual a Relação.** Revista Saúde.Com. 2006; 2(1): 85-90.
- RONDON, Maria Urbana P.; BRUM, Patrícia Chakur. **Exercício Físico como Tratamento não-farmacológico da Hipertensão Arterial.** Revista Brasileira de Hipertensão. v.10: 134-139, 2003. Sociedade Brasileira De Cardiologia (SBC); Sociedade Brasileira De Hipertensão (SBH); Sociedade Brasileira De Nefrologia (SBN). **IV Diretrizes Brasileiras de Hipertensão.** Arq Bras Cardiol. 2010;95(1-supl.1):1-51.
- SANTOS, Natalia Soares do. COSTA, Roberto Fernandes da. KRUEL, Luiz Fernando Martins. **Efeitos De Exercício Aeróbicos Aquáticos Sobre A Pressão Arterial Em Adultos Hipertensos: Revisão Sistemática.** Pelotas/ RS. Set/2014 Revista Brasileira de Atividade Física de Saúde, p 548 – 558.

## EFEITO DE 12 SEMANAS DE TREINAMENTO FUNCIONAL E TREINAMENTO TRADICIONAL NA CAPACIDADE CARDIORRESPIRATÓRIA DE IDOSAS.

Leandro Henrique Albuquerque Brandão

Maria de Lurdes Feitosa Neta

Leury Max da Silva Chaves

Antônio Gomes de Resende Neto (CREF: 002225-G/SE)

Marzo Edir Da Silva-Grigoletto

Departamento de Educação Física, Programa de Pós Graduação em Educação Física, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: [leo.henriquee01@gmail.com](mailto:leo.henriquee01@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Envelhecimento. Atividades diárias. Qualidade de vida.

**INTRODUÇÃO:** A capacidade cardiorrespiratória é afetada diretamente com o acometimento de fatores de risco para doenças cardiovasculares. Além disso, ela pode funcionar também como indicador preditivo para essas doenças. O sedentarismo é um dos principais motivos para a diminuição dessa capacidade física, que pode ser melhorada a partir de diversos protocolos de exercício. Sob essa perspectiva, o treinamento tradicional e treinamento funcional têm sido sugeridos como formas de minimizar déficits cardiorrespiratórios e diminuir assim os riscos para esses tipos de doenças. **OBJETIVO:** Comparar os efeitos de 12 semanas de treinamento tradicional e funcional na capacidade cardiorrespiratória de idosas. **METODOLOGIA:** Quarenta e quatro idosas, após passarem por uma avaliação médica, participaram deste estudo. Inicialmente, foi realizada uma randomização em bloco para a divisão dos três grupos: treinamento funcional (TF: n=18, 65,6 ± 5,4 anos e 29,0 ± 4,9kg/cm<sup>2</sup>), treinamento tradicional (TT: n=15, 65,6 ± 5,1 anos e 28,5 ± 5,5kg/cm<sup>2</sup>) e grupo controle (GC: n=11, 62,5 ± 3,0 anos e 30,4 ± 5,9kg/cm<sup>2</sup>). Cada sessão de treinamento era fragmentada em 4 blocos com duração total de 60 minutos. Nos 5 minutos iniciais eram realizadas tarefas de mobilidade articular e ativação muscular. Os 15 minutos seguintes para TF era composto de atividades com caráter coordenativo, de agilidade, velocidade e potência muscular, diferente de TT, que realizavam uma caminhada com mudança de direção. Para ambos os grupos experimentais os 25 minutos subsequentes foram destinados à força muscular, no qual eram realizados exercícios nos padrões de puxar, agachar e empurrar. A sessão era finalizada com atividades de caráter cardiometabólico, realizadas a alta intensidade e de forma intermitente. O GC realizou apenas tarefas cognitivas, alongamentos e relaxamento. A capacidade cardiorrespiratória foi mensurada através do teste de seis minutos. Os dados foram expressos em média e desvio padrão. A comparação de médias foi realizada a partir da ANOVA 3 (grupo) x 2 (tempo) com *post hoc test* de Sidak para verificar a diferença entre os grupos. Foi calculado o *Effect Size* (ES) e foi considerado p ≤ 0,05 para significância estatística. **RESULTADOS:** Após o período de treinamento, em comparação ao pré-teste, TF apresentou uma melhora estatisticamente significativa (Pré = 528,8 ± 40,5m, Pós = 594,3 ± 41,4m, Δ% = 7,4%, ES = 1,49, P ≤ 0,05). Já o grupo TT não obteve diferença estatisticamente significativa na mesma comparação (Pré = 533,9 ± 48,7m, Pós = 563,4 ± 51,1m, Δ% = 2,1% e ES = 0,605, P > 0,05). Quando comparado a TF, TT não apresentou diferença estatisticamente significativa (P = 0,101). Em confronto com grupo controle, apenas TF teve diferença estatisticamente significativa (Pós TF: 594,3 ± 41,4m vs Pós GC: 549,4 ± 40,7m d = 1,103 p = 0,048; Pós TT: 563,4 ± 51,1m vs Pós GC: 549,4 ± 40,7m d = 0,343 p = 0,945). **CONCLUSÃO:** Tendo em vista a amostra e as condições analisadas, TF apresenta uma maior magnitude no incremento da capacidade cardiorrespiratória que TT após um período de treinamento de 12 semanas.

## REFERÊNCIAS

- SKIDMORE B. L.; JONES M. T.; BLEGEN M. AND MATTHEWS T.D. Acute effects of three different circuit weight training protocols on blood lactate, heart rate, and rating of perceived exertion in recreationally active women. **Journal of Sport Science and Medicine**, v. 11, p. 660-668, 2012.
- REID C. M.; YEATER R.A. AND ULLRICH I.H. Weight training and strength, cardiorespiratory functioning and body composition of men. **Brit.J.Sport.Med.**, v. 21, n. 1, p. 40-44, 1987.
- ROMERO-ARENAS S.; BLAZEVIČ A. J.; MARTÍNEZ-PASCUAL M.; PÉREZ-GÓMEZ J.; LUQUE A. J.; LÓPEZ-ROMÁN F. J. AND ALCARAZ P. E. Effects of high-resistance circuit training in an elderly population. **Experimental gerontology**, v. 48, p. 334-340, 2013.
- WHITEHURST, M.A.; JOHNSON, B.L.; PARKER, C.M.; BROWN, L.E.; FORD, A.M. The benefits of a functional exercise circuit for older adults. **J Strength Cond Res**. v. 19, n. 3, p. 647-651, 2005.
- DA SILVA-GRIGOLETTO, M. E.; BRITO, C. J.; HEREDIA, J. R. Treinamento funcional: funcional para que e para quem?. **RBCDH**. v.16, n. 6, p. 608-617, 2014.

## NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM INDIVÍDUOS VIVENDO COM HIV/AIDS

JOSÉ DEIVISON DE SOUZA  
JUAN CARLOS FREIRE  
JOSÉ LUIZ SILVA DE MOURA  
DANIEL SANTOS NOGUEIRA

PAULO ROBERTO CAVALCANTI CARVALHO.

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, Pernambuco- Brasil  
deyvison1996@hotmail.com

**Palavras-Chave:** exercício físico, qualidade de vida, doença, sedentarismo, questionário.

**INTRODUÇÃO:** A síndrome da imune deficiência adquirida (AIDS) surgiu como nova entidade nológica, assumindo proporções alarmantes em curto espaço de tempo (MEIRA, 1991). Todos os distúrbios imunológicos que ocorrem com a infecção pelo HIV resultarão em reações físicas. (MEIRA, 1987). Segundo GUEDES & GUEDES (1995), nos últimos anos o estudo da complexa relação entre níveis de prática de atividade física e o estado de saúde das pessoas, vem aumentando consideravelmente em virtude do reconhecimento das vantagens da prática da atividade física regular na melhoria da qualidade de vida. A saúde é um desempenho psicofísico individual na realidade da vida, e o exercício objetiva justamente uma melhoria da capacidade de desempenho psicofísico, ou seja, da saúde. (Francke apud WEINECK, 1991). **OBJETIVO:** O corrente trabalho teve como objetivo avaliar o nível de atividade física em indivíduos portadores de HIV/AIDS para avaliar a importância do exercício físico ao decorrer de suas vidas. **METODOLOGIA:** A pesquisa foi realizada em maio de 2016, foi composta por 10 indivíduos, 4 do sexo feminino e 6 do sexo masculino, de 20 à 50 anos de idade, da cidade do Recife. O questionário utilizado para determinar o nível de atividade física foi a versão oito do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), recentemente já validado em uma amostra da população brasileira (MATSUDO et al, 2001). A versão usada foi a forma curta, em abordagem de entrevista, tendo como referência a última semana, contendo perguntas em relação à frequência e duração da realização de atividades físicas moderadas, vigorosas e da caminhada. **RESULTADOS:** Observou-se que, a maioria dos entrevistados (60%) são ativos e praticam algum tipo de atividade física regularmente, os indivíduos que são regularmente ativo somaram um total de 10%, e os que não praticam algum tipo de atividade física considerados sedentários, obtiveram um total de 30%. **CONCLUSÃO:** Através do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) podemos concluir que, a atividade física sistemática é de extrema importância para indivíduos portadores de HIV/AIDS, e a maioria deles praticavam atividade física regularmente para melhoria da saúde, bem-estar físico, hipertrofia, já que o vírus causa grande perda muscular, entre outros.

### Referências:

- FECHIO, Juliane Jellmayer et al. A influência da atividade física para portadores do vírus HIV. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 3, n. 2, p. 43-57, 2012.
- GUEDES, D.P. & GUEDES, J. Atividade Física, aptidão física e saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saude**. v1, n.1, p.18-35, 1992.
- MATSUDO, Sandra et al. Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. **Revista brasileira de atividade física e saúde**, v. 6, n. 2, p. 05-18, 2001.
- MEIRA, D.A. Síndrome de Imunodeficiência Adquirida, In: **Clinica de Doenças Tropicais e Infecciosas**. Rio de Janeiro, Interlivros, p.155-163, 1991.

---

MEIRA, D.A. Síndrome de Imunodeficiência Adquirida, In: **Terapêutica de Doenças Infecciosas e Parasitárias**. Rio de Janeiro, EPuME, p. 75-79, 1987.

## INFLUÊNCIA DE DOIS DIFERENTES TIPOS DE TREINAMENTO NOS DETERMINANTES DA HABILIDADE DE MARCHA EM IDOSAS PRÉ-FRÁGEIS.

Leandro Henrique Albuquerque Brandão

Maria de Lurdes Feitosa Neta

Leury Max da Silva Chaves

Antônio Gomes de Resende Neto (CREF: 002225-G/SE)

Marzo Edir Da Silva-Grigoletto.

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física Universidade

Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: [leao.henriquee01@gmail.com](mailto:leao.henriquee01@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade física. Desempenho. Atividade diária.

**INTRODUÇÃO:** Um dos grandes problemas procedentes do envelhecimento sedentário é o aumento do risco de quedas. Isso é prejudicial tanto do ponto de vista da qualidade de vida do idoso, quanto do ponto de vista econômico. Tal problema é proveniente, em grande medida, pela baixa amplitude de movimento do complexo articular do tornozelo e redução da força muscular, que são características comuns ao idoso sedentário. Recentemente, tem-se sugerido o treinamento funcional e o treinamento tradicional como formas de minimizar os riscos de queda em pessoas mais velhas. Entretanto a literatura científica carece de estudos comparativos que avalie qual destes métodos é o mais eficaz para melhorar a marcha de indivíduos idosos. **OBJETIVO:** Analisar comparativamente os efeitos de diferentes treinamentos nos determinantes da habilidade de marcha de idosas pré-frágeis. **METODOLOGIA:** Quarenta e quatro idosas, através de uma randomização em bloco, foram divididas em três grupos: treinamento funcional (TF: n=18, 65,6 ± 5,4 anos e 29,0 ± 4,9kg/cm<sup>2</sup>, treinamento tradicional (TT: n=15, 65,6 ± 5,1 anos e 28,5 ± 5,5kg/cm<sup>2</sup>) e Grupo Controle GC: n=11, 62,5 ± 3,0 anos e 30,4 ± 5,9kg/cm<sup>2</sup>). Os dois protocolos de treinamentos foram baseados em padrões de empurrar, agachar, transportar e puxar. Cada sessão era dividida em 4 blocos, com duração de 60 minutos. No primeiro bloco, eram realizados exercícios de mobilidade articular e ativação muscular (5 minutos). Para TF, o segundo bloco era composto de atividades com caráter coordenativo, de agilidade, velocidade e potência muscular (15 minutos). Já TT realizavam uma caminhada com mudança de direção durante o mesmo tempo. O terceiro bloco englobava exercícios de força muscular para ambos os grupos (25 minutos). Durante os 10 minutos finais, os grupos experimentais realizavam atividades com caráter cardiometabólico. GC realizou apenas tarefas cognitivas e alongamento. Foram utilizados três testes da bateria *Senior Fitness Test* (Levantar e caminhar (LC), sentar e levantar (SL) e caminhada de 6 minutos (CA)) e o *Ankle test* para avaliar a habilidade de marcha. Os dados foram apresentados em média e desvio padrão, analisados a partir de uma ANOVA 2x3 com post hoc test de Sidak para verificar as diferenças entre os grupos. **RESULTADOS:** Após 12 semanas de treinamento tanto o TF quanto o TT apresentaram diferenças estatisticamente significantes em todos os testes em relação ao grupo controle. Quando comparado com o pré-teste, TF apresentou melhoras significativas em todos os testes, diferente de TT que não obteve resultado significativo no teste de SL (p=0,131). A comparação feita entre TF e TT apresentou diferença significativa somente no teste de LC (Pós TF: 4,3±0,3seg vs TT: 4,9±0,5seg, p=0,001). Os testes de CA, SL e *Ankle test* não apresentaram diferenças significativas nessa comparação com p=0,101, p=0,123 e p=0,784 respectivamente. **CONCLUSÃO:** Diante dos resultados supracitados e das condições e amostra estudadas, TF parece ser mais influente e, conseqüentemente, mais eficaz na melhora de determinantes associados à habilidade de marcha de idosas com perfil de fragilidade.

---

## REFERÊNCIAS

- DA SILVA-GRIGOLETTO, M. E.; BRITO, C. J.; HEREDIA, J. R. Treinamento funcional: funcional para que e para quem?. **RBCDH**. v.16, n.6, p.608-617, 2014.
- FECHINE, B. R. A.; TROMPIERI, N. Processo de Envelhecimento: As principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. **Revista Científica Internacional**. v.1, n.7, p.106-132, 2012.
- WHITEHURST, M.A.; JOHNSON, B.L.; PARKER, C.M.; BROWN, L.E.; FORD, A.M. The benefits of a functional exercise circuit for older adults. **J Strength Cond. Res**. v.19, n.3, p.647-651, 2005.
- ROMERO-ARENAS S.; BLAZEVIČH A. J.; MARTÍNEZ-PASCUAL M.; PÉREZ-GÓMEZ J.; LUQUE A. J.; LÓPEZ-ROMÁN F. J. AND ALCARAZ P. E. Effects of high-resistance circuit training in an elderly population. **Experimental gerontology**, v.48, p.334-340, 2013.
- BRANDALIZE D.; de ALMEIDA P. H. F.; MACHADO J.; ENDRIGO R.; CHODUR A.; ISRAEL V. L. Efeitos de diferentes programas de exercícios físicos na marcha de idosos saudáveis: uma revisão. **Fisioter. Mov.**, v.24, n.3, p.549-556, 2011.



## HIDROGINÁSTICA: UMA POSSIBILIDADE INTEGRADORA PARA IDOSOS

TECIA TATHYENE MELO (CREF: 2143G/SE)  
JAQUELINE DOS SANTOS LADEIRA (CREF:002098-G/SE)  
Universidade Tiradentes/UNIT – Aracaju-SE- Brasil  
teciamelo@yahoo.com.br

**PALAVRAS-CHAVES:** Atividade Física para Idoso; Exercício Aeróbico; Qualidade de vida.

**INTRODUÇÃO:** Percebe-se maior procura de idosos por atividades e exercícios físicos. Principalmente sua permanência mais efetiva em praças, academias, clubes ou ambientes que permitam a prática da atividade e convívio social. Sendo as atividades aeróbicas as mais praticadas, seja por questões estéticas, de saúde ou em busca de melhor qualidade de vida e bem-estar. Vale ressaltar a efetividade do exercício físico como fator auxiliador para melhor longevidade e qualidade no envelhecimento. Além da caminhada matinal, muitos médicos recomendam a modalidade hidroginástica como exercício físico aeróbico. Sendo a modalidade reconhecida na área como fator integrador de idoso a grupos, como também uma possibilidade de exercícios moderado/intenso que possibilitaram ótimos resultados aos sistemas cardiovascular e respiratório, sem riscos de lesões ou prejuízos as articulações, ossos e músculos. **OBJETIVO:** Analisar a modalidade hidroginástica em grupo no comportamento social de idosos e as possíveis interferências no condicionamento físico dos praticantes. **METODOLOGIA:** Análise bibliográfica, acompanhamento de alunos idosos e os relatos de familiares. **RESULTADOS:** A hidroginástica é caracterizada por uma modalidade aquática, normalmente realizada em grupo, acompanhada por músicas e acessórios (espaguete, bastões, halteres, bolas, etc) tornando-a dinâmica. Deixando o praticante idosos sempre em movimento, assim como, em contato com os demais alunos. Possibilitando através da regularidade de aulas, diálogos entre a turma, assim como ganhos significativos na flexibilidade, equilíbrio e força. Consequentemente aumentando o convívio entre os alunos e o professor, a autoconfiança, expectativas na realização dos exercícios e autoestima do aluno e turma. A hidroginástica, apesar de ser recomendada principalmente para idosos, não é uma modalidade exclusiva deste grupo. Tornando possível o contato dos idosos com outros grupos de pessoas, como gestantes e pessoas com menor idade. Que optam pela modalidade como lazer, recomendação médica ou psicológica. **CONCLUSÕES:** Concluímos que, a hidroginástica é uma modalidade aquática, que pode servir como fator benéfico ao tratamento psicológico terapêutico como também uma opção viável para tratamento ortopédico, principalmente em praticantes idosos. Tornando-se assim a junção do “*útil ao agradável*”. Evidenciando que pode ser praticada por todos, desde uma recomendação médica, psicológica ou apenas como uma possibilidade de lazer.

### REFERÊNCIA:

NUNES, Marcelo E.S. **Avaliação funcional de idosos em três programas de atividade física: caminhada, hidroginástica e Lian Gong** Rev. Port. Cien. Desp. v.9 n.2-3 Porto 2009  
FREITAS, C. **Efeitos de um programa de hidroginástica na aptidão física, na coordenação motora, na auto-estima e na satisfação com a vida, em idosos utentes de centros de dia.** Porto: Dissertação de Mestrado apresentada à faculdade de Desporto da Universidade do Porto, 2008.  
ROCHA, S.V; CARNEIRO, L.R.V; JÚNIOR, J.S.V. **Exercício Físico e Saúde em Pessoas Idosas: Qual a Relação.** Revista Saúde.Com. 2006; 2(1): 85-90.  
Sociedade Brasileira De Cardiologia (SBC); Sociedade Brasileira De Hipertensão (SBH); Sociedade Brasileira De Nefrologia (SBN). **IV Diretrizes Brasileiras de Hipertensão.** Arq Bras Cardiol. 2010;95(1-supl.1):1-51.

---

SANTOS, Natalia Soares do. COSTA, Roberto Fernandes da. KRUEL, Luiz Fernando Martins. **Efeitos De Exercício Aeróbicos Aquáticos Sobre A Pressão Arterial Em Adultos Hipertensos: Revisão Sistemática.** Pelotas/ RS. Set/2014 Revista Brasileira de Atividade Física de Saúde, p 548 – 558.

## ATIVIDADE FÍSICA COMO FATOR PRINCIPAL NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES NA FAMÍLIA E NA ESCOLA

\*EVERTON ROSA DOS SANTOS\*

\*ANA LETÍCIA REGINATTO QUEIROZ DE MORAIS\*

\*THIAGO DE JESUS DOS SANTOS\*

\*FLÁVIO VIEIRA DOS SANTOS\*

\*NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*

Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

Email: everton.rosa\_santos@hotmail.com

Palavras-chave: Atividade Motora. Obesidade. Saúde Escolar.

**INTRODUÇÃO:** A atividade física vem se constituindo como uns dos fatores principais na prevenção e cuidados da obesidade em crianças e adolescentes na família e na escola.

**OBJETIVOS:** Os objetivos destes estudos é diagnosticar, verificar e descrever hábitos de atividades físicas presentes no cotidiano de grupos específicos de escolares e analisar comportamentos alimentares e cuidados com a saúde no ambiente familiar.

**METODOLOGIA:** Atualmente, a atividade física vem se constituindo como um dos fatores na prevenção e cuidados da obesidade com crianças e adolescentes no meio familiar ou escolar. Contudo, há estudos que comprovam que a maioria dos fatores de obesidade infantil pode ser fator genético, falta de alimentação adequada e falta de pratica de atividade física. Portanto, possuem crianças e adolescente que apresentam seu IMC inadequado com relação as suas respectivas idades. Porém, os testes de aptidão física (capacidade de realizar as atividades cotidianas com tranqüilidade e menor esforço) comprovam que devido ao sob peso delas dificulte um melhor desempenho em alguma atividade física realizada.

**RESULTADOS:** Diante dos conteúdos abordados podemos ressaltar que as pesquisas feitas com escolares crianças e adolescentes mostraram que em função de não praticarem atividades físicas os mesmos encontram-se com o nível de tecido adiposo alto. Foram encontrados valores de interações entre os variáveis alimentos não saudáveis e tempo assistindo a televisão, alimentos não saudáveis e disponibilidade per capita de óleo, assim influenciando na adiposidade infantil. Outros dados mostram estudos realizados no Brasil e no exterior, no caso do estudo realizado em Fortaleza-Ce com 79 alunos de uma escola pública mostra que com IMC, 60 estavam ativos sendo dividido em 85% com peso normal e 15% sobrepeso/obeso, e 19 estavam sedentários com 78,9% peso normal e 21,1% sobrepeso/obeso, observando que tiveram uma prevalência maior de sobrepeso e obesidade.

**CONCLUSÃO:** Conclui-se que a prática de atividade física em indivíduo com excesso de peso são geralmente menor do que a de não-obesos. As crianças e adolescentes tendem a ficar obesos quando do sedentarismo e a própria obesidade poderá fazê-los ainda mais sedentários. Diante disso, a escola enquanto espaço de promoção da saúde exerce um papel fundamental na mudança do hábito sedentário, uma vez que pode incentivar e fortalecer a capacidade das crianças e dos adolescentes, bem como das famílias para lidar com a multiplicidade do condicionante da prática de atividade física.

### REFERÊNCIAS:

MARQUES, Antonio Teixeira; GAYA, Adroaldo. Atividade Física, Aptidão Física e Educação para a Saúde: Estudos na área Pedagógica em Portugal e no Brasil. Rev. Paul. Educ. Fís. São Paulo, 13(1): 83-102, jan./jun., 1999.

FARIAS, Edson S; PAULA, Flaviano; CARVALHO, Wellington R.G; GONÇALVES, Ezequiel M; BALDIN, Alexandre D; GUERRA-JÚNIOR, Gil. Efeito da Atividade Física programada sobre a

---

composição corporal em escolares adolescentes. *Jornal de Pediatria*. Rio de Janeiro, 85(1): 28-34, 2009.

MONDINI, Lenise; LEVY, Renata Bertazzi; SALDIVA, Silvia Regina Dias Médiçij; VENÂNCIO, Sonia Isoyama; AGUIAR, Jeanice de Azevedo; STEFANINI, Maria Lúcia Rosa. Prevalência de sobrepeso e fatores associados em crianças ingressantes no ensino fundamental em um município da região metropolitana de São Paulo, Brasil. *Cad. Saúde Pública*. Rio de Janeiro, 28 (8): 1825-1834, ago., 2007.

FARIAS, Edson dos Santos; CARVALHO, Wellington Roberto Gonçalves de; GONÇALVES, Ezequiel Moreira; GUERRA-JÚNIOR, Gil. Efeito da atividade física programada sobre a aptidão física em escolares adolescentes. *Rev. Bras. Cineantropom. Desempenho Hum.* 12 (2):98-105, 2010.

GUEDES, Nirla Gomes; MOREIRA, Rafaela Pessoa; CAVALCANTE, Tahissa Frota; ARAUJO, Thelma Leite de; XIMENES, Lorena Barbosa. Atividade física de escolares: análise segundo o modelo teórico de promoção da saúde de Pender. *Rev. Esc. Enferm USP*. São Paulo, 43(4): 774-800, 2009.

## **IMPORTÂNCIA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO PROGRAMA SAÚDE DA FAMÍLIA.**

### **Autores**

ANDRÉ DOS SANTOS (CREF: 2594-G/SE)\*

FÁBIO DOS SANTOS\*

ROBSON FERREIRA DE ANDRADE NETO\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

andrecorel@hotmail.com

Palavras-chave: atividade física; paraolímpico; esporte adaptado

**INTRODUÇÃO:** O Sistema Único de Saúde (SUS) e suas bases doutrinárias foram geradas na 8ª Conferência Nacional de Saúde, que aconteceu em 1986, durante o processo de redemocratização do país e nas vésperas da realização da Constituinte de 1988. Portanto, as resoluções de 1986 embasaram na Constituição, as formulações do SUS, que foi regulamentado pela Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990. O Sistema Único de Saúde e diversos programas de atenção básica à saúde da população, tais como Estratégia Saúde da Família, Núcleo de Apoio à Saúde da Família, todos compostos de equipes multifuncionais e interdisciplinares, buscando cumprir os objetivos traçados pelo SUS no que se refere ao serviço de orientação, controle, prevenção e principalmente ações que incentivem aos usuários à prática da atividade física e corporal. **OBJETIVO:** entender se o profissional de educação física em todo seu processo de formação está apto para integrar no programa saúde da família. **DESENVOLVIMENTO:** O Profissional de educação física, incluído nesse grupo multiprofissional tem como atividade orientar as atividades físicas e corporais buscando minimizar os índices de DCNT, com caminhadas, atividades lúdicas, exercícios de alongamento e fortalecimento muscular e cartilhas de aconselhamento sobre a importância da prática das atividades físicas. E de fundamental importância a participação do profissional de educação física nas ações de atenção básica à saúde, por ser o único profissional capaz para executar atividades físicas, além de manter um relacionamento direto com os agentes comunitários e enfermeiros dos programas. **CONCLUSÃO:** Apesar de ser considerado importante nas ações dentro dos programas de atendimento à saúde da família o número de profissional de educação física ainda é pequeno, normalmente se dá através de contratos temporários, o que ocasiona a descontinuidade das ações. Contudo, observamos a falta de informação do profissional de educação física, principalmente para interagir com o grupo multiprofissional. Constatou-se que o curso de Licenciatura não contempla conhecimentos para esse tipo de atuação, e que o curso de Bacharelado apesar de apresentar um maior número de disciplinas voltadas para a saúde, ainda é insuficiente para uma melhor formação. Conclui-se então necessário uma melhor adequação na formação do profissional de educação física, para que obtenha condições ideais para atuar satisfatoriamente na atenção básica à saúde.

### **REFERÊNCIAS:**

SOUZA, Silvana Cardoso de; LOCH, Mathias Roberto. **Intervenção do profissional de educação física nos Núcleos de Apoio à Saúde da Família em municípios do norte do Paraná.** Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, v. 16, n. 1, p. 5-10, 2012.

RODRIGUES, José Damião et al. **Inserção e atuação do profissional de educação física na atenção básica à saúde: revisão sistemática.** Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, v. 18, n. 1, p. 05-15, 2013.

COQUEIRO, Raildo Silva; NERY, Adriana Alves; CRUZ, Zoraide Vieira. **Inserção do professor de Educação Física no Programa de Saúde da Família: discussões preliminares.** Lecturas: Educación física y deportes, n. 103, p. 38, 2006.

---

GOMES, Marcius de Almeida; DUARTE, Maria de Fátima da Silva. **Efetividade de uma intervenção de atividade física em adultos atendidos pela estratégia saúde da família: Programa Ação e Saúde Floripa-BRASIL.** Revista brasileira de atividade física & saúde, v. 13, n. 1, p. 44-56, 2012.

SANTOS, Sueyla; BENEDETTI, Tânia R. Bertoldo. **Cenário de implantação do Núcleo de Apoio à Saúde da Família e a inserção do profissional de Educação Física.** Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, v. 17, n. 3, p. 188-194, 2013.

MALTA, Deborah Carvalho et al. **A Política Nacional de Promoção da Saúde e a agenda da atividade física no contexto do SUS.** Epidemiologia e Serviços de Saúde, v. 18, n. 1, p. 79-86, 2009.

## MELHORIA DA FUNÇÃO CARDIOVASCULAR APÓS TREINAMENTO CIRCUITADO DE 12 SEMANAS EM IDOSAS

LUCAS LEAL VARJÃO

ANTÔNIO GOMES DE RESENDE NETO (CREF: 002225-G/SE)

LEANDRO HENRIQUE ALBUQUERQUE BRANDÃO

MARIA DE LOURDES FEITOSA NETA (CREF: 002758-G/SE)

MARZO EDIR DA SILVA-GRIGOLETTO (CREF.006427-G7RS)

Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brasil.

Contato: [lucasvarjao13.2@bahiana.edu.br](mailto:lucasvarjao13.2@bahiana.edu.br)

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física e Treinamento; Idoso Fragilizado; Exercícios em Circuitos; Caminhada.

**INTRODUÇÃO:** Um dos grandes influenciadores dos níveis pressóricos é o excesso de peso. O significativo aumento em ambos os sexos desse excesso de peso registrado pela Pesquisa de Orçamento Familiar, afirma que em menos de 10 anos mais de 2/3 da população adulta estará acima do peso ideal. Nota-se uma preocupação crescente em descobrir instrumentos que controlem a hipertensão arterial. Para todos os hipertensos, os potenciais benefícios de uma dieta saudável, controle de peso e prática regular de exercícios não podem ser subestimadas. Esse tratamento baseado na mudança de estilo de vida tem o potencial de melhorar o controle da pressão arterial e até mesmo reduzir o tratamento medicamentoso. Dentre a terapia não medicamentosa de redução da pressão arterial, destaca-se a redução do índice de massa corpórea com melhora no índice de gordura, diminuição, por conseguinte, da circunferência abdominal e aumento de massa magra; controle da dieta e prática de exercício físico. A aplicação do treinamento circuitado mais a adição de cargas com uma máxima relação trabalho/descanso tem mostrado na literatura ser uma estratégia interessante a fim de se obter ganhos cardiovasculares, aumento da capacidade funcional em idosos e conseqüentemente melhoria na qualidade de vida. **OBJETIVO:** Investigar o efeito de 12 semanas do treinamento circuitado nos parâmetros preditivos de função cardiovascular e de qualidade de vida em idosos. **METODOLOGIA:** O presente estudo é caracterizado como um ensaio clínico randomizado. A amostra foi composta por 44 idosos que foram distribuídas em três grupos diferentes: Treinamento funcional (TF: n=18), Treinamento tradicional (TT: n=15) e Grupo Controle (GC: n=11). Registraram-se as associações entre os dados antropométricos e as repercussões cardiovasculares e de qualidade de vida das idosos - Índice de Massa Corpórea (IMC), Relação Cintura-Quadril (RCQ), Qualidade do Movimento (FMS), Teste de Caminhada de 6 minutos (TC6) e Qualidade de Vida (QV). Os dados descritivos foram analisados com média e desvio padrão e para análise estatística adotou-se um p de significância < 0,05 com o método da Correlação de Pearson para verificar o grau de dependência entre as variáveis. **RESULTADOS:** Ao final das 12 semanas de treinamento circuitado foram observados achados positivos do estudo: *IMC* (29,20±5,31), *RCQ* (0,87±0,08), *FMS* (10,84±1,99), *TC6* (572,50±47,72), *QV* (100,75±12,2). As relações: (*IMC* e *RCQ*: p=0,03; *IMC* e *FMS*: p=0,00; *IMC* e *TC6*: p=0,02; *IMC* e *QV*: p=0,40; *RCQ* e *FMS*: p=0,02; *RCQ* e *TC6*: p=0,35; *RCQ* e *QV*: p=0,21). **CONCLUSÃO:** A partir dos dados obtidos houve uma correlação inversamente proporcional positiva entre os dados antropométricos e as outras variáveis que são fatores preditivos de funcionalidade e de capacidade cardiovascular em idosos.

### REFERÊNCIAS

Bloch, Katia Vergetti, et al. "ERICA: prevalências de hipertensão arterial e obesidade em adolescentes brasileiros." *Revista de Saúde Pública* 50.suppl. 1 (2016): 9.

---

James, Paul A., et al. "2014 evidence-based guideline for the management of high blood pressure in adults: report from the panel members appointed to the Eighth Joint National Committee (JNC 8)." *Jama* 311.5 (2014): 507-520.

Jornal, S. B. C., et al. "VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão." (2010).

Romero-Arenas, Salvador, Miryam Martínez-Pascual, and Pedro E. Alcaraz. "Impact of resistance circuit training on neuromuscular, cardiorespiratory and body composition adaptations in the elderly." *Aging and disease* 4.5 (2013): 256.

Rikli, Roberta E., and C. Jessie Jones. "The reliability and validity of a 6-minute walk test as a measure of physical endurance in older adults." *Journal of aging and physical activity* 6 (1998): 363-375.



## INCIDÊNCIA DE LESÕES NO BASQUETEBOL EM RELAÇÃO AOS SEGMENTOS CORPORAIS E POSIÇÃO DO ATLETA

GINO VICTOR DA SILVA PINTO (ginovictor21@hotmail.com)  
MADSON RODRIGO SILVA BEZERRA (CREF: 2396-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
**PALVRAS-CHAVE:** Basquetebol, esporte, atividade motora, lesão

**INTRODUÇÃO:** A criação do basquetebol, trouxe um esporte onde o contato fosse o mínimo possível e mesmo com tal redução, ainda assim o risco de lesão é muito alto através de evidências em artigos científicos em que se relatam as mais variadas lesões articulares e musculares. A situar-se como um dos que mais lesionam seus praticantes em todo o mundo, posicionando atrás, apenas do futebol americano e do rugby (BOTA, 2001). **OBJETIVO:** O objetivo deste estudo, foi identificar a incidência de lesões no basquetebol e procurar uma relação com as posições dos jogadores., podendo assim acabar sendo demito algumas vezes pelo fato de ser lesionado, como atualmente o basquetebol é um dos esportes mais praticados na atualidade, temos que levar para os clubes e atletas as informações na qual não devemos focar apenas na parte tática e técnica, temos que trabalhar o fator psicológico, condicionamento físico e fortalecimento muscular que o atleta terá uma vida mais duradoura no esporte. **METODOLOGIA:** a metodologia a ser utilizada foi a pesquisa através de artigos científicos sobre o determinado tema, com a leitura de alguns estudos. **RESULTADOS:** constata-se que estas características do basquetebol atual contribuem, em muito, para o aumento no risco de lesões Moreira (2002) verificou que as maiores queixas foram nos membros inferiores, com 48,0% e membros superiores, com 13,7%. Estudos como os de Wexler (2012) atestam que as lesões modificam com a posição do jogador. Dario et al (2010) comprovaram que os tipos de lesões mais frequentes nos jogadores de basquetebol são entorses de tornozelo, seguidas das lesões de joelho, que ocasionam grandes períodos de inatividades físicas nos atletas, também comprovado pelo estudo de Losana (2003) evidenciando o tornozelo como o local de maior acometimento de lesões em atletas de basquetebol, apresentando percentuais de 37,15% do total de lesões.. **CONCLUSÃO:** Com base nos dados obtidos, conclui-se que as lesões podem variar de acordo com a posição do atleta, percebemos que os pivôs são os que sofrem mais com as lesões de luxações nos tornozelos dos atletas muito comum, devemos prestar atenção em todas as etapas do treinamento para melhorar a qualidade e o custo benefícios do jogador em quadra tendo uma elevação do seu desempenho. Dessa forma, prevenir e procurar fazer com que o atleta tenha um melhor rendimento sendo melhor aproveitado pelo seu clube tendo em vista que um atleta lesionado não conseguira levar bons resultados para o clube.

### REFERENCIAS:

- BOTA, I.; COLIBABA-EVULET, D. **Jogos desportivos colectivos: teoria e metodologia.** Lisboa: Instituto Piaget, 2001.
- DAOLIO, J. **Jogos esportivos coletivos: dos princípios operacionais aos gestos técnicos-modelo pendular a partir das idéias de Claude Bayer.** Revista Brasileira Ciência e Movimento, Brasília, v.10, n.4, p.99-104, 2002.
- DARIO, Bruno Estevan Siqueira; BARQUILHA, Gustavo & MARQUES, Reinaldo Monteiro. **LESÕES ESPORTIVAS: UM ESTUDO COM ATLETAS DO BASQUETEBOL BAURUENSE.** Rev. Bras. Cienc. Esporte, Campinas, v. 31, n. 3, p. 205-215, maio 2010
- KELM, J. et al. **School sports accidents: analysis of causes, modes and frequencies.** Journal Of Pediatrics Orthopaedics, v.21, p. 165-168, 2001.

- 
- LOZANA, C.B., PEREIRA, J.S. **Frequência de lesões osteomioarticulares e tempo de afastamento das atividades esportivas em atletas de basquetebol de alto rendimento.** Fitness & Performance Journal, v.2, n.1, p. 17-22, 2003.
- MOREIRA, Paulo; GENTIL, Daniel & OLIVEIRA, César de. **Prevalência de lesões na temporada 2002 da Seleção Brasileira Masculina de Basquete.** Rev Bras Med Esporte \_ Vol. 9, Nº 5 – Set/Out, 2003
- WEXLER, R. K. **The injured ankle.** American Family Physician. Disponível em: [http://www. fi ndarticles.com](http://www.familydoctor.com). Acesso em: 17 mar. 2002.

## COMPARAÇÃO DE MÉTODOS DE TREINAMENTO RESISTIDO SOBRE O EFEITO HIPOTENSÃO

KELVYN MARLON RODRIGUES LESSA  
LUIS FERNANDES OLIVEIRA JUNIOR  
THIAGO LEITE MORAES  
AYRTON MORAES RAMOS. CREF/SE: 1889  
Docente da Universidade Tiradentes – UNIT  
Aracaju/Sergipe/Brasil  
[Kelvyn.ed@gmail.com](mailto:Kelvyn.ed@gmail.com)

Palavras-chave: Treinamento de Força, Pressão Arterial, Exercício Físico

**Introdução:** A prescrição do treinamento resistido inclui o controle de diversas variáveis que, supostamente, podem interferir na resposta pressórica pós-esforço. Alguns exemplos são a intensidade, o volume de trabalho, o intervalo de recuperação entre séries, o método de treino adotado e a escolha dos exercícios. **Objetivo:** O objetivo do presente trabalho é analisar as respostas de pressão arterial sistólica e diastólica após sessão de treinamento de força em diferentes métodos. **Metodologia:** Foi realizada uma pesquisa bibliográfica nas bases de dados SciELO, LILACS e PubMed/MedLine, **Resultados:** Jannig et al. (2009). investigou a resposta subaguda da PA, de oito indivíduos idosos hipertensos de ambos os sexos. A amostra foi submetida a três sessões de ER realizadas em diferentes ordens de execução dos exercícios. No primeiro dia, foram realizados primeiramente os exercícios de membros inferiores e depois os de membros superiores. No segundo dia, a sequência foi realizada em ordem inversa, e no terceiro, os exercícios foram realizados em ordem alternada por segmento. Somente o programa alternado por segmento induziu redução significativa da PAS e da PAD em relação aos valores de repouso, estes resultados contrastam outro estudo, que ao avaliar indivíduos jovens normotensos, observou efeito hipotensivo mais prolongado utilizando-se a ordem localizada por segmento corporal (ROMERO; CAPERUTO; COSTA ROSA, 2005). **Conclusão:** Após revisão podemos induzir que o fenômeno pode ocorrer em diferentes populações dependendo da adaptação e efeitos bioquímicos no qual os segmentos estimulados, a intensidade dos exercícios, irão influenciar no efeito hipotensivo, pois desde já a revisão influenciara para futuros trabalhos sobre a temática para melhor elucidar os mecanismos que o induz.

### Referências:

- Dutra, M. T.; Lima, R. M.; Mota, M. R.; Oliveira, P. F. A.; Veloso, J. H. C. L.; HIPOTENSÃO PÓS-EXERCÍCIO RESISTIDO: UMA REVISÃO DA LITERATURA, Rev. Educ. Fis/UEM, v. 24, n. 1, p. 145-157, 1. trim. 2013.
- Rodrigues-da-Silva, A.J.; Lima, A. A.; Rodrigues, S. C.; Júnior, C. C.; Ritti-Dias, R. M.; Efeito da fadiga induzida pelo treino de força na resposta da pressão arterial em sujeitos hipertensos: Uma revisão sistemática; Motricidade, 2013, vol. 9, n. 1, pp. 23-30.
- MORAES, M. R. et al. C. Increase in kinins on post-exercise hypotension in normotensive and hypertensive volunteers. Biological Chemistry, Berlin, v. 388, no. 5, p. 533-540, 2007.
- JANNIG, P. R. et al. Influência da ordem de execução de exercícios resistidos na hipotensão pós-exercício em idosos hipertensos. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, São Paulo, v. 15, n. 5, 2009.
- ROMERO, F. G.; CAPERUTO, E. C.; COSTA ROSA, L. F. B. P. Efeitos de diferentes métodos de exercícios resistidos sobre o comportamento hemodinâmico. Revista Brasileira de Ciência & Movimento, São Paulo, v. 13, n. 2, p. 7-15, 2005.

---

LIZARDO, J.; SIMÕES, H. Efeitos de diferentes sessões de exercícios resistidos sobre a hipotensão pós-exercício. Revista Brasileira de Fisioterapia, São Carlos, v. 9, n. 3, p. 249-255, 2005.

## PERFIL DE APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE EM UM GRUPO DE PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA DO BAIRRO SIQUEIRA CAMPOS ARACAJU-SE

JOSIMAR CAMACHO RODRIGUES CREF 1106-G/SE

Universidade Tiradentes - Unit, Aracaju-Se

RAFAELA GOMES DOS SANTOS CREF 009089-G/BA

Centro Universitário – Uniages, Paripiranga-Ba

DENIZE EDUARDA DA SILVA OLIVEIRA CREF 002126-G/SE

Universidade Federal De Sergipe – Ufs, Aracaju-Se

DAVI SOARES SANTOS RIBEIRO CREF 001280-G/SE

Centro Universitário – Uniages, Paripiranga-Ba

ESTÉLIO HENRIQUE MARTIN DANTAS CREF 000001-G/RJ

Universidade Tiradentes – Unit, Aracaju-Se

Email: [profjcamacho@gmail.com](mailto:profjcamacho@gmail.com)

**PALAVRAS CHAVES:** atividade física, sobrepeso, obesidade, aptidão física, saúde.

**INTRODUÇÃO:** O exercício físico, o condicionamento físico e a saúde relacionam-se entre si de forma objetiva e direta. Assim, pessoas fisicamente ativas apresentam melhores níveis de saúde do que outras pouco ativas ou sedentárias (WHO, 2011; MALINA, 2001). O condicionamento físico está relacionado com a capacidade do indivíduo de realizar atividades do cotidiano com eficácia e menor risco de desenvolver condições crônico-degenerativas (ZOELLER, 2007; ACSM, 1998; BLAIR et al., 1996). Observa-se que o estilo de vida pós-moderno cada vez mais induz as pessoas à inatividade física e a adoção de um estilo de vida pouco saudável. **OBJETIVO:** Avaliar o condicionamento físico em um grupo de homens e mulheres com mais de 20 anos de idade praticantes de atividade física do bairro Siqueira Campos, Aracaju-Se. **METODOLOGIA:** Estudo de delineamento transversal, com amostra 64 indivíduo, sendo 22 homens e 44 mulheres. A coleta dos dados foi realizada por meio de teste antropométricos (índice de massa corporal, circunferência de cintura e quadril); de desempenho físico (flexiteste e stepteste) e fisiológico (pressão arterial sistêmica e glicemia). Para análise dos dados coletados utilizou-se procedimentos da estatística descritiva (média, desvio padrão e distribuição percentual). **RESULTADOS:** Entre os indivíduos avaliados, foi identificado que no IMC masculino, 5% estavam com baixo peso; 25% peso normal; 30% acima do peso; 15% obesidade grau 1; 15% obesidade grau 2; 10% não realizou. Quanto ao IMC feminino, 5% estavam com baixo peso; 45% peso normal; 32% acima do peso; 14% obesidade grau 1; 5% obesidade grau 2. Na avaliação do RCQ masculino, 10% estão com alto risco de obter doenças cardiovasculares, 65% risco moderado; 20% risco baixo; já as mulheres 23% estão com alto risco, 41% risco moderado; 36% risco baixo. Com relação à avaliação da flexibilidade, foi identificado que no sexo masculino 35% possui fraca flexibilidade; 0% regular; 5% médio; 10% bom; 45% excelente, 5% não realizou. No sexo feminino verificou-se que 20% possui fraca flexibilidade, 9% regular, 7% médio; 16% bom; 45% excelente; 2% não realizou o teste. Na avaliação cardiorrespiratória do sexo masculino, verificou-se que 70% está excelente; 15% muito boa; 10% boa; 5 satisfatória; 0% deficiente. Já as mulheres, 70% excelente; 16% muito boa; 5% boa; 5% satisfatória; 0% deficiente. No que concerne as variáveis fisiológicas, quanto à pressão arterial sistêmica para o sexo masculino, 55% está normal; 30% com pré-hipertensão, 5% possui pressão alta. A pressão arterial feminina, 80% está normal; 16% pré-hipertensas; 5% com pressão arterial alta. A glicemia do sexo masculino, 65% está na faixa saudável, 20% pré-diabetes; 10% com diabetes. Por fim, a glicemia feminina, 64% saudável; 23% pré-diabetes; 9% possui diabetes. **CONCLUSÃO:** Os dados demonstraram que um elevado percentual da amostra masculina está acima do peso, com risco moderado para desenvolvimento de doenças cardiovasculares, fraca

flexibilidade, pré-hipertensão. Na amostra feminina, elevado percentual está acima do peso, risco moderado para desenvolvimento de doenças cardiovasculares.

## REFERÊNCIAS

- AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM). American College of Sports Medicine position stand: the recommended quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory and muscular fitness, and flexibility in healthy adults. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, Madison, v.30, n.6, p.975-91, 1998.
- BLAIR, S.N.; NORTON, E.; LEON, A.S. Physical activity, nutrition and chronic disease. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, Madison, v.28, n.3, p.335-49, 1996.
- MALINA, R.M. Physical activity and fitness: pathways from childhood to adulthood. **American Journal of Human Biology**, Cambridge, v.13, n.2, p.162-72, 2001.
- WHO. **Noncommunicable diseases country profiles 2011**. WHO Global Report. 2011.
- ZOELLER, R.F. Physical activity and fitness in prevention of coronary heart disease and associated risk factors. **American Journal of Lifestyle Medicine**, Boston, v.29, n.1, p.29-33, 2007.

## A IMPORTÂNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO DA DEPRESSÃO NO IDOSO

FERNANDA DOS SANTOS CARVALHO  
DOUGLAS ANDREY SANTOS DE JESUS  
ÍTALO CAMPOS SILVEIRA  
PHILIPPE ALBERTO CARREGOSA ARAGÃO  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
[nandacarvalho1992@hotmail.com](mailto:nandacarvalho1992@hotmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Exercício. Depressão. Idoso.

**INTRODUÇÃO:** A depressão está entre um dos fatores que afetam a população e merece uma atenção especial, pois ocorre com maior frequência na população idosa e pode levá-los a consequências negativas na qualidade de vida. Essa é uma doença crônica e recorrente, causa sentimento de dor, alteração no humor, baixa autoestima, alteração no sono e apetite, podendo estar associada a uma tristeza profunda. Em casos mais graves pode levar o idoso a inatividade física e isolamento social. A prática de exercício físico regular e bem orientada minimiza o sofrimento psíquico do idoso deprimido e também oferece oportunidade de envolvimento psicossocial. Além disso, é uma maneira preventiva para a saúde e melhora consideravelmente a qualidade de vida das pessoas. **OBJETIVOS:** Analisar o efeito protetor da prática de exercício físico sobre a ocorrência da depressão em indivíduos idosos e sua eficácia no tratamento. **METODOLOGIA:** Consultamos ao DeCS as palavras-chave (“exercício”, “depressão” e “idoso”) e em seguida realizamos a pesquisa no google acadêmico. Foram encontrados 12.800 artigos, dentre os quais, selecionamos cinco que abordavam sobre os benefícios da prática de exercício físico para idosos com depressão. **RESULTADOS:** O estilo de vida saudável é indispensável para melhor qualidade de vida, prevenção de possíveis doenças, diminuição das debilidades ocasionadas pelo processo do envelhecimento. O exercício físico como intervenção não farmacológica melhora a condição psíquica e física do idoso deprimido. Comparado ao tratamento farmacológico apresentam menores taxas de recaídas, além de não causar efeitos colaterais. É importante destacar que nem todos os pacientes depressivos respondem ao tratamento medicamentoso. **CONCLUSÃO:** Tendo como referência os artigos analisados, conclui-se que o exercício físico orientado por um profissional de educação física e praticado regularmente traz benefícios no tratamento e na prevenção da depressão e de outras doenças. Além disso, leva o indivíduo a uma participação social, resultando em um bom nível de bem-estar biopsicofísico.

### REFERÊNCIAS:

- CALDERON, T.S.S. et al. Atuação da atividade física regular na ansiedade e depressão em idosos. *Colloquium vitae*, v.7, n. especial, p.25-31, jul./dez. 2015.
- CHEIK, N.C. et al. Efeitos do exercício físico e da atividade física na depressão e ansiedade em indivíduos idosos. *Rev. Bras. Ci. e Mov.*, v.11, n.3, p. 45-52, jul./set 2003.
- MORAES, H. et al. Exercício físico no tratamento da depressão em idosos: revisão sistemática. *Revista de psiquiatria do Rio Grande do Sul*, v.29, n.1, p.70-79, 2007.
- SILVA, V.F. et al. Exercício físico e plasticidade neurogênica: benefícios relacionados às funções mentais do idoso. *Persp. Online: biol.& saúde, Campos dos Goytacazes*, v.6, n.2 p. 35-43, 2012.
- STELLA, F. et al. Depressão no idoso: Diagnóstico tratamento e benefícios da atividade física. *Motriz, Rio Claro*, v.8, n.3, p.91-98, ago/dez 2002.

---

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL DE IDOSAS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA EM UMA ACADEMIA DA CIDADE DE JOÃO PESSOA - PB**

KLÉCIA DE FARIAS SENA (CREF 002091-G/PB)  
HAYDÉE MONTENEGRO BEZERRA (CREF 004069-G/PB)  
RAQUEL SUELEN BRITO SILVA (CREF 003180-G/PB)  
ANGÉLICA CORRÊA DE ARAÚJO SOUZA (CRP 13/4795)  
FERNANDA ANTÔNIA DE ALBUQUERQUE MELO (CREF 000010-G/PB)  
FACULDADE MAURICIO DE NASSAU, JOÃO PESSOA, PARAÍBA, BRASIL  
e-mail: kleciasena.ks@gmail.com  
PALAVRAS- CHAVES: Qualidade de vida, exercícios, saúde do idoso, idoso.

**INTRODUÇÃO:** O período do envelhecimento está associado ao declínio das funções corporais e mentais, o que desestimula o idoso a procurar uma prática que reduza o impacto do envelhecimento e melhore a sua saúde. **OBJETIVO:** Caracterizar o nível de atividade física habitual de idosas praticantes de hidroginástica em uma academia da cidade de João Pessoa/PB. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma pesquisa descritiva, transversal de abordagem quantitativa. A amostra foi selecionada por conveniência, com 20 idosas e idade entre 60 e 90 anos. Para responder aos objetivos da pesquisa, foi aplicado um questionário de anamnese (idade, estado civil, grau de escolaridade, nível sócio econômico) e o Questionário de Atividade Física Habitual, para avaliar o nível de atividade física habitual. A análise dos dados foi apresentada por meio da estatística descritiva com frequência relativa, utilizando o pacote estatístico SPSS versão 8.0. **RESULTADOS:** Com base no questionário de anamnese obtiveram que 50% das idosas tinham idade de 60 a 70 anos, que 40% eram casadas e viúvas, com 45% tinha ensino superior completo e 40% tinha até dois salários mínimos. Em relação a caracterização do nível de atividade física habitual demonstraram que 70% das idosas foram classificadas como ativas e 30% muito ativas e que 60% realizavam atividades moderadas como caminhada rápida ou executava tarefas. **CONCLUSÃO:** Através da análise do questionário e dos resultados adquiridos durante a pesquisa, confirmamos que por meio deste estudo, que a prática da hidroginástica, além de combater o sedentarismo ou a própria inatividade física, contribui de maneira satisfatória para a manutenção da aptidão física do idoso, para que ele desenvolva atividades físicas habituais de maneira independente.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, R. V. et al. Aptidão física relacionada à saúde de idosos. Revista Brasileira Medicina do Esporte, v. 10, n 1, 2004.
- ANDREOTTI, R. A. Efeitos de um programa de Educação Física sobre as atividades da vida diária em idosos. São Paulo: Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo; 1999.
- BONACHELA, Vicente. Hidro localizada. Rio de Janeiro: Sprint, 2004.
- BORGES, M. R. D.; MOREIRA, A. K. Influências da prática de atividades físicas na terceira idade: estudo comparativo dos níveis de autonomia para o desempenho nas AVDs e AIVDs entre idosos ativos fisicamente e idosos sedentários. Motriz, v. 15, n. 3, p. 562-73, 2009.
- KURA, G. G. et al. Nível de atividade física, IMC e índices de força muscular estática entre idosas praticantes de hidroginástica e ginástica. Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano, v. 1, n. 2, 2006.
- NAHAS, M. V. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 4. ed. Londrina: Midiograf, 2006.



## **INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DE MUSCULAÇÃO POR IDOSOS NA QUALIDADE DE VIDA: UM ESTUDO COMPARATIVO**

RAQUEL SUELEN BRITO DA SILVA CREF: 003180-G/PB  
YASMIM KARLA DA SILVA OLIVEIRA CREF: 003944-G/PB  
GLÉBIA ALEXA CARDOSO CREF. 003392-G/CE  
MARIA GERCICA MAGNA SILVA CREF: 003259  
IANA RAFAELLA DE SANTIAGO SILVA CREF: 1115-G/PB  
FACULDADE MAURÍCIO DE NASSAU, JOÃO PESSOA, PB, BRASIL.  
E-mail: raqueltdb4@hotmail.com  
PALAVRAS-CHAVE: Idoso, exercício resistido, qualidade de vida.

**INTRODUÇÃO:** O estilo de vida saudável tem sido associado ao hábito de práticas de atividades físicas e, conseqüentemente, a melhores padrões de saúde e qualidade de vida do idoso. Desta maneira, o treinamento de força se apresenta como uma condição favorável para auxiliar estas pessoas em atingir melhorias nestes aspectos. **OBJETIVO:** Comparar a qualidade de vida de idosos praticantes de musculação com a de idosos fisicamente inativos. **METODOLOGIA:** O estudo foi do tipo transversal e a amostra composta por 24 idosos praticantes de musculação (PM) ( $68,7 \pm 5,4$  anos) e fisicamente inativos (FI) ( $76,2 \pm 8,2$  anos), dentre eles 17 mulheres, escolhidos aleatoriamente em duas academias da cidade de João Pessoa e residentes do Lar da Providência Carneiro da Cunha. A qualidade de vida foi avaliada por meio do SF-36 (*The medical outcomes study 36-item short-form healthy survey*). O nível de atividade física foi avaliado através do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) versão curta, composto por oito perguntas objetivas e subjetivas. Para análise dos dados, utilizou-se de ferramentas da estatística descritiva. Após teste de normalidade (*Shapiro Wilk*), a comparação entre os grupos foi realizada através do teste *t-Student* para os dados paramétricos e *Mann-Whitney* para os não paramétricos, considerando o  $p < 0,05$ . **RESULTADOS:** Verificou-se que em sete dos oito domínios que envolvem a qualidade de vida, houve uma diferença significativa entre os grupos. Ocorreram diferenças significativas nos domínios da capacidade funcional (PM =83,75% e FI=39,58%), da vitalidade (PM =75,42% e FI =49,58%) e da limitação por aspectos físicos (PM = 91,67% e FI = 29,17%). Não houve diferença significativa no domínio da saúde mental (PM =76,67% e FI =70%). **CONCLUSÃO:** A qualidade de vida de idosos praticantes de musculação é significativamente melhor quando comparada a de idosos fisicamente inativos.

### **REFERÊNCIAS**

- BAPTISTA, C. et al. Exercício: gatilho para o infarto agudo do miocárdio e morte súbita cardíaca. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 6, n. 5, p.159, 1999.
- BENEDETTI, T. R. B. et al. Reprodutibilidade e validade do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) em homens idosos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 13, n. 1, p. 11-16, 2007.
- BORGES, M. R.D; MOREIRA, A.K. Influência da prática de atividades físicas na terceira idade: estudo comparativo dos níveis de autonomia para o desenvolvimento nas AVDs e AIDs entre idosos ativos fisicamente e idosos sedentários. **Motriz**, v.15, n.3, p.562-573, 2009.
- DUCAN NETO, L.G.W. **Os benefícios do tratamento de força no processo de envelhecimento:** Um estudo de revisão de artigos científicos. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Educação Física. Porto Alegre, 2009.
- FLECK, S.J.; KRAEME, W.J. **Fundamentos do treinamento de força muscular.** 2ª ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1999.

---

NAHAS, M.V. **Atividade física, Saúde e Qualidade de vida**: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 2a ed. Londrina: Midiograf, 2001.

## ESTILO E QUALIDADE DE VIDA DO *PERSONAL TRAINER* DA CIDADE DE JOÃO PESSOA

GLÉBIA ALEXA CARDOSO CREF: 003392-G/CE  
DIEGO GOMES GALLO CREF: 003492-G/PB  
RAQUEL SUELEN BRITO DA SILVA CREF: 003180-G/PB  
WLLIANE SILVA SOARES CRN: 17378/PB  
IANA RAFAELLA DE SANTIAGO SILVA CREF: 1115-G/PB  
Faculdade Maurício De Nassau, João Pessoa, PB, Brasil.  
E-mail: [gacbrasil@hotmail.com](mailto:gacbrasil@hotmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** *Personal Trainer*, estilo de vida, qualidade de vida.

**INTRODUÇÃO:** Estilo de vida de uma pessoa pode interferir consideravelmente em sua Qualidade de Vida (QV), tanto de forma positiva quanto negativa. O *personal trainer*, pode ser considerado um profissional liberal e não dispõe de uma carga horária fixa de trabalho, sendo este, um dos fatores que podem influenciar em sua QV. **OBJETIVOS:** Analisar o estilo e a qualidade de vida do *personal trainer* da cidade de João Pessoa. **METODOLOGIA:** Tratou-se de um estudo descritivo e quantitativo de caráter transversal. Participaram da pesquisa 48 *personal trainer* (24 homens e 24 mulheres). Para a coleta de dados, foi utilizado o questionário de QV, WHOQOL-BREF, constituído de 26 perguntas, sendo a pergunta número 1 e 2 sobre a qualidade de vida geral e 24 facetas, as quais compõem quatro domínios, físico, psicológico, social e ambiental. Para avaliar o estilo de vida, foi utilizado o questionário do Perfil do Estilo de Vida Individual – PEVI que possui 15 questões e estão divididos em cinco domínios: nutrição, relacionamentos, atividade física e comportamentos preventivos. Os dados são apresentados com valores absolutos. **RESULTADOS:** A faixa etária dos participantes foi entre 21 e 40 anos, a maioria trabalha de 2 a 7 dias por semana com uma carga de trabalho entre 4 e 10 horas/dia. Com relação ao estilo de vida individual, homens e mulheres obtiveram respectivamente média geral de 2,1 e 2,0, o que compreende as médias dos componentes de nutrição (2,0 e 2,0), atividade física (2,0 e 1,9), comportamento preventivo (2,3 e 2,5), relacionamento (2,4 e 2,5), controle do stress (2,0 e 2,0). Os domínios da QV para ambos os sexos obtiveram a classificação “regular” referentes aos domínios físico (3,90) e meio ambiente (3,77). As melhores classificações da QV foram os domínios psicológico (4,06) e relações social (4,16), apresentando o conceito “bom”, com média geral foi de 3,97, classificado como “regular”. A percepção dos participantes quanto à qualidade de vida obteve uma média de 4,12 o que é classificado como “bom” e a satisfação com a saúde (média= 3,90) considerado “regular”. **CONCLUSÕES:** Os *Personal trainers* da cidade de João Pessoa apresentam um bom estilo de vida e uma qualidade de vida regular de acordo com a média geral obtida.

## REFERÊNCIAS

- ADRIANO, J. R. et al. A construção de cidades saudáveis: uma estratégia viável para a melhoria da qualidade de vida? **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 5, n. 1, p. 53-62, 2000.
- BRASIL, Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Manual operacional para comitês de ética em pesquisa**. Brasília – DF: Ministério da Saúde, 2002.
- DANTAS, E.H.M. Aptidão física total. **Revista Mineira de Educação Física**, v. 5, n. 1, p. 45-55, 1997.
- FLECK, M. P. A. et al. Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS (WHOQOL-100). **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 21, n. 1, p. 19-28, 1999.

---

GARAY, L. C.; SILVA, I. L. O Treinamento Personalizado: um enfoque paradigmático da performance para o do bem-estar. **Arquivos em Movimento**, Rio de Janeiro, v.4, n.1, janeiro/junho, 2008.

HASKELL, W. L. et al. Physical activity and public health readapted recommendation for adults from the American College of sports Medicine and the American Heart Association. **Circulation**, v. 116, p. 1081-93, 2007.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 4. ed. Londrina: Midiograf, 2006.

SOUSA, M. S. C. **Treinamento físico individualizado (*Personal Training*): Abordagem nas diferentes idades. Situações especiais e avaliação física**. João Pessoa: Editora universitária, 2008.

## RELAÇÕES ENTRE AUTOEFICÁCIA E OS MOTIVOS PARA A PRÁTICA ESPORTIVA DE ATLETAS DE ESPORTES COLETIVOS

HORTÊNCIA MARIA SANTOS DE MELO (CRM-SE 1608)

SUYLLAN BRUNNO NOGUEIRA SOARES FREIRE

DEBORAH LIMA RAMOS DE MELO

MICHEL HABIB MONTEIRO KYRILLOS

AFRÂNIO DE ANDRADE BASTOS

Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.

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

**PALAVRAS-CHAVE:** Motivação. Autoeficácia. Psicologia do Esporte. Atletas.

**INTRODUÇÃO:** A autoeficácia está relacionada à capacidade de atuação diante da execução de uma tarefa particular. Dessa forma, a autoeficácia é uma percepção subjetiva, de modo que reflete a confiança no potencial no qual a pessoa acredita relacionando, assim, ao estado real de interesses (GOUVEIA, 2003). Está também relacionada à convicção no controle da execução bem-sucedida visando determinado resultado (GOMES et al., 2012). Não está atrelada à habilidade que um sujeito tem e sim à própria avaliação sobre o que possa fazer com o que possui. Sendo assim, autoeficácia, em determinadas situações, pode ser considerada como autoconfiança (MORTIZ; FELTZ; DIANE, 2000). Contudo, a autoeficácia não anda sozinha, ela muitas vezes está atrelada outros constructos como a da motivação. Existem diversas razões que levam o indivíduo à prática esportiva, entre elas satisfação, ciclo social, situação financeira. Logo, para entender o que leva um indivíduo a envolver-se e a praticar atividade física ou qualquer modalidade esportiva, deve-se considerar seu processo que é ativo, intencional e dirigido a um objetivo ou meta, envolvidos por fatores psicossociais que podem ser intrínsecos ou extrínsecos (SAMULSKI, 2009). **OBJETIVO:** Relacionar a autoeficácia e a motivação de atletas jovens para a realização de prática esportiva coletiva. **METODOLOGIA:** Este estudo se caracteriza pelo caráter descritivo e abordagem quantitativa. A amostra foi composta por 60 atletas escolares, sendo 28 do sexo feminino e 32 do sexo masculino, 18 atletas na faixa etária de 13 a 14 anos e 42 atletas entre 15 e 17 anos. Os participantes eram praticantes das modalidades esportivas coletivas futsal, handebol e voleibol, e competiam em três níveis: local, regional e nacional. Foram utilizados os instrumentos para coleta de dados: questionário sócio demográfico de elaboração própria, para determinação das variáveis de estudo (sexo, idade, modalidade esportiva); o *Participation Motivation Questionnaire* (PMQ) validado e adaptado para a língua portuguesa por Guedes e Netto (2013), e a Escala de Autoeficácia Percebida validada por Souza e Souza (2004). Os resultados se apresentam entre valores que variam de 0 a 5 advindos escalas tipo Likert. Foram utilizados o Teste T de Student e ANOVA e considerados significativos os valores de  $p \leq 0,05$ . **RESULTADOS:** A média de autoeficácia foi considerada alta e não apresentou diferença significativa quanto à modalidade, sexo e idade. Os fatores motivacionais Atividade em Grupo e Emoção foram mais pontuados por praticantes de handebol e voleibol respectivamente; os demais motivos todos pontuaram sem diferença significativa. Em relação ao sexo, os motivos que geraram diferença nos resultados para mulheres foram emoção ( $3,68 \pm 0,76$ ) e diversão ( $3,87 \pm 0,63$ ). Atividade em grupo é mais pontuada por atletas mais jovens ( $4,25 \pm 0,62$ ). **CONCLUSÃO:** Observou-se, no grupo estudado, alta percepção de autoeficácia em atletas de esportes coletivos. Nota-se a importância da motivação para o desporto coletivo destacada pelos fatores Atividade em grupo, Emoção e Diversão.

---

## REFERÊNCIAS

- GOMES, S. S. et al. O fluxo no voleibol: relação com a motivação, auto eficácia, habilidade percebida e orientação às metas. **Revista de Educação Física/UEM**, Maringá, v. 23, n. 3, p. 379-387, 3. Trim. 2012.
- GOUVÊA, F. C. Análise da auto eficácia em atletas de modalidades individuais e coletivas. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte – Ano 2, Número 2, 2003.*
- GUEDES, D. P., NETTO, J. E. Participation Motivation Questionnaire: tradução e validação para uso em atletas-jovens brasileiros. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 27, n. 1, p. 137-48, Jan-Mar 2013.
- MORTIZ, D. Z.; FELTZ, K. R. F.; DIANE, E. M. The relation of self-efficacy measures to Sport performance: a meta-analytc review. **Research Quartely for Exercise and Sports**. v. 71, n. 3, p. 280-294, 2000.
- SAMULSKI, D. M. **Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas**. 2. Edição, revisada e ampliada. São Paulo: Manole, 2009.
- SOUZA, I; SOUZA, M. A. Validação da escala de autoeficácia geral percebida. **Revista Universidade Rural**, Série Ciências Humanas. Rio de Janeiro, v. 26, n. 1-2, p. 12-17, 2004.

## ANÁLISE COMPARATIVA ENTRE EFEITO AGUDO DO TREINAMENTO RESISTIDO MANUAL E TREINAMENTO RESISTIDO TRADICIONAL

ALINE ALBUQUERQUE NÓBREGA RABAY<sup>1</sup>  
RODRIGO CORDEIRO DE MEDEIROS<sup>2</sup>  
LUCIANO DE OLIVEIRA<sup>1</sup>  
THIAGO BEZERRA DE SOUZA<sup>1</sup>  
ROGÉRIO MÁRCIO LUCKWU<sup>1</sup>

<sup>1</sup> INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DA PARAÍBA – IESP Cabedelo – PB/  
BRASIL

<sup>2</sup> Instituto de ensino superior múltiplo

Email do autor: [aline\\_rabay85@hotmail.com](mailto:aline_rabay85@hotmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Força muscular, treinamento, medidas corporais.

**INTRODUÇÃO:** Uma nova possibilidade de treinamento resistido é o treinamento resistido manual (TRM), onde não se utilizam equipamentos e uma pessoa exerce a resistência de forma manual sobre a outra. Tal treinamento possibilita o exercício resistido em qualquer espaço sem a necessidade dos caros equipamentos existentes na atualidade. **OBJETIVO:** Comparar o efeito agudo de uma sessão de TRM com uma de Treinamento resistido tradicional (TRT) na circunferência do bíceps braquial. **METODOLOGIA:** Os sujeitos avaliados, sendo 18 homens e 10 mulheres com idades entre 19 e 40 anos ( $M=27,89 \pm 5,04$ ), praticantes do TRT com uma média de prática em meses ( $M= 20,5$ ). Foram submetidos ao teste de Repetições máximas nos exercícios de rosca bíceps com barra e rosca bíceps no banco scott, em seguida foram estipuladas 60% da carga máxima de 1RM estimada no teste de RM para que os participantes realizassem o seguinte protocolo para ambos os exercícios; 3 séries máximas (até a falha concêntrica) com 30 segundos de intervalo entre as séries e 1 minuto de pausa entre os exercícios. Eram verificadas as circunferências do bíceps antes e depois do exercício. Foi seguido o mesmo procedimento aplicando-se a resistência manual 48 horas depois da aplicação do TRT. Participaram do estudo dois professores experientes em aplicação de TRM e foi recomendado que imprimissem a força relativa à carga utilizada no TRT. Resultados: Depois de comparar pelo test t pareado no programa Stata as médias das diferenças entre a perimetria do bíceps braquial pré e pós no TRT e no TRM, foi constatado que não houve diferença significativa ( $p=0.3452$ ), indicando que não houve diferença entre as médias da circunferência de bíceps nos dois métodos de treino. **CONCLUSÃO:** Os resultados sugerem que uma sessão de TRM e TRT produzem o mesmo efeito de forma aguda na perimetria e que os avaliadores tiveram a capacidade de produzir à mesma intensidade de forma manual comparado a intensidade imposta pelas cargas tradicionais. Por ser um tema relativamente novo no campo da atividade física, ainda carece de mais estudos relacionados. Sugere-se como futuras linhas de pesquisa verificar os efeitos a médio e longo prazo do TRM.

### REFERÊNCIAS

- BOSSI, L. C.. Periodização na musculação (3ª ed.). São Paulo: Phorte. 2009.  
DORGO S, King GA, Candelaria Ng, Bader JO, Brickei gD, Adams CE.). Effect of manual resistance training on fitness in adolescents. J strength Cond Res, 23(8): 2287-2294. 2009  
TEXEIRA, Cauê Vasquez La Scala.. Treinamento resistido manual: a musculação sem equipamentos (1ª ed.). São Paulo: Phorte. 2011

---

ROBERTSON RJ, GOSS FL, Dubé JJ, RUTKOWSKI M, DUPAIN C, BRENNAN C,. Validation of the Adult OMNI Scale of Perceived Exertion for Cycle Ergometer Exercise. Med Sci Sports Exerc, 36(1): 102-8. 2004

TEXEIRA, Cauê Vasquez La Scala; GOMES, Ricardo José. Treinamento resistido manual e sua aplicação na educação física. Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício, v. 15, n. 1 2016.



## INCIDÊNCIA DA SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFESSORES DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA FACULDADE MAURÍCIO DE NASSAU- PB

KLÉCIA DE FARIAS SENA CREF 002091-G/PB  
JODSON ALVINO DE SOUZA CREF 003952-G/PB7P  
RAQUEL SUELEN BRITO DA SILVA CREF 003180-G/PB  
FERNANDA ANTÔNIA DE ALBUQUERQUE MELO CREF 000010-G/PB  
ANGÉLICA CORRÊA DE ARAÚJO SOUZA CRP 13/4795  
FACULDADE MAURICIO DE NASSAU, JOÃO PESSOA, PARAÍBA, BRASIL.  
e-mail: [kleciasena.ks@gmail.com](mailto:kleciasena.ks@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Docentes, *Burnout*, esgotamento profissional, exaustão emocional.

**INTRODUÇÃO:** Considerada um estresse crônico relacionado ao trabalho, a Síndrome de *Burnout* (SB) possui aspecto tridimensional, caracterizada por exaustão emocional (EE), despersonalização (DE) e baixa realização profissional (RP). Tendo como panorama a atividade laboral dos profissionais do ensino, é relevante investigar a ocorrência da SB nesse tipo de população. **OBJETIVO:** Investigar a presença da SB em docentes do curso de Educação Física da Faculdade Maurício de Nassau-PB. **METODOLOGIA:** A amostra contou com 28 docentes (34,8±9,4 anos, sendo 13 homens) do curso de Educação Física da Faculdade Maurício de Nassau-PB. A coleta de dados foi realizada através de um Questionário de perfil sócio-demográfico e do *Maslach Burnout Inventory (MBI- ES)*. A análise dos dados foi efetuada por meio do *software* estatístico SPSS versão 22.0, sendo realizada estatística descritiva e teste de qui-quadrado. **RESULTADOS:** Verificou-se que 54% dos respondentes apresentam altos escores em EE, 54% para uma baixa DE e, por fim, 54% indicaram escores altos em RP, destacando que para esta última, o cálculo é invertido. De forma hierárquica, os respondentes demonstraram maior escore na dimensão EE (23,04%), seguida da RP (9,82) e DE (5,43). No cruzamento das variáveis, observou-se que quanto maior foi a frequência na alta EE, mais alta também, é a baixa RP; isto é, o sujeito que tem baixa realização profissional se deve a alta exaustão emocional. Sobre as associações entre as frequências da EE e DE, mesmo que tais resultados não tenham tido significância é destaque que, quanto menor a EE, a probabilidade de que o sujeito manifeste menos DE é alta, para 69% dos respondentes. Por fim, quanto aos resultados da associação entre DE e RP, destaca-se que a menor frequência em DE, provavelmente, influenciará em baixa RP. **CONCLUSÃO:** A compreensão do estresse e diferenças entre a SB necessita de uma atenção para melhor viabilizar o comportamento dos profissionais em seu ambiente de trabalho.

### REFERÊNCIAS

- BATISTA, J. B. V., et al. Prevalência da Síndrome de *Burnout* e fatores sócio demográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade João Pessoa-PB. **Revista Brasileira Epidemiologia**, v. 13, n. 3, p. 502-512, 2010.
- BAPTISTA, M. N., et al. Avaliação de Depressão, Síndrome de *Burnout* e Qualidade de Vida em Bombeiros. **Psicologia Argumento**, v. 23, n. 42, p. 47-52, 2005.
- CARLOTTO, M. S.; PALAZZO, L. S. Síndrome de *Burnout* e fatores associados: **Um estudo epidemiológico com professores**. Caderno de Saúde Pública, v. 22, n. 5, p. 1017-1026, 2006.
- FORMIGA, N. S.; VISEU, J.; DE JESUS, S. N. Verificação empírica de uma medida do capital psicológico positivo em trabalhadores brasileiros, **Revista Eureka**, v. 2, p. 284-300, 2014.
- GIL-MONTE, P. R.; CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Validação da versão brasileira do “Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo” em professores. **Revista de Saúde Pública**, v. 44, n. 1, p.140-147 2010.

## INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO FUNCIONAL E DO TRADICIONAL NA QUALIDADE DO MOVIMENTO E NA QUALIDADE DE VIDA EM IDOSAS PRÉ-FRÁGEIS.

LEURY MAX DA SILVA CHAVES  
JOSÉ CARLOS ARAGÃO SANTOS  
MARIA DE LOURDES FEITOSA NETA  
ANTÔNIO GOMES DE RESENDE NETO (CREF: 002225-G/SE)  
MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G7RS).  
Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: [leury\\_max@hotmail.com](mailto:leury_max@hotmail.com)

**Palavras-chave:** Envelhecimento. Aptidão Física. Atividades Diárias.

**INTRODUÇÃO:** O processo de envelhecimento é inerente ao ser humano e está associado a alterações psicobiológicas que afetam a autonomia e a saúde da população idosa. Nesse contexto, o treinamento de força surge como um importante método para retardar os efeitos deletérios da senescência, aumentando os níveis de aptidão física e funcionalidade nesse indivíduo. Entre os métodos conhecidos para melhorar a força, temos o treinamento funcional que devido a especificidade dos padrões treinados poderia melhorar a qualidade dos movimentos, refletindo desse modo no aumento da funcionalidade. Por outro lado, o treinamento tradicional, comumente realizado em academias, também poderia melhorar os aspectos funcionais devido ao aumento dos níveis de força muscular. No entanto, não foi encontrado na literatura científica evidências sobre qual desses métodos seria mais eficaz em promover ganhos sobre a qualidade de movimento, como também na qualidade de vida idosas pré-frágeis. **OBJETIVO:** Avaliar os efeitos de 12 semanas treinamento funcional e tradicional sobre a qualidade de movimento e qualidade de vida de idosas pré-frágeis. **METODOLOGIA:** Quarenta e quatro idosas com idade entre 60 e 79 anos que foram divididas aleatoriamente em Treinamento Funcional (TF n=18, IMC = 29,0 ± 4,9), Treinamento Tradicional (TT n= 15, IMC= 28,5 ± 5,5), e grupo controle (GC n=11, IMC = 30,4 ± 5,9). O GC realizou atividades de alongamento, e os grupos TF e TT realizaram exercícios de força em ações de empurrar puxar, agachar e transportar, se diferenciando em movimentos com pesos livres e máquinas. Para avaliar a qualidade de movimento foi utilizado o *Functional Movement Screen®* (FMS) e para qualidade de vida o questionário WHOQOL-brief. Os dados foram apresentados em média, desvio padrão e percentual de mudança ( $\Delta$ ), analisados a partir de uma ANOVA 2X3 com nível de significância  $p \leq 0,01$ . **RESULTADOS:** Após as 12 semanas de intervenção tanto o TF quanto o TT apresentaram melhoras significativas em relação ao pré-teste e ao grupo controle. Na qualidade de movimento: **TF**- pré: 9,2 ± 2,0 - pós: 11,2 ± 1,6;  $p \leq 0,004$  e  $\Delta 24,4\%$ ; **TT**- pré: 10,3 ± 2,6 - pós: 11,7 ± 1,8;  $p \leq 0,002$  e  $\Delta 13,5\%$ ; e o **GC**: pré: 8,0 ± 1,6 - pós: 9,1 ± 2,0;  $p \leq 0,004$  e  $\Delta 13,7\%$ . E na qualidade de vida: **TF**- pré: 96,2 ± 12 - pós: 107,05 ± 8,7;  $p \leq 0,000$  e  $\Delta 11,2\%$ ; **TT**- pré: 98,3 ± 13,1 - pós: 101,3 ± 12,8;  $p \leq 0,027$  e  $\Delta 3,7\%$ ; e o **GC**- pré: 86,4 ± 8,7 - pós: 98,6 ± 8,0;  $p \leq 0,58$  e  $\Delta 3,7\%$ . Não houve diferenças estatisticamente significativas entre o TF e o TT no pós-teste. **CONCLUSÃO:** Diante das condições analisadas, parece que os métodos de treinamento aplicados são igualmente eficientes em melhorar a qualidade de movimento e de vida de idosas pré-frágeis.

### REFERÊNCIAS:

CORREA C.S. et al.. Three Different Types of Strength Training in Older Women. **International Journal of Sports Medicine**. v.33, p.962–969, 2012.

---

CHODZKO-ZAJKO. et al.. Exercise and Physical Activity for Older Adults. **Medicine & Science in Sports & Exercise**. v.41, n.7 p.1510-1530, 2009.

FECHINE, B. R. A.; TROMPIERI, N. Processo de Envelhecimento: As principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. **Revista Científica Internacional**. v.1, n.7, p.106-132, 2012.

LEAL et al.. Efeitos do treinamento funcional na autonomia funcional, equilíbrio e qualidade de vida de idosas. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**. n.17, v.3, p.61-69, 2009.

PACHECO et al.. Functional vs. Strength training in adults: specific needs define the best intervention. **The International Journal Of Sports Physical Therapy**. v.8, n.1, p.34-43 Fev. 2013.

PINTO S. R. et al.. Short-term strength training improves muscle quality and functional capacity of elderly women. **American Aging Association**. v.36, p.365–372, 2014.

## EFEITOS DO TREINAMENTO RESISTIDO TRADICIONAL E TREINAMENTO FUNCIONAL NA FORÇA ISOMÉTRICA LOMBAR DE IDOSAS SEDENTÁRIAS

EDUARDO RODRIGO OLIVEIRA ROCHA

LEURY MAX DA SILVA CHAVES

JOSÉ CARLOS ARAGÃO SANTOS

MARTA SILVA SANTOS

MARZO EDIR DA SILVA-GRIGOLETTO (CREF: 006427-G7RS).

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.

Contato: [duddu@parkour.com.br](mailto:duddu@parkour.com.br)

**Palavras-chaves:** envelhecimento; dor lombar; condicionamento.

**INTRODUÇÃO:** Devido a fatores multivariados, o processo natural de envelhecimento ocasiona a perda de força de forma generalizada no ser humano. Algumas das musculaturas que mais sofrem com essa perda são as localizadas na região lombar (zona média), a exemplo das responsáveis pela extensão do quadril. Sabe-se que é necessário o fortalecimento dessa região com o intuito de amenizar e prevenir os efeitos deletérios do envelhecimento, dentre eles os relacionados com a saúde da coluna (*i.e.*: lombalgias). Das estratégias utilizadas para atenuar os efeitos do envelhecimento, o exercício físico tem se mostrado bastante eficaz. Nessa perspectiva, acredita-se que o treinamento funcional proporcionaria um maior fortalecimento da zona média. Essa hipótese baseia-se no fato de um dos princípios do treinamento funcional ser a utilização de exercícios multiplanares. Por outro lado, o treinamento resistido tradicional possibilita a ativação quase que isolada de determinada musculatura. Porém, o fato da contração ser realizado em um único plano poderia ocasionar uma menor ativação da musculatura extensora do quadril. Entretanto, não encontra-se claro com que magnitude ambas as propostas de treinamento podem influenciar nos ganhos de força lombar em idosos. **OBJETIVO:** Comparar os efeitos do treinamento funcional versus treinamento resistido tradicional na força isométrica lombar de idosas sedentárias. **MÉTODOS:** Participaram da amostra 44 idosas sedentárias, com idades entre 55 e 70 anos, divididas de forma aleatória em três grupos distintos: treinamento funcional (TF-18), treinamento resistido tradicional (TR-15) e grupo controle (GC-11). O grupo GC realizou apenas 50' de alongamentos e práticas de relaxamento; ambos, TR e TF iniciaram a sessão com 5' de mobilidade articular e encerraram com 10' de atividades intervaladas de alta intensidade. A parte principal da sessão do grupo TR constou de: 15' de ginástica aeróbica e 30' de treinamento resistido em máquinas. Para o TF, foram realizados dois circuitos de treinamento multiarticular. A intervenção durou 12 semanas e a coleta de dados foi realizada em três momentos distintos: antes, durante (pós-8) e após (pós-12) a intervenção. A avaliação da força isométrica máxima de contração dos músculos lombares foi realizada através do *Isometric Deadlift Test*. Os dados foram descritos em média e desvio padrão. Para a comparação de médias foi utilizada uma ANOVA 3x3 com *pós hoc test* de *Bonferroni*, significância adotada de  $p \leq 0,05$ . **RESULTADOS:** Os resultados obtidos revelaram que após a intervenção de 12 semanas apenas o grupo que realizou o treinamento funcional apresentou melhora significativa ao longo do tempo (Pós-8:  $p=0,002$ ; Pós-12:  $p=0,001$ ). Ao comparar momento pós-8 e pós-12, apenas o grupo TF apresentou resultado estatisticamente significativo ( $p=0,012$ ). Quando comparado com o GC (análise *intergrupo*), apenas o grupo TF apresentou melhoras significativas ( $p=0,041$ ). Não houve melhora intragrupo significativa em nenhum dos momentos avaliados nas idosas que realizaram o treinamento tradicional de força ou que participaram do grupo controle. **CONCLUSÃO:** De acordo com a metodologia aplicada e as condições de análise, nota-se que o treinamento funcional aparenta

ser mais eficaz na melhora da força isométrica dos extensores do quadril de idosas sedentárias em comparação ao treinamento de força tradicional.

**REFERÊNCIAS:**

BELLEW, J. W. The effect of strength training on control of force in older men and women. **Aging clinical and experimental research**, v.14, n.1, p.35-41, 2002.

CADORE, E. L., et al. Multicomponent exercises including muscle power training enhance muscle mass, power output, and functional outcomes in institutionalized frail nonagenarians. **American College of Clinical Gerontology**, v.36, n.2, p.773-85, 2014.

SILVA-GRIGOLETTO, Marzo Edir Da; BRITO, Ciro Jose; HEREDIA, Juan Ramon. Functional training: functional for what and for whom?. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v.16, n.6, p.714-719, 2014.

TAAFFE, Dennis R.; MARCUS, Robert. Musculoskeletal health and the older adult. **Journal of rehabilitation research and development**, v.37, n.2, p.245, 2000.

VINCENT, Kevin R. et al. Resistance exercise and physical performance in adults aged 60 to 83. **Journal of the American Geriatrics Society**, v.50, n.6, p.1100-1107, 2002.

## NÍVEL DE CONHECIMENTO SOBRE NUTRIÇÃO ENTRE ALUNOS EGRESSOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

RENATA LEITE TAVARES

CRN-6 9837

ANDRÉ NOBREGA DA SILVA

HUGO CABRAL DAVID

AMANDA CARLA GONÇALVES DA SILVA

EDSON MEDEIROS DA SILVA

Instituto de Educação Superior da Paraíba, Cabedelo, Paraíba, Brasil

E-mail: [renataltav@gmail.com](mailto:renataltav@gmail.com)

**PALAVRAS CHAVE:** ciências da nutrição e do esporte, estudantes, conhecimento.

**INTRODUÇÃO:** a busca por melhor qualidade de vida vem crescendo nos últimos tempos e engloba não somente os aspectos relacionados à prática de exercício físico como também à alimentação. Sendo assim, os profissionais de educação física devem possuir pelo menos o conhecimento básico sobre a ciência da nutrição, de forma que podem ajudar seus alunos neste sentido. **OBJETIVO:** avaliar o nível de conhecimento sobre nutrição em alunos egressos do curso de bacharelado em educação física. **METODOLOGIA:** um questionário sobre nutrição foi aplicado em alunos egressos do curso de educação física de uma instituição de ensino superior do estado da Paraíba. Os alunos deveriam classificar trinta alimentos de uma lista entre fonte de carboidrato, proteína ou gordura. O questionário foi aplicado em sala de aula, com tempo máximo de três minutos para respostas. **RESULTADOS:** participaram da pesquisa nove alunos, sendo 77% do sexo masculino, com idade média de 29 anos. A média de acerto das respostas foi de 69%, sendo a maior taxa de erros referente ao nutriente carboidrato. **CONCLUSÃO:** considerando a importância do papel do educador físico como instrumento para estímulo a mudanças de hábitos, destaca-se a necessidade de aprofundamento do conhecimento sobre nutrição entre estes profissionais.

### REFERÊNCIAS:

ANDERSON, J.V.; PALOMBO, R.D.; EARL, R. Position of the American Dietetic Association: the role of nutrition in health promotion and disease prevention programs. *Journal of the American Dietetic Association*; v. 98, n. 2, p. 205-8, 1998.

JUZWIAK, C.R. Avaliação do conhecimento e das recomendações nutricionais adotadas por técnicos de atletas adolescentes. Tese apresentada a Universidade Federal de São Paulo – Escola Paulista de Medicina para obtenção do título de mestre em Ciência Aplicada à pediatria, São Paulo, 2001.

PEREIRA, R.F. Conhecimento de nutrição e hábitos alimentares de alunos de academias de ginástica na cidade de São Paulo. São Paulo, 1999. Dissertação (Mestrado), FCF/FEA/USP.

PEREIRA, J.M.O.; CABRAL, P. Avaliação dos conhecimentos básicos sobre nutrição de praticantes de musculação em uma academia da cidade de Recife. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 1, n. 1, p. 40-47, 2007.

SANTOS, K.M.O.S.; BARROS FILHO, A. A. Fontes de informação sobre nutrição e saúde utilizadas por estudantes de uma universidade privada de São Paulo. *Revista de Nutrição*, v. 15, n.2, p.313-321, 2002.

## ANÁLISE DA REATIVIDADE PRESSÓRICA EM MULHERES DE MEIA IDADE HIPERTENSAS

Laíza Ellen Santana Santos<sup>1</sup>;  
Luan Morais Azevedo CREF– 001887-G/SE<sup>1</sup>  
Emerson Pardono CREF-DF-DF006088G<sup>1</sup>  
Universidade Federal de Sergipe (UFS)<sup>1</sup>-Aracaju/SE Brasil  
Laizaellen@gmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Pressão Arterial; Hipotensão Pós-Exercício, Hipertensão Arterial; Exercício Combinado.

**INTRODUÇÃO:** De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), há cerca de 600 milhões de hipertensos no mundo, abrangendo aproximadamente 25% da população e mais de 50% dos idosos brasileiros. Dentre as recomendações para o controle e tratamento desta patologia, o exercício físico parece ser altamente recomendável, uma vez que proporciona um adequado controle pressórico pós-exercício. Tal controle pode ser evidenciado por um estado de cardioproteção, o qual previne que os indivíduos que apresentam alguma resposta cardiovascular inesperada, como a elevação brusca da pressão arterial (PA) em situação de estresse na vida real, seja atenuada a partir da realização prévia de uma sessão de exercício. **OBJETIVO:** O presente estudo teve como objetivo analisar a reatividade pressórica da PA em mulheres hipertensas de meia idade, após três sessões experimentais de exercício concorrente. **METODOLOGIA:** Participaram do estudo 11 voluntárias, matriculadas no Projeto de Extensão “Coração Ativo”, ofertado pelo Departamento de Educação Física da Universidade Federal de Sergipe. Todas as participantes realizaram as seguintes sessões: realização do protocolo de exercício integralmente pela manhã (SM) e noite (SN); fracionada (SF) - 50% pela manhã e 50% do exercício pela noite; controle (SC). Ao término da primeira hora pós-exercício foi aplicado o *Cold Pressor Test* (CPT) onde as voluntárias foram orientadas a submergir a mão direita em um recipiente com água gelada (~4°C), sendo aferida a PA no braço contralateral. **RESULTADO:** Foi evidenciado que a SM proporcionou maior diminuição na reatividade pressórica para a PA sistólica (PAS) e PA diastólica (PAD), quando comparada à SC ( $p < 0,05$ ). **CONCLUSÃO:** Conclui-se que o exercício concorrente proposto, quando realizado inteiramente no período matutino, é eficaz em promover uma maior atenuação da reatividade pressórica em mulheres hipertensas e de meia-idade.

### REFERÊNCIAS:

- HINES EA, BROWN GE. The cold pressor test for measuring the reactivity of the blood pressure: Data concerning 571 normal and hypertensive subjects. *Am Heart J.*,v.11,n.1,p.1–9,1936.
- LI, YANLEI. Aerobic, resistance and combined exercise training on arterial stiffness in normotensive and hypertensive adults; *European Journal of Sport Science* Suécia.v.15,n.5,2015.
- PARDONO, E. et al. Post-exercise hypotension of normotensive young men through track running sessions. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v.21, n.3, p. 192-195, 2015.
- PESCATELLO, L.S; FRANKLIN, B.A; FAGARD, R. American college of sports medicine position stand. exercise and hypertension. *medicine sports exerc.*v.36,n.3,p.533-53. 2004
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. VI Diretrizes brasileiras de hipertensão. *Arquivo Brasileiro de Cardiologia.*1 supl 1, p.1-51,1995.
- VI DIRETRIZES BRASILEIRAS DE HIPERTENSÃO ARTERIAL. *Revista Brasileira de Cardiologia*; v.95, n.(1 supl.1),p.1-51,2010.

## ÍNDICE DE ATIVIDADE FÍSICA E DEPENDÊNCIA DO CIGARRO EM ESTUDANTES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

RENATA LEITE TAVARES

CRN-6 9837

ANDRÉ NOBREGA DA SILVA

HUGO CABRAL DAVID

AMANDA CARLA GONÇALVES DA SILVA

LUCIANO DE OLIVEIRA

CREF 000478 G PB

Instituto de educação superior da paraíba – Cabedelo Paraíba – brasil

E-mail do autor: renaltav@gmail.com

**Palavras-chaves:** atividade física; aptidão; cigarro.

**INTRODUÇÃO:** A atividade física tem papel fundamental no cotidiano de quem a pratica por ser instrumento necessário na busca da qualidade de vida, como tratamento de patologias, estética e bons hábitos. Tais objetivos levam a um público bastante misto em relação a seus objetivos, como também, indivíduos que querem sua estética, mas não deixam os maus costumes. O tabagismo, por exemplo, é frequente em pessoas que usufruem do exercício no seu dia a dia. Essa realidade é bastante oposta aos níveis de mortalidade indicados pela OMS (Organização Mundial da Saúde) que indica o tabagismo como principal fator. **OBJETIVO:** Identificar o índice da atividade física em pessoas fumantes, demonstrando o grau de dependência do cigarro em estudantes de educação física. **METODOLOGIA:** Participantes desse estudo, 10 estudantes de educação física (6 mulheres) com idades entre 20 e 33 anos. Foi utilizado um questionário sobre grau de dependência do cigarro e Índice de Aptidão Física. Após coletados, os dados de cada questionário foram analisados numa tabela contendo 4 classificações: muito baixo, baixo, médio, elevado e muito elevado, para dependência de cigarro e 5 classificações: sedentário, não suficientemente boa, aceitável (podia ser melhor), ativo e saudável e estilo de vida muito ativo, para índice de aptidão física. Seguidamente, foi realizada uma análise correlacional (coeficiente r de Pearson). **RESULTADOS:** Os resultados mostraram que 40% da amostra possuem uma aptidão não suficiente boa, outros 40% são sedentários, 10% têm um estilo de vida muito ativo e 10% são ativos e saudáveis. Para a dependência do cigarro, 70% possuem uma dependência muito baixa e outros 30%, baixa. **CONCLUSÃO:** Após uma análise correlacional, verificou-se uma relação bilateral (r de Pearson) negativa e significativa entre as variáveis de aptidão e dependência, de modo que quanto menor aptidão física, maior é o grau de dependência do cigarro. É possível que, pessoas que pratiquem mais atividade física sintam menos vontade de usar da droga pelo fato de estar satisfeito com os benefícios que o exercício traz. Do contrário, pessoas que foram classificadas como sedentárias ou com aptidão não suficientemente boa, fazem uso do cigarro por não estarem totalmente satisfeitas com essas benfeitorias. O sedentarismo leva consigo uma imagem de tempo ocioso e níveis de ansiedade elevados causando uma alta na dependência nicotínica.

### REFERÊNCIAS:

- HOLLMANN, W.; HETINGER, T. Medicina do esporte: fundamentos anatômico-fisiológicos para a prática esportiva. 4ª ed Manole, Barueri, SP Brasil, 2005.
- MACHADO, D. R; TRESOLDI, M. E. Cigarro: mitos x verdades. Cachoeirinha – RS – Brasil. 2014
- PITANGA, F.J. G. Epidemiology, physical activity and health. Rev. Bras. Ciên. e Mov. Brasília – Brasil. 2002



---

RODRIGUES, E.S.R; CHEIK, N.C.; MAYER, A. F. Level of physical activity and smoking in undergraduate students. Uberlândia, MG, Brasil. 2008  
CARVALHO, T. NÓBREGA, A.C.L. LAZZOLI, J.K.; João Ricardo Turra MAGNI, J. R. T.; REZENDE, L. DRUMMOND, F.A; OLIVEIRA, M. A. B. DE ROSE E. H., ARAÚJO C. G. S.; TEIXEIRA J. A. C. Posição oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: atividade física e saúde. Rev. Bras. Med. Esporte - Vol. 2, Nº 4. 1996

## PRINCIPAIS MECANISMOS E LESÕES EM JOGADORES DE BASQUETEBOL

LEANDRO BARBOSA MACIEL  
ANDRÊSSA NASCIMENTO DE OLIVEIRA  
DAVI ROCHA BARBOSA  
MÁRCIO CHAUÃ SILVA  
MADSON RODRIGO SILVA BEZERRA  
Universidade Tiradentes/UNIT-Aracaju-SE-Brasil  
[Andressaoliveira.vol@outlook.com](mailto:Andressaoliveira.vol@outlook.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Basquetebol, esporte, lesão, modalidade.

**INTRODUÇÃO:** Entende-se como lesão a alteração no tecido do corpo humano devido a alguma patologia ou traumas, ambos a serem de origem direta ou indiretamente. No esporte basquetebol, é uma modalidade que envolve movimentos intensos e breves, como também exige dos jogadores movimentação e coordenação motora, no qual esse esporte apresenta-se altos índices de lesões que são característicos da própria prática, como saltos freqüentes, aterrissagens, mudanças de direções, pivoteios, contato físico, embora estes fatores estão relacionados a demanda do alto desempenho no treinamento tático, técnico e físico associando-se a desequilíbrios biomecânicos e físicos, desalinhamentos posturais, retrações musculares e o surgimento das lesões esportivas. **OBJETIVO:** verificar qual tipo e mecanismo de lesão são predominantes em jogadores de basquetebol. **METODOLOGIA:** realizou-se uma pesquisa bibliográfica em artigos científicos nas seguintes bases de dados, Google acadêmico, scielo e pubmed, foram utilizados como critério de inclusão artigos científicos dos anos 2010 e 2016, sendo selecionados 11 artigos. **RESULTADOS:** dentre os artigos aqui analisados, identificou-se que a lesão de maior prevalência é a lesão articular entorse, seguida de lesões musculares, sendo-se a maioria destas oportunizadas por fatores extrínsecos como saltos e aterrissagens como ressalva (Borges e Altramari, 2015, p.3) "o salto é composto por 3 fases a de Impulso ou propulsão, a fase Aérea e a Aterrissagem, na fase de aterrissagem é onde as forças se batem, assim podendo ocorrer as lesões ligamentares do tornozelo ou até mesmo no joelho e quadril". São ocasionadas principalmente após os rebotes durante treinos e competições, bem como as mudanças de regras como recentemente aponta (Zuckman, 2016), segurança no ambiente da prática da modalidade. **CONCLUSÃO:** O estudo demonstra que o basquetebol é uma esporte de alto teor lesivo, a lesão predominante foi a entorse ocasionada principalmente por fatores externos sendo-se referidas em momentos variados, tanto no treinamento e durante competições de jogos, no entanto ressalta-se que os mecanismos de lesões são diferenciados em relação ao gênero masculino e feminino, nesse estudo abrangeu-se de forma geral as lesões predominantes, porém sugere-se outros estudos os mecanismos específico de cada lesão nos diferente gêneros.

---

## REFERÊNCIAS

- Alves, C.; Azevedo, M. J.; Ramalho, F.; Guimarães, F.; Castro, A. **Lesões No Recinto Escolar Em Adolescentes Do Norte De Portugal.** Rev. Port. Ortop. Traum. Vol.21 No.3 Lisboa Set. 2013.
- Borges, P. P.; Oltramari, J. D. **Lesões Em Atletas De Basquetebol E Voleibol.** Caxias Do Sul-Rs, De 15 A 17 De Setembro De 2015.
- Carter, E. A.; Westerman, B. J.; Hunting, K.L. **Risk Of Injury In Basketball, Football, And Soccer Players, Ages 15 Years And Older, 2003-2007.** J Athltrain. 2011 Sep-Oct;46(5).
- Filho, J. S. R.; Santos, R. G. **Principais Lesões Musculo-Esqueléticas Em Jovens Atletas De Basquetebol.** Rev.Saúde.Com 2013; 9(3): 220-226.
- Fletcher, E. N.; Mckenzie, L. B.; Comstock, R. D. **Epidemiologic Comparison Of Injured High School Basketball Athletes Reporting To Emergency Departments And The Athletic Training Setting.** J Athltrain. 2014 May-Jun;49(3).
- Grad, B. E. S. D.; Grad, G. B.; Marques, R. M. **Lesões Esportivas: Um Estudo Com Atletas Do Basquetebol Bauruense.** Rev. Bras. Ciênc. Esporte (Impr.) Vol.31 No.3 Porto Alegre May 2010.
- Jackson, T.J.; Starkey, C.; Mcelhiney, D.; Domb, B.G. **Epidemiology Of Hip Injuries In The National Basketball Association: A 24-Year Overview.** Orthop J Sports Med. 2013 Aug 12;1(3).
- Mccarthy, M.M.; Voos, J.E.; Nquyen, J.T.; Callahan, L.; Hannafin, J. A. **Injury Profile In Elite Female Basketball Athletes At The Women's National Basketball Association Combine.** Am J Sports Med. 2013 Mar;41(3).

## A INFLUÊNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO EM TRANSTORNOS MENTAIS

LEANDRO BARBOSA MACIEL  
ANDRÊSSA NASCIMENTO DE OLIVEIRA  
DANIEL MENEZES DIAS (ABFM-RX330/1515)  
Universidade Tiradentes/UNIT-Aracaju-SE-Brasil  
[Andressaoliveira.vol@outlook.com](mailto:Andressaoliveira.vol@outlook.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Depressão, doença, exercício físico, transtornos mentais.

**INTRODUÇÃO:** Estudos apontam que aproximadamente 340 milhões de pessoas em todo o mundo foram acometidas pela doença chamada depressão, afetando diretamente no bem-estar dos indivíduos ocasionando morbidade e mortalidade. Entretanto, dados revelam que no ano de 2020 a depressão atingirá a segunda colocação referente ao quadro de doenças, ficando atrás somente da doença cardíaca. No Manual Diagnóstico Estatístico de Transtornos Mentais, a depressão e a ansiedade têm como principais sintomas a perda do humor ou a perda de interesse, no qual pesquisas relatam que esta é acompanhada por outros problemas como o baixo nível da prática de atividade física. **OBJETIVO:** verificar a influência do exercício físico em indivíduos com transtornos mentais. **METODOLOGIA:** realizou-se uma busca na base de dados pubmed e foram utilizados como critério de inclusão artigos científicos dos anos 2015 e 2016. Como procedimento técnico e metodológico, a pesquisa teve uma abordagem qualitativa com análise dos conteúdos. **RESULTADOS:** o exercício físico de acordo com correntes e diretrizes recentes considera-se que pode ser usado como finalidade terapêutica envolvendo transtornos mentais como ansiedade, depressão, esquizofrenia, psicopatia, narcisismo e maquiavelismo. Patologias estas que foram encontradas nesse estudo, visto que proporciona vários benefícios para a saúde mental, como o aumento do favorecimento na formação da resistência mental, especificamente na construção de confiança, comprometimento, desafio e controle. Na saúde física, a melhora da capacidade cardiorrespiratória, minimização do risco de doenças metabólicas e obtenção do baixo índice no risco de recaídas nesses pacientes, em comparação aos tratamentos medicamentosos ambos atribuídos a um programa de treinamento aeróbico. O efeito do exercício físico associado a tratamentos não medicamentosos como a psicoterapia, notam-se resultados ainda melhores do que o efeito individualmente. Em resultados obtidos por meta-análises foi verificado que o efeito do exercício atua como um remédio antidepressivo natural ao comparar-se com outros tratamentos (antidepressivos ou psicoterapias); já em outras pesquisas mostrou-se não haverem diferenciação do tratamento tradicional na redução dos sintomas depressivos com o exercício, no entanto, a junção deste com a psicoterapia nota-se resultados ainda melhores do que o efeito individual. **CONCLUSÃO:** o exercício físico pode ser utilizado e atuar de forma eficiente e eficaz como tratamento não medicamentoso, proporcionando a melhora da auto-percepção, saúde mental, autonomia e aumento da resistência mental principalmente em indivíduos com distúrbios mentais. Entretanto, sugere-se outros estudos relacionados ao efeito isolado do exercício físico, como também o tipo de treinamento é mais efetivo nos diversos transtornos mentais e seu benefício específico em cada patologia.

### REFERÊNCIAS

ADAM, D.; RAMLI, A.; SHAHAR, S. **Effectiveness of a Combined Dance and Relaxation Intervention on Reducing Anxiety and Depression and Improving Quality of life among the Cognitively Impaired Elderly.** Sultan Qaboos University Medical Journal. 2016, Feb; 16(1). e 47- e 53.

- FIRTH, J.; CAMEY, R.; JEROME, L.; ELLIOTT, R.; FRENCH, P.; YUNG, A. R. **The effects and determinants of exercise participation in first-episode psychosis: a qualitative study.** BMC Psychiatry. 2016; 16: 36. Published online 2016 Feb 20.
- HAN, Y.; DUAN, F.; XU, R.; WANG, Y.; ZHANG, H. **Functional exercise in combination with auricular plaster therapy is more conducive to rehabilitation of menopausal women patients with anxiety disorder.** International Journal of Clinical and Experimental Medicine. 2015; 8(11): 21173–21179.
- RANJAR, E.; MEMARI, A. H.; HAFIZI, S.; SHAYESTREHFAR, M.; MIRFAZELI, F. S.; ESHGHI, M. A. **Depression and Exercise: A Clinical Review and Management Guideline.** Asian J Sports Med. 2015 June; 6(2): e24055. Published online 2015 June 20.
- SABOURI, S.; GERBER, M.; BAHMANI, D. S.; LEMOLA, S.; CLOUGH, P. J.; KALAK, N.; SHAMSI, M.; TRACHSLER, E. H.; BRAND, S. **Examining Dark Triad traits in relation to mental toughness and physical activity in young adults.** Neuropsychiatric Disease and Treatment. 2016; 12: 229–235. Published online 2016 Jan 27.
- SALEHI, I.; HOSSEINI, S. M.; HAGHIGHI, M.; JAHANGARD, L.; BAJOGHLI, H.; GERBER, M.; PUHSE, U.; TRACHSLER, E. H.; BRAND, S. **Electroconvulsive therapy (ECT) and aerobic exercise training (AET) increased plasma BDNF and ameliorated depressive symptoms in patients suffering from major depressive disorder.** Journal of Psychiatric Research 76 (2016) 1 - 8.
- SCHUCH, F. B.; DUNN, A. L.; KANITZ, A. C.; DELEVATTI, R. S.; FLECK, M. P. **Moderators of response in exercise treatment for depression: A systematic review.** Journal of Affective Disorders 195(2016)40–49.

## BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES

JOSÉ DE SOUZA CRUZ\*  
CLAUDIMAR DE JESUS SANTOS\*  
ÂNGELO ROBERTO DOS SANTOS\*  
GENILSON DOS SANTOS LIMA\*  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)\*  
\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
romildosouza38@hotmail.com  
Palavras-chave: Benefícios. Atividade Motora. Adolescente.

**INTRODUÇÃO:** Este estudo realizado é sobre a prática de atividade motora e a participação ao modo de vida do adolescente da rede de ensino de escolas pública, visando alguns benefícios a essa prática. **OBJETIVOS:** Buscar maiores informações e identificar fatores de associação de adolescentes e escolares na aula de Educação Física e em atividades físicas. **METODOLOGIA:** O presente estudo levantado foi realizado através da internet em bases de dados na Biblioteca Virtual em Saúde e no Google Acadêmico, empregando as seguintes palavras-chave: “benefícios” “atividade motora” “adolescente”, foram encontrados 1.150 artigos referentes ao tema onde 5 destes foram selecionados. **RESULTADOS:** “A prática de atividades físicas na adolescência traz vários benefícios para a saúde física e mental...” (HALLAL, 2006). De acordo com a pesquisa qualitativa feita em 1129 escolares entre 14 e 18 anos do Ensino Médio de Ponta Grossa/PR dados coletados como informações sociodemográficas, massa corporal, estruturas, comportamento sedentário, deslocamento ativo para escola, prática de atividade física de densidade moderada e vigorosa (AFMV) e participação nas aulas de Educação Física, concluíram que, “atenção especial deve ser dada a estes grupos promovendo programas de intervenção e incentivo a prática de atividades físicas” (BACIL, 2013). Outro estudo foi feito com amostra representativa de escolares entre 14 e 18 anos de idade da rede pública de ensino de Curitiba/PR em 2016. A prática foi analisada em modelos distintos demográficos-biológicos (sexo, idade, índice de massa corporal) socioeconômico (escolaridade dos pais) comportamentais (horas assistindo TV, horas na frente do computador) e testes de regressão de Paisson. No estudo seguinte realizado diz “a participação nas aulas de Educação Física foi um fator associado tanto à prática de atividades físicas quanto à exposição a comportamento sedentário em dias de final de semana e esta evidência deverá ser investigada com maior profundidade em futuros estudos”(TENÓRIO, 2010). Conclui-se que “mais da metade dos adolescentes praticam atividade física em pelo menos um dia na semana, embora 14,5% atinjam as recomendações atuais” (FIRMINO, 2010). **CONCLUSÃO:** Dadas as estatísticas, grande parte dessa população pratica atividade física, embora não atinjam os níveis necessários dos benefícios para saúde, pois os estudos evidenciaram a prevalência insuficientes de atividades no que geram um comportamento sedentário.

## REFERÊNCIAS

- TENÓRIO, Maria Cecília Marinho et al. Atividade física e comportamento sedentário em adolescentes estudantes do ensino médio. **Rev bras epidemiol**, v. 13, n. 1, p. 105-17, 2010.
- HALLAL, Pedro Curi et al. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes de 10-12 anos de idade Prevalence of sedentary lifestyle and associated factors in adolescents 10 to 12 years of age. **Cad. Saúde Pública**, v. 22, n. 6, p. 1277-1287, 2006.
- FIRMINO, Rogério César et al. Atividade física e fatores associados em adolescentes do ensino médio de Curitiba, Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v. 44, n. 6, p. 986-995, 2010.

---

BACIL, Eliane; RECH, Cassiano; HINO, Adriano. Padrões de atividade física em escolares de Ponta Grossa, Paraná. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 18, n. 2, p. 177, 2013.

## RELAÇÃO ENTRE GASTO ENERGÉTICO COM EXERCÍCIO FÍSICO E COMPOSIÇÃO CORPORAL DE PRATICANTES DE CORRIDA/CAMINHADA, ATLETAS CORREDORES RECREACIONAIS E CARTEIROS

RAQUEL SUELEN BRITO DA SILVA CREF: 003180-G/PB<sup>1,2,3</sup>

MARIZÂNGELA FERREIRA DE SOUZA<sup>1,3</sup>

WLLIANE SILVA SOARES CRN: 17378/P<sup>1,3</sup>

MATHEUS DA SILVEIRA COSTA CRN: 17400/P<sup>1,3</sup>

LAYSE RAMOS DE MOURA CRN: 15974/P<sup>1,3</sup>

GISELE AUGUSTA MACIEL FRANCA 6209/PB<sup>3</sup>

ALEXANDRE SÉRGIO SILVA 926-G/PB<sup>1,2,3</sup>

1-Universidade Federal da Paraíba-UFPB.

2-Programa Associado de Pós Graduação em Educação Física UPE/UFPB.

3-Laboratório de Estudos do Treinamento Físico aplicado ao Desempenho e à Saúde.

João Pessoa, Paraíba, Brasil.

e-mail: raqueltdb4@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVES:** Composição corporal, exercício físico, emagrecimento, gasto energético.

**INTRODUÇÃO:** Enquanto publicações científicas indicam perdas de peso bastante discretas com programas de treinamento, atletas ou profissões que exigem nível de atividade física elevado tem demonstrado peso compatível com a normalidade ou até mesmo apresentam magreza, o que pode indicar que o efeito do treinamento de um exercício físico em termos de volume, frequência e intensidade sobre a composição corporal é dose dependente. **OBJETIVO:** Verificar a composição corporal e gasto energético dispendido por praticantes de corrida/caminhada em praças públicas, atletas corredores recreacionais e trabalhadores que realizam atividade de caminhada (carteiros). **METODOLOGIA:** Participaram 34 praticantes de corrida/caminhada ( $54.1 \pm 12$  anos), 25 atletas corredores recreacionais ( $35.9 \pm 11.6$  anos) e 23 carteiros ( $39 \pm 11.7$  anos). Foi mensurada a carga de treino/atividade laboral e realizada avaliação da ingestão nutricional habitual e da composição corporal. Dados são apresentados como média e desvio padrão da média, utilizando o teste ANOVA *One way* ou *Kruskal-Wallis* para verificar possíveis diferenças entre os grupos. **RESULTADOS:** Praticantes de corrida/caminhada realizavam  $4.3 \pm 1.3$  treinos/sem,  $40.6 \pm 23.9$  minutos/sessão e gastavam  $1731 \pm 1466.7$  kcal/sem; atletas faziam  $3.7 \pm 1.58$  treinos/sem,  $82.7 \pm 48.3$  minutos/sessão e gastavam  $5081.7 \pm 4184.2$  Kcal/sem; carteiros trabalhavam cinco vezes por semana, com  $190.4 \pm 56.9$  minutos/dia de caminhada e gastavam  $7767 \pm 20375$  kcal/sem. Atletas recreacionais ( $2282.2 \pm 704.4$  kcal/dia) e carteiros ( $2349.9 \pm 757.6$  kcal/dia) tinham maior ingestão nutricional que praticantes de corrida/caminhada ( $1524.4 + 551.7$  kcal/dia). O percentual de gordura de carteiros ( $22.8 \pm 5.9\%$ ) e atletas recreacionais ( $20.9 + 8.4\%$ ) era estatisticamente similar, enquanto os praticantes de corrida/caminha ( $41.5 \pm 6.2$ ) tinham gordura corporal significativamente maior que atletas. Este mesmo padrão se repetiu para IMC e circunferência abdominal. **CONCLUSÃO:** A carga de treino realizada por praticantes de corrida/caminhada em praças públicas é insuficiente para promover uma adequada composição de gordura corporal. Aumento na intensidade ou no volume de treino parece ser necessário para assegurar o sucesso de programas de treinamento visando emagrecimento.



## REFERÊNCIAS

- DONNELLY, J. E. et al. Effects of 16 mo of verified, supervised aerobic exercise on macronutrient intake in overweight men and women: the Midwest Exercise Trial. **The American Journal of Clinical Nutrition**, v.78, p. 950-956, 2003.
- FOCK, K. M.; KHOO, J. Diet and exercise in management of obesity and overweight. **Journal of Gastroenterology and Hepatology**, v. 28 (Suppl. 4), p. 59-63, 2013.
- FOSTER-SCHUBERT, K. E. et al. Effect of diet and exercise, alone or combined, on weight and body composition in overweight-to-obese post-menopausal women. **Obesity (Silver Spring)**, v.20, n.8, p. 1628-1638, 2012.
- FRIEDENREICH, C. M. et al. Adiposity changes after a 1-year aerobic exercise intervention among postmenopausal women: a randomized controlled trial. **International Journal of Obesity**, v. 35, p. 427-435, 2011.
- JOHNS, D. J. et al. Diet or exercise interventions vs combined behavioral weight management programs: a systematic review and meta-analysis of direct comparisons. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics**, v. 114, n.10, 2014.
- KING, N. A. Individual variability following 12 weeks of supervised exercise: identification and characterization of compensation for exercise-induced weight loss. **International Journal of Obesity**, v. 32, p. 177-184, 2008.
- LAKHDAR, N. et al. Six months training alone or combined with diet alters HOMAAD, HOMA-IR and plasma and adipose tissue adiponectin in obese women. **Neuroendocrinology Letters**, v.35. n.5, p. 373-379, 2014.
- LI, J. et al. Exercise patterns, ingestive behaviors, and energy balance. **Physiology & Behavior**, v. 134, p. 70-75, 2014.

## ANÁLISE DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE INDIVÍDUOS COM HIV, APÓS UM TREINAMENTO DE FORÇA E AERÓBIO.

JAQUELINE JOSEFA DA SILVA<sup>1</sup>  
GUSTAVO WILLAMES PIMENTEL BARROS<sup>2</sup>  
JOSÉ DEIVISON DE SOUZA<sup>1</sup>  
PAULO ROBERTO CAVALCANTI CARVALHO<sup>3</sup>

Universidade Federal de Pernambuco; Laboratório de Análises Biológicas do Exercício Físico; Discente do Curso de Educação Física<sup>1</sup>; Professor de Educação Física<sup>2</sup>; Docente do Curso de Educação Física (Orientador)<sup>3</sup>; Recife - Pernambuco, Brasil

[jaqueline-josefa@hotmail.com](mailto:jaqueline-josefa@hotmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** HIV/Aids; Exercício Físico; Força; Aeróbio.

**INTRODUÇÃO:** No início da década de 80, acreditou-se por muitos anos que o repouso era o mais recomendado, evitando-se a prática de atividades físicas para pessoas com HIV. Diante dessa problemática podemos observar que os estudos científicos mais recentes, apontam para uma mudança corroborando hoje com a prática do exercício físico e programas complementares.

**OBJETIVO:** Analisar e comparar a composição corporal de pessoas vivendo com HIV/Aids, após 32 sessões de treinamento aeróbio. **METODOLOGIA:** A amostra foi composta por 29 indivíduos de ambos os gêneros, onde 10 indivíduos foram submetidos a uma vacina terapêutica. Todos foram submetidos a 32 sessões de treinamento aeróbio, com frequência de 3 vezes por semana e intensidade de 50% a 60%, foram realizadas mensurações no início e término do treinamento, onde os mesmos responderam um questionário que avaliava a qualidade de vida (WHOQOL-Bref). Em seguida foram submetidos a uma avaliação física, que se utilizou como medidas a estatura corporal, massa corporal e circunferências, onde o protocolo utilizado foi o de Heath e Carter (1990). Para a tabulação dos dados foi utilizado o software Statistical Package for the Social Sciences – SPSS versão 17.0. **RESULTADOS:** Após o treinamento aeróbio das 32 sessões foi observado uma diferença de 0,02% na relação cintura quadril, 0,03% no índice corporal e 0,05% na circunferência da cintura. O treinamento aeróbio apresentou um resultado bastante significativo para pessoas vivendo com HIV/Aids, nas medidas de relação cintura quadril, índice corporal e circunferência da cintura, diminuindo os riscos para esta população, ficando claro para estes uma melhoria na sua qualidade de vida. **CONCLUSÃO:** Desta forma podemos concluir a importância de inovações em pesquisas sobre estes sujeitos não só no aspecto clínico, mas também nas questões que envolvam a prática do exercício físico, os quais têm objetivos benéficos na melhoria da composição corporal e qualidade de vida.

### REFERÊNCIAS:

- GUERRA LMD. Exercício físico, saúde e qualidade de vida em pessoas com o HIV/AIDS em Natal/Rio Grande do Norte. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) – Programa de Pós-graduação em Ciências da Saúde, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal; 2012.
- LEANDRO CAROL, ELIZABETH DO NASCIMENTO, RAUL MANHÃES-DE-CASTRO, JOSÉ ALBERTO DUARTE, CÉLIA M. M. B. DE-CASTRO. Exercício Físico e Sistema Imunológico: Mecanismos e Interações. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto - v.2 - n.2; 2002.
- MENDES EL, ANDAKI ACR, BRITO CJ, CORDOVA C, NATALI AJ, AMORIM RS, et al. Beneficial effects of physical activity in an HIV infected woman with lipodystrophy: a case report. J Med Case Rep; 2011.
- RASO V, CASSEB JSR, DUARTE AJS, GREVE JMDA. Uma breve revisão sobre exercício físico e HIV/AIDS. R Bras Ci Mov. 2007.

---

SANTOS WR, PAES PP, SANTOS AP, MACHADO DRL, NAVARRO AM, FERNANDES APM. Impact of progressive resistance training in Brazilian HIV patients with lipodystrophy. J AIDS Clin Res. 2013.

## EXERCÍCIO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE REDUZ A CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA (RESUMO)

SARA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (COREN:454.809/SE)

LUCIELLE FERNANDES DE MORAES (CREF:2299-G/AL)

JOSÉ CARLOS DA SILVA ROCHA (CREF:2413-G/SE)

MARCELO MENDONÇA MOTA (CREF: 463-G/SE)

FACULDADE ESTÁCIO DE SERGIPE, ARACAJU, BRASIL. sara\_querque@yahoo.com.br

**PALAVRAS-CHAVE:** Tecido Adiposo. Circunferência Abdominal. Doenças do coração. Terapia por Exercício.

**INTRODUÇÃO.** A obesidade abdominal caracteriza-se como uma inflamação crônica de baixa intensidade, resultando num aumento na circunferência da cintura e no tecido adiposo em torno dos órgãos viscerais. É descrito que o exercício físico promove benefícios morfológicos e cardiovasculares na saúde e na doença. Recentemente, os exercícios de alta intensidade tem demonstrado ser eficaz em reduzir os fatores de risco que desenvolvem as doenças crônico degenerativas. **OBJETIVOS.** O objetivo deste estudo foi revisar os dados na literatura sobre os efeitos do exercício intervalado de alta intensidade na circunferência da cintura. **METODOLOGIA:** Foram realizadas pesquisas nos bancos de dados do Pubmed/Medline Bireme e Embase. As buscas se concentraram nos períodos entre 2006 à 2016. A estratégia de pesquisa feita para obter os resumos dos artigos originais na língua inglesa, foi realizada com as seguintes palavras-chave: “adiposity”, “circumference abdominal” e “heart disease”. Estas foram combinadas com os seguintes termos: “High-intensity interval training”, HIIT, “High-intensity training”, “high-intensity intermitente training”. **DESENVOLVIMENTO.** A circunferência de cintura é uma medida antropométrica que está relacionada à distribuição de gordura visceral e pode ser usada para a avaliação de risco cardiovascular. Os riscos da ocorrência dos problemas cardiometabólicos se elevam quando os valores da circunferência da cintura flutuam em torno de 80 cm para as mulheres e 94 cm para os homens. Grande parte das mortes e incapacidades provenientes das doenças cardiovasculares pode ser reduzida através da redução dos fatores de risco. Com base nisso, sugere-se que o exercício intervalado de alta intensidade (HIIT) é capaz de provocar elevada perda de gordura por um aumento da secreção de hormônios lipolíticos, do gasto energético e da elevação da oxidação de gordura. Evidências também apontam que o HIIT aplicado cronicamente é capaz de reduzir o índice de massa corporal e a circunferência da cintura em -5,8 cm. Protocolos desse tipo de exercício podem ter influência positiva para indivíduos cardíacos com circunferência de cintura aumentada, atribuídas ao nível elevado da intensidade do treinamento, que aumenta o consumo de energia pós-exercício (EPOC) através da utilização do VO<sub>2</sub>max (consumo máximo de oxigênio). Dessa forma, os efeitos na perda de gordura são promissores para quem pratica o HIIT, sendo atraente para a maioria da população interessada em redução do percentual de tecido adiposo. Além disso, autores citam que o exercício intervalado de alta intensidade, articulado com dieta, pode favorecer alterações nos níveis de marcadores inflamatórios de mulheres com sobrepeso e obesidade em longo prazo. Ainda citam que, a realização de exercícios intermitentes de alta intensidade está relacionada também a quantidade de volume semanal de treino, o que pode influenciar significativamente na inflamação causada pela obesidade. O baixo volume semanal desse treino ou uma dieta não controlada reduziria o efeito em mulheres obesas, não alterando as medidas antropométricas. **CONCLUSÃO.** Nessa perspectiva, a literatura evidencia que o exercício intervalado de alta intensidade reduz de forma eficiente a circunferência da cintura. Este tipo de treinamento pode ser uma importante estratégia para a redução dos fatores de risco cardiovasculares.

## REFERÊNCIAS

- BOUTCHER, S. H. High-Intensity Intermittent Exercise and Fat Loss. **Journal of Obesity**, Austrália. 5. nov. 2010.
- FISHER, G.; BROWN, A. W.; BOHAN BROWN, M. M.; ALCORN, A.; NOLES, C.; WINWOOD, L.; RESUEHR, H.; GEORGE, B.; JEANSONNE, M. M.; ALLISON, D. B. High Intensity Interval- vs Moderate Intensity- Training for Improving Cardiometabolic Health in Overweight or Obese Males: A Randomized Controlled Trial. **PLoS One**, v.10, n. 10, p. e0138853, 21 oct. 2015.
- GEISLER, S.; BRINKMANN, C.; SCHIFFER, T.; KREUTZ, T.; BLOCH, W.; BRIXIUS, K. The influence of resistance training on patients with metabolic syndrome—significance of changes in muscle fiber size and muscle fiber distribution. **J Strength Cond Res**, 25, 9, sep. 2011.
- GREMEAUX, V.; DRIGNY, J.; NIGAM, A.; JUNEAU, M.; GUILBEAULT, V.; LATOUR, E.; GAYDA, M. Long-term lifestyle intervention with optimized high-intensity interval training improves body composition, cardiometabolic risk, and exercise parameters in patients with abdominal obesity. **Am J Phys Med Rehabil**, v. 91, n. 11, p. 941-50, nov. 2012.
- GIBALA, M. J.; LITTLE, J. P.; MACDONALD, M. J.; HAWLEY, J. A. Physiological adaptations to low-volume, high-intensity interval training in health and disease. **The Journal of Physiology**, v. 590, n. 5, n. 1077–1084, 2012.
- MARTINS, C.; STENSVOLD, D.; FINLAYSON, G.; HOLST, J.; WISLOFF, U.; KULSENG, B.; MORGAN, L.; KING, N. Effect of Moderate - and High-Intensity Acute Exercise on Appetite in Obese Individuals. **Medicine & Science in Sports & Exercise**. v. 45, apr. 2014.
- RIBEIRO, P. A.; BOIDIN, M.; JUNEAU, M.; NIGAM, A.; GAYDA, M. High-intensity interval training in patients with coronary heart disease: Prescription models and perspectives. **Ann Phys Rehabil Med**, n. 16, p. 30036-7, 23 jun. 2016.
- SHUSTER, A.; PATLAS, M.; PINTHUS, J. H.; MOURTZAKIS, M. The clinical importance of visceral adiposity: a critical review of methods for visceral adipose tissue analysis. **The British Journal of Radiology** . v. 85, n. 1009, p. 1–10, 2012.
- SOSNER, P.; BOSQUET, L.; HERPIN, D.; GUILBEAULT, V.; LATOUR, E.; PAQUETTE-TANNIR, L.; JUNEAU, M.; NIGAM, .A; GAYDA, M. Net Blood Pressure Reduction Following 9 Months of Lifestyle and High-Intensity Interval Training Intervention in Individuals With Abdominal Obesity. **J Clin Hypertens**, 29 apr. 2016.
- TRAPP, E. G.; CHISHOLM, D. J.; FREUND, J. BOUTCHER, S. H. The effects of high-intensity intermittent exercise training on fat loss and fasting insulin levels of young women. **International Journal of Obesity**, v. 32, p. 684–691, 15 jan. 2008.

## PRINCIPAIS LESÕES NO SEGMENTO CORPORAL EM ATLETAS DE BASQUETEBOL

MONAINA REZENDE MOREIRA JOSY ADRIANA DOS SANTOS  
GLEIDE SELMA DOS SANTOS  
JAMILE DANELY DOS SANTOS  
MADSON RODRIGO SILVA BEZERRA (CREF: 2396-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
monainamoreira@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVES:** Basquetebol. Esporte. Atletas.

**INTRODUÇÃO:** O Basquetebol é um esporte coletivo que tem como fundamentos básicos: arremesso, passe, bandeja, rebote, drible, posição de defesa sendo bastante dinâmico, exigindo muito da capacidade física do atleta, esforços intensos utilizando ritmos variados, corridas, saltos, coordenação nos movimentos ofensivos e defensivos. **OBJETIVO:** O presente estudo tem como objetivo verificar as principais lesões para os segmentos corporais dos atletas de basquetebol. **METODOLOGIA:** Estudo com base em revisão bibliográfica a partir de artigos científicos disponíveis na mídia digital. Após consultadas no DECS foram escolhidas as palavras-chave: Basquetebol, Esporte e Atletas. **RESULTADOS:** Segundo Piucco et al (2007) a maioria dos atletas sofrem lesões em seu lado dominante, principalmente no tornozelo devido aos impactos sofridos durante as realizações das bandejas no sentido vertical. Em seu estudo com a seleção brasileira de basquetebol masculino na fase preparatória para campeonato, Moreira, Gentil e Oliveira (2003) concluíram que houve lesões nos membros inferiores principalmente no seguimento tornozelo, também foram identificadas, lombalgias, contusões nas mãos, tendinite patelar, estiramentos na região adutora e perna. Diante de sua pesquisa, De Rose, Tadiello e De Rose (2006) relata que das 341 lesões encontradas, 274 ocorreram em MMII, com ênfase em entorses, lesões no tornozelo, o segundo seguimento mais lesionado foram os joelhos, com predomínio as tendinopatias e rupturas de ligamento cruzado anterior. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que devido ao volume e intensidade, muito contato físico entre jogadores, exigidos pelo esporte, atletas estão propícios a receber fortes impactos em todo segmento corporal, mas levando em consideração a alta solicitação dos segmentos inferiores em saltos, deslocamentos laterais e explosão muscular, articulações como, joelhos e tornozelos são os mais afetados. Portanto no intuito de minimizar essas lesões deve-se inserir treinamentos estratégicos para fortalecer tendões, ligamentos e músculos específicos de cada fundamento, utilizar material adequado na busca de proporcionar maior continuidade desses atletas em carreira esportiva.

### REFERENCIAS:

- DARIO, Grad Bruno Estevan Siqueira; BARQUILHA, Grad Gustavo. **LESÕES ESPORTIVAS: UM ESTUDO COM ATLETAS DO BASQUETEBOL.** Rev. Bras. Cienc. Esporte, v. 31, n. 3, p. 205-215, 2010.
- DE ROSE, Gabriel; TADIELLO, Felipe Ferreira; DE ROSE, Dante. **Lesões esportivas: um estudo com atletas do basquetebol brasileiro.** Lecturas: Educación física y deportes, n. 94, p. 19, 2006.
- MARQUETA, Pedro Manonelles; TARRERO, Luís Tárrega. **Epidemiologia das lesões no basquete.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 5, n. 2, p. 73-76, 1999.
- MOREIRA, Paulo; GENTIL, Daniel; DE OLIVEIRA, César. **Prevalência de lesões na temporada 2002 da Seleção Brasileira Masculina de Basquete.** Clínica, v. 22, p. 22, 2003.
- PIUCCO, Tatiane et al. **Magnitude dos impactos durante as aterrissagens no basquete associado com lesões nos membros inferiores.** In: Comunicação apresentada no XII Congresso Brasileiro de Biomecânica, Rio Claro, Brasil. 2007.

---

VIGNOCHI, Nicole. **Lesões de membros inferiores em atletas de basquetebol feminino: a reincidência e suas causas.** RBPFOX-Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício, v. 4, n. 20, 2011.

## RELAÇÃO ENTRE FORÇA LOMBAR E PRODUÇÃO DE POTÊNCIA DE MEMBROS INFERIORES E SUPERIORES

.MICHELLY GOMES CORDEIRO (CREF: 002332-G/SE)  
GABRIEL VINÍCIOS DOS SANTOS  
VANESSA CRISTINA CASALATINA  
MARTA SILVA SANTOS

MARZO EDIR DA SILVA GRICOLETTO (CREF: 006427-G7RS).

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: michellygomescordeiro@gmail.com

**Palavras-chave:** Força lombar, eletromiografia e músculos abdominais.

**INTRODUÇÃO:** O *core* ou zona média é um complexo formado pelos seguintes subsistemas: a) passivo, que compreende os ossos e ligamentos; b) neural, que corresponde ao sistema nervoso central; c) subsistema ativo, que compreende a musculatura. A zona média tem seu conceito variável no que cerne a questões relacionadas a anatomia. Nesse sentido, a depender do contexto funcional em que o *core* é estudado, é possível encontrar definições mais amplas ou mais restritas relacionadas a esse termo. Contudo, tem sido consenso que a musculatura profunda do *core* envolve o chamado complexo quadril lombo pelve. A musculatura que envolve esse complexo é fortemente ativada teste denominado *Isometric Dead Lift* que afere a força isométrica máxima da cadeia posterior através da extensão do articulação do quadril. Estudos apontam que alguns músculos profundos do *core* se contraem cerca de 50 ms antes da movimentação dos MMSS e MMII, mostrando em teoria que há uma produção de força do centro (*core*) e que esta, por sua vez é transmitida para as extremidades. Portanto, poderia haver uma relação entre a força do *core* e a capacidade de exercer potência dos membros inferiores e superiores. **OBJETIVO:** analisar a relação entre força lombar e potência de membros inferiores e superiores. **METODOLOGIA:** A amostra foi composta por 100 indivíduos jovens saudáveis e assintomáticos, dentre eles 64 mulheres e 33 homens com faixa etária entre 18 e 45 anos ( $25,9 \pm 7$  anos; IMC:  $24,1 \pm 3,9$  kg/m<sup>2</sup>; %G:  $24,0 \pm 7,0$ ). Foi realizado o *isometric dead lift test* para avaliar a força isométrica máxima da musculatura do quadril. O indivíduo foi posicionado sobre a plataforma de um dinamômetro e realizou uma máxima extensão lombar, foram realizadas duas tentativas e a melhor foi considerada para fins estatísticos. Os dados foram expressos em KgF e os avaliados foram orientados a realizar uma força gradual e constante durante a realização do teste. Foi estimada a potência da fase concêntrica nos exercícios de supino horizontal, *leg press* e remada horizontal, utilizando 50% de 1RM. Um encoder linear foi conectado em cada aparelho para medir a velocidade de deslocamento da carga. A velocidade foi utilizada para calcular a potência (watts) utilizando um *software* denominado Muscledlab®. Foi utilizada estatística descritiva e a relação entre as variáveis foi determinada utilizando correlações univariadas, representada pelo coeficiente de correlação de Pearson. Regressão linear simples foi utilizada para explicar a possível relação entre as variáveis de performance (dependente) e as variáveis do *core* (independente). O nível de significância foi estabelecido em 5% e utilizado o programa estatístico SPSS 22.0. **RESULTADOS:** Houve uma correlação alta entre a força lombar e a potência no supino ( $r=0,8$ ;  $p \leq 0,001$ ;  $r^2=0,516$ ). No que se refere aos testes de *Leg Press* e Puxada Horizontal, fora encontrada uma correlação moderada ( $r=0,67$ ;  $p \leq 0,001$ ;  $r^2$  0,32) e ( $r=0,62$ ;  $p \leq 0,001$ ;  $r^2=0,31$ ) respectivamente. **Conclusão:** Na amostra em questão, a força lombar apresenta associação de moderada a alta com a potência de membros superiores e inferiores.



---

## REFERÊNCIAS

- BRIGGS, M. S. et al. Lumbopelvic Neuromuscular Training and Injury Rehabilitation: A Systematic Review. **Clinical Journal of Sport Medicine**, v.23, n.3, p.160-71, 2013.
- CHANG, W. D. et al. Core strength training for patients with chronic low back pain. **Journal of Physical Therapy Science**, v.27, n.3, p.619-22, 2015.
- KRAEMER, William J.; RATAMESS, Nicholas A. **Fundamentals of Resistance Training: Progression and Exercise Prescription**. *Medicine e Science In Sports e Exercise*, v. 36, n. 4, p. 674-688, 2004.
- NESSER, T., DEMCHAK, T. J. Effect of Core Strength on the Measure of Power in the Extremities. **The Journal of Strength And Conditioning Research**, v.2, n.2, p.373-80, 2012.
- SHARROCK, C. et al. A pilot study of core stability and athletic performance: is there a relationship? **The International Journal of Sports Physical Therapy**, v.6, n.2, p.63-74, 2011.
- TARNANEN, S. P. et al. Effect of Isometric Upper-Extremity Exercises on the Activation of Core Stabilizing Muscles. **American Academy of Physical Medicine and Rehabilitation**, v.89, n.3, p.513-2, 2008.
- VERA-GARCÍA, F.J. et al. Core stability. Concepto y aportaciones al entrenamiento y la prevención de lesiones. **Revista Andaluza del Medicina Deporte**, v.8, n.2, p.79–85, 2015.

## OS EFEITOS POSITIVOS NA MELHORIA DA SAÚDE DE IDOSOS UTILIZANDO OS EXERGAMES

JAUQUELINE LADEIRA DOS SANTOS LADEIRA (CREF:002098-G/SE)  
TECIA TATHYENE MELO (CREF: 2143G/SE)  
Universidade Tiradentes/UNIT – Aracaju-SE- Brasil  
jaquelinelegionaria@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVES:** Atividade Motora; Envelhecimento; Exergames.

**INTRODUÇÃO:** São denominados “exergames” os videogames ativos, que reproduzem os movimentos corporais ou gestos motores esportivos, desse modo o objetivo do jogo é fazer com que o jogador execute os movimentos da melhor maneira possível e esses movimentos são captados através de sensores de movimentos como plataformas, “joysticks” (controles). Com o avanço tecnológico os exergames é uma nova ferramenta a ser utilizada com a população idosas, facilitando a prática da atividade física e proporcionado a esse idosos uma melhora na saúde, saindo do sedentarismo e contribuindo para o aumento da prática da atividade física, que segundo a ACMS(Colégio Americano de Medicina do Esporte), que recomenda 30 minutos de atividade física moderada, sendo praticada no mínimo de 5 vezes por semana. Outro fator positivo dos exergames é sua facilidade que podem ser praticados em casa, individualmente ou em grupo, quando utilizados com pessoas idosas as atividades em grupo são mais prazerosa, agindo para a socialização e interação entre outras pessoas e dependendo da intensidade proporcionam alterações semelhantes ao exercício físico, promovendo um estilo de vida saudável aos praticantes.

**OBJETIVO:** Analisar os efeitos positivos dos videogames como uma alternativa para a realização da atividade física para idosos. **METODOLOGIA:** Através de revisão bibliográfica, analisando as diversas atividades desenvolvidas utilizando os exergames. **RESULTADOS:** A utilização dos exergames como aliado a prática de atividade física para pessoas idosas é um assunto considerado novo e com poucas publicações de artigos, porém os resultados demonstram que a utilização dos exergames incentiva o idoso a exercitarem-se mais, melhorando as suas capacidades físicas, equilíbrio corporal e reabilitação de algumas doenças provenientes do avanço da idade, provocando resultados significativos na vida de pessoas com idades mais avançadas.

**CONCLUSÕES:** Desse modo os exergames proporcionam e se configuram como uma alternativa eficiente como incentivadora da prática de atividade física, sendo necessário o acompanhamento de um profissional habilitado para corrigir os possíveis erros, auxiliar, e incentivar os idosos durante a utilização dos exergames.

### REFERÊNCIAS:

GOMES et.al. Exergames podem ser uma ferramenta para acréscimo de atividade física e melhora condicionamento físico? **Revista Brasileira de Atividade Física Saúde**. Pelotas/RS, 20(3):332-242. Maio.2015.

MELO et.al. Video Games Ativos, equilíbrio e gasto energético em idosos: uma revisão sistemática. **ConScientiae Saúde**, vol. 13, núm. 2, Universidade Nove de Julho, pp. 289-297,2014.

MENEZHINI et.al. Percepção de adultos mais velhos quanto à participação em programa de exercício físico com exergames: estudo qualitativo. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, 21(4):1033-1041, 2016.

QUEIROZ.B.M. **Efeitos do exercício físico com exergames e em ergômetros no desempenho motor de idosos**.2015. 87 .f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis,2015.

---

SILVA. A.P. **Aposentadoria e exergames**: uma revisão integrativa da literatura sobre a possibilidade da prática de atividades físicas por idosos por meio de exergame.2015.141 f. Dissertação (Trabalho de conclusão de curso em educação física bacharelado), Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Rio Claro, 2015.

## **ANSIEDADE, ESTRESSE E DEPRESSÃO: MÉTODOS DE AVALIAÇÃO E A RELAÇÃO COM A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS**

RAYANNE GOIS DE SOUZA (CREF: 002007 G/SE)<sup>1</sup>

CRISLENE GOIS SANTOS (CREF: 002377 G/AL)<sup>2</sup>

LEANDRO ALMEIDA NASCIMENTO<sup>1</sup>

ALVACI FREITAS RESENDE (CRP: 19/000753)<sup>1</sup>

CLÁUDIO JOAQUIM BORBA-PINHEIRO<sup>3</sup>

1. Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil;

2. Universidade Federal de Sergipe;

3. Universidade do Estado do Pará, Belém, Pará, Brasil.

[rayanne.gois@hotmail.com](mailto:rayanne.gois@hotmail.com)

**Palavras – Chave:** Transtornos; prevenção; exercício Físico.

**INTRODUÇÃO:** Atualmente, com o estilo de vida que a sociedade contemporânea tem adotado, o aparecimento de psicopatologias como ansiedade, estresse e depressão, vem se tornando cada vez mais comum. O estudo de métodos que diagnostiquem e avaliem essas condições, bem como estratégias que agem tanto na profilaxia como no tratamento desses transtornos, que incluem a prática de exercícios físicos, fornecem subsídios auxiliares para uma intervenção eficaz tanto para prática clínica, como para estudos acadêmicos. **OBJETIVOS:** Estudar as psicopatologias: ansiedade, estresse e depressão, bem como sugerir métodos para diagnóstico e avaliação dessas condições e relacionar a prática do exercício físico como método de controle desses transtornos. **METODOLOGIA:** Revisão bibliográfica com análise de conteúdo, com uma abordagem qualitativa. **DESENVOLVIMENTO:** A ansiedade pode ser compreendida como um estado fisiológico, tratando-se de uma emoção básica do ser humano, e apesar de não significar um estado patológico, pode se tornar um. Assim, sua manifestação é caracterizada por nervosismo, preocupação e apreensão que pode ser gerado por pensamentos ou por reações associada com a ativação ou agitação do corpo. Sua mensuração é realizada com base em métodos indiretos, tais como escalas de avaliação subjetivas, porém existem também medidas de alterações fisiológicas, bem como utilização de mensurações psicológicas. Dentre as escalas de ansiedade mais utilizadas nos últimos anos, destacam-se as escalas de ansiedade para avaliação clínica e as de auto avaliação como: as escalas de Hamilton e de Beck e o IDATE. O estresse é definido como uma reação do organismo, com características físicas e /ou psicológicas, as quais são provocadas por mudanças psicofisiológicas, que são desencadeadas mediante situações que confrontem o indivíduo o deixando irritado, amedrontado, excitado ou até mesmo feliz. Atualmente, essa condição se encontra dividida em quatro fases: alerta, resistência, quase-exaustão e exaustão. Há três tipos de medidas do estresse: a medida biológica, a ambiental e de auto percepção do estresse. Nessa última, se encaixam as escalas de avaliação dessa condição, que quando comparadas as medidas bioquímicas, são mais acessíveis e uma das mais utilizadas para essa avaliação é o inventário de sintomas de estresse para adultos de Lipp. A depressão pode ser classificada, segundo a perspectiva da psicopatologia, como um transtorno de humor ou transtorno afetivo e para que se possa identificar é necessário que haja o relato comportamental e sintomatológico da síndrome. Desse modo, Inventários e escalas permitem não só averiguar a presença e a assiduidade de sintomas depressivos, como também identificar e fazer uma avaliação da magnitude que se encontram e se apresentam os sintomas e um dos instrumentos mais utilizados para avaliá-la é o Beck's Depression Inventory (BDI). **CONCLUSÃO:** O conhecimento da natureza dessas condições e dos instrumentos que as identifiquem e qualifiquem são necessárias para atuação de profissionais. Além disso, os exercícios físicos apresentam uma positiva ação no tratamento e na

prevenção das psicopatologias elencadas, o qual ser utilizado como uma estratégia não-medicamentosa.

## REFERÊNCIAS

- APÓSTOLO JLA, FIGUEIREDO MHF, MENDES AC, RODRIGUES MA. Depressão, ansiedade e estresse em usuários de cuidados primários de saúde. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**. 2011.
- AROS, M.S; YOSHIDA, E.M.P. Estudos da depressão: Instrumentos de avaliação e gênero. **Boletim de psicologia**, vol. Lix, nº 130: 061-076. 2009.
- BAPTISTA, M.R; DANTAS, E.H.M. Yoga no controle de stress. **Fitness & Performance Journal**, v.1, n.1, p.12-20, 2002.
- BATISTONI S.S T. Validade e confiabilidade da versão brasileira da Center forEpidemiological Scale – Depression (CES-D) em idosos brasileiros. **Psico-USF**, v. 15, n. 1, p. 13-22, jan./abr. 2010.
- BECKER, R.M.R.; SILVA, V.K.; MACHADO, F.S.; SANTOS, A.F.; MEIRELES, D.C.; MERGENER, M.; SANTOS, G.A.; ANDRADE, F.M. Interação entre qualidade do meio ambiente, estresse e a variação do gene APOE na determinação da suscetibilidade à fibromialgia. **Revista Brasileira de Reumatologia**. 2010.
- COGHI, P.F.; COGHI, M.F. **Estresse e Ansiedade: Eles estão te consumindo?** 14º Congresso de Stress do ISMA, Porto Alegre, 2013.
- CORDÁS TA, SASSI-JUNIOR E. Depressão: como diagnosticar e tratar. **Revista Brasileira de Medicina**. 54:61-68,1998. (Edição especial).
- IASI, T.C.P. **A atividade física na saúde mental: uma revisão da literatura**. Trabalho de conclusão de curso, Rio Claro. 2013.
- MELLO, M.T., BOSCOLO, R. A., ESTEVES, A.M., TUFILK, S. O exercício físico e os aspectos psicobiológicos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. V. 11, N.3. 2005
- SOUZA, R.G.; SANTANA, E.B.; PEDRAL, R.L, DIAS, D.; DANTAS, E.H.M. A relevância de instrumentos de avaliação de ansiedade, estresse e depressão. **Caderno de Graduação Ciências Biológicas e de Saúde**. V.3. ;N.1; (p. 37-57), 2015.

## **CORRELAÇÃO ENTRE UM APLICATIVO DE SMARTPHONE E O POLAR® RS800CX™ NO REGISTRO DA VARIABILIDADE DA FREQUÊNCIA CARDÍACA**

GUSTAVO DA SILVA FÉLIX  
REABIAS DE ANDRADE PEREIRA  
ANDERSON IGOR SILVA DE SOUZA ROCHA  
VALBÉRIO CANDIDO DE ARAÚJO CREF 001291-G/PB  
ALEXANDRE SÉRGIO SILVA CREF 00926/G-PB  
UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA, JOÃO PESSOA, PARAÍBA, BRASIL.  
E-mail: [gustavoofelix@gmail.com](mailto:gustavoofelix@gmail.com)

**PALAVRAS- CHAVE:** Variabilidade da frequência cardíaca, smartphone, cardiofrequencímetro, sistema nervoso autônomo.

**INTRODUÇÃO:** O padrão ouro para o registro da variabilidade da frequência cardíaca (VFC) é o eletrocardiograma (ECG). Atualmente, dispositivos portáteis como cardiofrequencímetros, têm sido utilizados como uma ferramenta prática, porém que ainda necessita da exportação manual dos dados brutos para análise em um computador. Mais recentemente, aplicativos de smartphone têm sido utilizados para o registro da VFC pela maior praticidade e baixo custo. **OBJETIVO:** Correlacionar os dados da VFC registrados pelo aplicativo HRV Expert CardioMood e o cardiofrequencímetro Polar® RS800CX™. **METODOLOGIA:** Participaram do estudo 22 estudantes universitários saudáveis, (25,3 ± 6,5 anos). Após 5 minutos de repouso, foram realizados dois registros da VFC com duração de 5 minutos cada, um através do smartphone e outro com o Polar® RS800CX™. Foi utilizado a correlação de Pearson para testar relação entre as variáveis. **RESULTADOS:** Houve correlação positiva e significativa em todas as variáveis, tanto no domínio do tempo (RR  $r = 0.97$   $p < 0,0001$ ; SDNN  $r = 0.79$   $p < 0,0001$ ; FC:  $r = 0.97$   $p < 0,0001$ ; RMSSD:  $r = 0.99$   $p < 0,0001$ ; LnRMSSDx20:  $r = 0.98$   $p < 0,0001$ ; PNN50:  $r = 0.97$   $p < 0,0001$ ), quanto no domínio da frequência (LF:  $r = 0.55$   $p = 0,0081$ ; HF:  $r = 0.59$   $p = 0,0041$ ; LF/HF:  $r = 0.76$   $p < 0,0001$ ). **CONCLUSÃO:** Desse modo, este estudo mostrou que o aplicativo HRV Expert CardioMood espelhou os dados obtidos através do cardiofrequencímetro Polar® RS800CX™ em todas as variáveis, em estudantes universitários saudáveis. Os resultados sugerem que o aplicativo HRV Expert CardioMood é capaz de registrar os intervalos RR para análise dos índices de VFC tão confiavelmente quanto os obtidos pelo Polar® RS800CX™ e, de uma maneira mais prática e objetiva.

### **Referências**

- WILLIAMS, D. P.; JARCZOK, M. N.; ELLIS, R. J.; et al. Two-week test-retest reliability of the Polar® RS800CX™ to record heart rate variability. **Clinical Physiology and Functional Imaging**, p. 1–6, jan. 2016.
- TASK FORCE OF THE EUROPEAN SOCIETY OF CARDIOLOGY AND THE NORTH AMERICAN SOCIETY OF PACING AND ELECTROPHYSIOLOGY. Heart rate variability standards of measurement, physiological interpretation, and clinical use. **European Heart Journal**, v. 17, p. 354–381, 1996.
- ESCO, M. R.; FLATT, A. A. Ultra-short-term heart rate variability indexes at rest and post-exercise in athletes: evaluating the agreement with accepted recommendations. **Journal of sports science & medicine**, v. 13, n. 6, p. 535–541, 2014.
- GAMELIN, F. X.; BERTHOIN, S. validity of the Polar S810 Heart Rate Monitor to Measure R-R Intervals at Rest. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, v. 38, n. 5, p. 887–894, 2006.

---

PLEWS, D. J.; LAURSEN, P. B.; STANLEY, J.; et al. Training adaptation and heart rate variability in elite endurance athletes: Opening the door to effective monitoring. **Sports Medicine**, v. 43, n. 9, p. 773–781, 2013.

## A ATIVIDADE FÍSICA E O DESENVOLVIMENTO MOTOR INFANTIL

RODRIGO LAMEIRÃO LEITE DOS SANTOS

RODOLFO ZARA NETTO

ANDRÉ LUIS CÂNDIDO PEREIRA

VICTOR LUCAS DOS SANTOS

NARA MICHELLE MOURA SOARES (CREF: 1.090-G/SE)

Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

rodlam23@gmail.com

Palavras-chave: Treinamento. Coordenação motora. Infantil.

**INTRODUÇÃO:** A realidade das brincadeiras e jogos populares vem se distanciando gradualmente do cotidiano das crianças, é comum que essas práticas sejam substituídas pelo lazer digital. Esse comportamento pode prejudicar o desenvolvimento motor e adaptabilidade social em diferentes níveis. **OBJETIVOS:** Coletar informações sobre a importância da atividade física para o desenvolvimento das capacidades motoras na infância e na adolescência. **METODOLOGIA:** O material utilizado foi obtido na biblioteca da Universidade Tiradentes e por meio do acesso ao Google Acadêmico, através da pesquisa das palavras chave geradas na plataforma do DeCS, foram encontrados 3810 resultados em 0,04 segundos, 4 artigos e um livro foram selecionados para a elaboração do resumo. **DESENVOLVIMENTO:** Movimentar-se, faz parte das primeiras experiências que favorecem a aquisição de um conjunto de aprendizagens básicas importantes, é durante os primeiros seis anos de vida que os padrões motores fundamentais emergem e se aperfeiçoam. O desenvolvimento elabora-se gradualmente até a idade adulta, porém, é na infância que estabelecemos a base das habilidades motoras e sociais (FERREIRA, 1999). Valter Pinheiro (2012) *apud* Hitz e Holtz (1986), afirmam que “as capacidades coordenativas desempenham um papel primordial na estrutura do movimento com reflexos nas múltiplas aptidões necessárias para responder às exigências do dia-a-dia, do trabalho e do desporto”. Assim, ao realizar práticas esportivas a criança desenvolve o tônus muscular, capacidades físico-motoras, sociabilidade e a valorização da autoestima. De acordo com Le Boulch (1987), “o desenvolvimento de uma criança é o resultado da interação de seu corpo com os objetos de seu meio, com as pessoas com quem convive e com o mundo onde estabelece ligações afetivas e emocionais.”, por isso se torna essencial que as práticas oferecidas pelas atividades físicas sejam contínuas durante o processo de desenvolvimento infantil. Segundo Diana Campão (2008) *apud* Oliveira (1997), é através do corpo que a criança estabelece contato com o ambiente, se insere no mundo e compreende o outro. Nas experiências de aprendizagem, a criança constrói seu esquema corporal e amplia seu repertório psicomotor, adquirindo autonomia e segurança. As mudanças na estrutura social e os avanços tecnológicos da atualidade oferecem recursos que se tornam atrativos para os pais e conseqüentemente para as crianças, que vão crescendo imersas em diversos estímulos que incentivam o uso do lazer virtual. Assim, percebemos que há uma diminuição do espaço físico disponível para a realização de atividades físicas, o que determina a necessidade de uma atenção especial sobre o estado das condições biológicas do corpo e valor da educação pelo meio da motricidade (FERREIRA, 1999). **CONCLUSÃO:** Podemos ao longo desse trabalho perceber que a vida moderna proporciona recursos positivos em diversos momentos, porém, atentar-se para as questões do desenvolvimento motor adquirido através da atividade física, torna-se fundamental para assegurarmos que a intervenção prática esteja presente no cotidiano das crianças e adolescentes.



---

**REFERÊNCIAS:**

- FERREIRA, Carlos Alberto. Neto. **“Motricidade e Jogo na Infância”**. Editora Sprint, RJ, 2ª edição, 1999.
- CARVALHO, J.; ASSUNÇÃO, L.; PINHEIRO, V. **A importância do treino das capacidades coordenativas na infância**. 2012.
- PELLEGRINI, Ana Maria et al. **Desenvolvendo a coordenação motora no ensino fundamental**. São Paulo: UNESP, 2005.
- SOUZA, Cleverton José Farias de. **A relação entre coordenação motora e atividade física em crianças dos sete aos 10 anos de idade: um estudo longitudinal**. 2011. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.
- PACHECO, Edneia Alves; SANTOS, Juliano Ciebre dos. **Importância do Desenvolvimento da Coordenação Motora na Aprendizagem na Educação Infantil**. Nativa-Revista de Ciências Sociais do Norte de Mato Grosso, v. 1, n. 2, 2013.
- CAMPÃO, Daiana Dos Santos; CECCONELLO, Alessandra Marques. **A contribuição da Educação Física no desenvolvimento psicomotor na educação infantil**. Lecturas, Educación Física y Deportes. Revista Digital. Ano, v. 13, 2008.

## PREVALÊNCIA DO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES BRASILEIROS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

ALISON OLIVEIRA DA SILVA\*  
BRUNO RAFAEL VIEIRA SOUZA SILVA\*\*  
RAFAEL MIRANDA TASSITANO\*\*\*

\*Programa de Pós-Graduação de Mestrado em Educação Física, Universidade de Pernambuco,  
Recife, Brasil

\*\*Programa de Pós-Graduação de Mestrado em Hebiatria, Universidade de Pernambuco, Recife,  
Brasil

\*\*Universidade Federal Rural de Pernambuco  
[alison.oli@hotmail.com](mailto:alison.oli@hotmail.com)

Palavras-chave: Estilo de vida sedentário; Adolescentes; Brasil

**INTRODUÇÃO:** O comportamento sedentário é conceituado por um conjunto de atividades que apresentam um gasto energético próximo aos valores de repouso/basal, que ocorrem com o corpo na posição sentada ou reclinada (PATE; O'NEILL; LOBELO, 2008), incluindo atividades como assistir TV, utilizar o computador, jogar videogame, ficar à toa conversando com os amigos, falando ao telefone, dentre outras atividades similares (MENEGUCI et al., 2015; OWEN, 2010; PATE; O'NEILL; LOBELO, 2008; TREMBLAY et al., 2011). No Brasil, diversos estudos epidemiológicos foram conduzidos para estimar a prevalência de exposição a comportamento sedentário em adolescentes. Esses estudos têm sido usualmente representados pela exposição aos aparelhos de tela, que compreendem as medidas (unificadas ou distintas) do tempo de exposição à TV, videogame, tablets, Smartphones e computador (GUERRA; FARIAS JÚNIOR; FLORINDO, 2016). **OBJETIVO:** Verificar as taxas de prevalência de comportamento sedentário em adolescentes brasileiros. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão sistemática conduzida entre os meses de abril e junho de 2016 com objetivo de reunir uma síntese de artigos que observaram a exposição a comportamentos sedentários em adolescentes brasileiros. Onde foram efetuadas buscas nas bases de dados eletrônicas PubMed, *Web of Science*, Scopus e SciELO. Para a busca dos artigos científicos utilizou-se os seguintes descritores e termos em inglês: “*Sedentary lifestyle*”; “*Sedentary behavior*”; “*Screen time*”; “*Adolescents*”; “*Brazil*”; “*Brazilian*”. Os mesmos termos também foram pesquisados em português. Utilizou-se os operadores lógicos “AND”, “OR” e “AND NOT” para combinação dos descritores e termos utilizados para rastreamento das publicações. O processo de análise dos estudos envolveu leitura de títulos, resumos e textos completos. Foram incluídos estudos observacionais com adolescentes desenvolvidos no Brasil, que apresentaram as taxas de prevalência de exposição ao comportamento sedentário. **RESULTADOS:** Dos 351 artigos recuperados nas buscas, 26 artigos atenderam aos critérios de inclusão e compuseram a síntese descritiva. Desses houve grande concentração dos estudos na região Nordeste (n=12 – 46%) e as taxas de prevalência de exposição ao comportamento sedentário variaram de 19,7% a 90%. **CONCLUSÃO:** Os achados da presente revisão mostram uma ampla variabilidade com relação às taxas de prevalência do comportamento sedentário em estudos com adolescentes brasileiros.

### REFERÊNCIAS

GUERRA, P. H.; FARIAS JÚNIOR, J. C. DE; FLORINDO, A. A. Sedentary behavior in Brazilian children and adolescents: a systematic review. **Revista de Saúde Pública**, v. 50, p. 1–15, 2016.  
MENEGUCI, J. et al. Comportamento sedentário: conceito, implicações fisiológicas e os procedimentos de avaliação. **Motricidade**, v. 11, p. 160–174, 2015.  
OWEN, N. E. AL. Too Much Sitting: The Population-Health Science of Sedentary Behavior. **Ex**

---

**Sports Sci Revires**, v. 38, n. 3, p. 105–113, 2010.

PATE, R. R.; O'NEILL, J. R.; LOBELO, F. The evolving definition of “sedentary”. **Exercise and sport sciences reviews**, v. 36, n. 4, p. 173–178, 2008.

PEARSON, N.; BIDDLE, S. J. H. Sedentary behavior and dietary intake in children, adolescents, and adults: A systematic review. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 41, n. 2, p. 178–188, 2011.

TREMBLAY, M. et al. Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in school-aged children and youth. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 8, n. 1, p. 98–119, 2011.

## **MURAL OLÍMPICO: UMA EXPERIÊNCIA NA AVALIAÇÃO DE APRENDIZAGEM EM EDUCAÇÃO FÍSICA.**

JOSÉ RICARDO LOPES FERREIRA  
FELIPE DE CARVALHO AUSTRELINO  
ORIENTADORA: PATRÍCIA CAVALVANTI AYRES MONTENEGRO  
Universidade Federal de Alagoas – UFAL – Maceió – Alagoas – Brasil  
[r2ferreira.edf@gmail.com](mailto:r2ferreira.edf@gmail.com)

Palavras-chave: Avaliação Educacional, Ensino, Educação Baseada em Competências

**INTRODUÇÃO:** Aprendizagem se consiste em uma parte essencial do processo de ensino aprendizagem pois busca apresentar ao aluno suas facilidades, dificuldades e evolução durante todo o processo (DARIDO, 2012). Esse trabalho foi resultado das intervenções da equipe do subprojeto de Educação Física do Programa Institucional de Bolsa e Iniciação à Docência (PIBID/CAPES/UFAL) em uma escola estadual de ensino fundamental II da cidade de Maceió/AL.

**OBJETIVO:** Apresentar e analisar as contribuições do portfólio em forma de Painel como instrumento de avaliação de aprendizagem em Educação Física Escolar. **METODOLOGIA:** Este é um estudo qualitativo do tipo pesquisa ação, que segundo Gil (2010): “tem características situacionais, já que procura diagnosticar um problema específico numa situação específica, com vistas a alcançar algum resultado prático.” (p.42). A amostra estudada foi composta por 120 alunos, com idades entre 12~17 anos, cursando do sexto e o nono ano da escola. A coleta de dados ocorreu em duas etapas: Na primeira etapa foi aplicada uma entrevista semiestruturada para diagnosticar as demandas da disciplina. Na segunda etapa utilizou-se a observação participante que segundo Correia (2009, p.31): “constitui uma técnica de investigação, que usualmente se complementa com a entrevista semiestruturada ou livre”. Para registro utilizou-se um diário de campo. **RESULTADOS:** A análise dados da primeira etapa resultou na unidade didática: “Vivenciando as Olimpíadas”, para de avaliação de aprendizagem, adotou-se o portfólio em forma de painel, chamado “Mural Olímpico” No Mural Olímpico foram expostas produções dos alunos como: pesquisas, produção de textos, e produções artísticas abordando aspectos sociais, culturais, históricos e econômicos das Olimpíadas. Após a avaliação da intervenção observou-se que o Mural Olímpico: Conseguiu atender a demanda da variedade de competências a serem desenvolvidas nas aulas de Educação Física, a partir do aprofundamento e da diversidade dos conhecimentos abordados, pois segundo Daolio (1996) “é possível trabalhar com a Educação Física não só no sentido de vivencia-la, mas também compreendendo-a, criticando-a e transformando-a”. (p.42). Respeitou a individualidade do aluno avaliando de forma processual, como sugerem os Parâmetros Curriculares Nacionais - PCNS (1998) e o instituiu como responsável por sua formação a partir da motivação na busca pelo conhecimento. Promoveu a aproximação da avaliação com o processo de ensino aprendizagem, pois as produções forneciam informações constantes do desempenho escolar dos alunos. **CONCLUSÃO:** Concluiu-se que o Mural Olímpico: Forneceu informações necessárias para os alunos acerca de seu desempenho nas aulas de Educação Física. E ao professor para avaliação das suas práticas pedagógicas e metodologias aplicadas. Instituiu o aluno como responsável pela sua formação através da busca de conhecimento por intermédio das produções. Proporcionou a equipe do PIBID uma experiência acerca da avaliação de aprendizagem que não é uma prática comum nos estágios curriculares. Ofereceu subsídios de uma experiência concreta de avaliação de aprendizagem nas aulas de Educação Física, quebrando o paradigma das avaliações físicas por tanto tempo vigente em nossas práxis pedagógicas. Sugerem-se outros estudos acerca desse tema, afim de enriquecer a literatura na área, para que os professores aprimorem as práticas avaliativas na Educação Física Escolar.

**REFERÊNCIAS:**

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais:** Educação Física/Secretaria de Educação Fundamental. Brasília: MEC/SEF, 1998.

Correia, Maria da Conceição Batista "A observação participante enquanto técnica de investigação". **Pensar Enfermagem** Vol. 13 N.º 2 2º Semestre de 2009. Disponível em: <[http://pensarenfermagem.esel.pt/files/2009\\_13\\_2\\_30-36.pdf](http://pensarenfermagem.esel.pt/files/2009_13_2_30-36.pdf)> acesso em: 16 out 2014.

DAOLIO, Jocimar. Em Busca da Pluralidade Cultural. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, supl. 2, 40-42, 1996.

DARIDO, Suraya Cristina. A avaliação da Educação Física na escola. In: UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA. Prograd. **Caderno de Formação:** formação de professores didática geral. São Paulo: Cultura Acadêmica , 2012, p. 127-140, v. 16.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 5.ed. São Paulo: Atlas, 2010.

## EXERCÍCIO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE EM PESSOAS HIPERTENSAS

SAULO YURI OLIVEIRA SANTOS (CREF: 2434-G/SE)  
RAFAEL DA SILVA SANTANA (CREF: 2278-G/SE)  
MARCELO MENDONÇA MOTA (CREF: 463-G/SE)  
FACULDADE ESTÁCIO DE SERGIPE, ARACAJU-SE, BRASIL  
sauloedfi@hotmail.com

**PALAVRAS CHAVE:** Exercício físico; Hipertensão; Pressão Arterial; Qualidade de Vida.

**INTRODUÇÃO.** A hipertensão arterial acomete cerca de um bilhão de pessoas em todo mundo, esta, associa-se com maiores incidências cardiovasculares. O exercício físico encontra-se como forma de prevenção a vários fatores de risco cardiovasculares, pois, com este, é possível alcançar melhoras significativas nos valores de pressão arterial. Os níveis mais elevados na prática de exercícios se mostram eficazes na melhora da fisiopatologia de indivíduos hipertensos.

**OBJETIVOS.** O estudo teve por objetivo esclarecer os efeitos do exercício intervalado de alta intensidade em indivíduos portadores de hipertensão.

**METODOLOGIA.** Foram realizadas pesquisas nos bancos de dados do Pubmed/Medline, Bireme e Embase. As buscas se concentraram nos períodos entre 2010 à 2016. A estratégia de pesquisa feita para obter os resumos do artigos originais na língua inglesa, foi realizada com as seguintes palavras-chave: “Hypertension”, “Blood Pressure”. Estes foram combinadas com os seguintes termos: “High-intensity interval training”, HIIT, “High-intensity training”, HIT “high-intensity interval”, “high-intensity intermitente training”, “high-intensity intermittent exercise”, “aerobic interval”, “sprint interval”.

**DESENVOLVIMENTO.** A intensidade do exercício mostra-se bem relevante sobre a capacidade cardiorrespiratória, tendo as duas associação. Com o exercício intervalado de alta intensidade ocorrem amplas melhorias nos marcadores da aptidão cardiorrespiratória, incluindo os valores de pressão arterial em indivíduos hipertensos e com alto risco familiar de hipertensão. Outro fator importante nessa determinação foi a redução dos níveis de norepinefrina, que estabelece a relação do sistema nervoso autônomo com a patogenia da hipertensão. O exercício intervalado de alta intensidade, também, mostrou ser capaz de melhorar a função endotelial principalmente pela maior biodisponibilidade do óxido nítrico, além de ser referido como mais efetivo na diminuição da rigidez arterial. A definição de trabalho em alta intensidade dos protocolos de HIIT fica entre 80% e 95% da frequência cardíaca máxima ou VO<sub>2</sub> máximo com recuperações ativas entre 40% e 75% da frequência cardíaca máxima ou VO<sub>2</sub> máximo ou ainda recuperações passivas, outros tipos de protocolos empregando natação intermitente utilizaram sessões de 6 a 10 series de 30 segundos com recuperação de 2 minutos totalizando 15 a 20 minutos.

**CONCLUSÃO.** Diante disso, o exercício intervalado de alta intensidade aparece como um modelo de treinamento eficaz em promover uma melhora da hipertensão arterial, proporcionando assim, uma melhor qualidade de vida nesses indivíduos. Porém ele ainda deve ser mais estudado, o que torna a sua prescrição cautelosa, pois diferentes abordagens foram utilizadas nos estudos o que requer atenção na hora de sua utilização em diferentes populações de hipertensos.

## REFERÊNCIAS

Brito AF, Brasileiro-Santos MS, Coutinho De Oliveira CV, Nóbrega TKS, Forjaz CLM, Santos AC. High-Intensity Resistance Exercise Promotes Postexercise Hypotension Greater Than Moderate Intensity And Affects Cardiac Autonomic Responses In Women Who Are Hypertensive. J Strength Cond Res. 2015 Dec;29(12):3486-93.

Carter SI, Goldsby TU, Fisher G, Plaisance EP, Gower BA, Glasser SP, Hunter GR. Systolic Blood Pressure Response After **High-Intensity Interval Exercise** Is Independently Related To Decreased Small Arterial Elasticity In Normotensive African American Women. *Appl Physiol Nutr Metab*. 2016 May;41(5):484-90.

Ciolac EG. High-intensity interval training and hypertension: maximizing the benefits of exercise? **Am J Cardiovasc Dis**. 2012;2(2):102-10.

Gibala MJ, Jones AM. Physiological and performance adaptations to high-intensity interval training. *Nestle Nutr Inst Workshop Ser*. 2013;76:51–60.

Holloway TM, Bloemberg D, da Silva ML, Quadrilatero J, Spriet LL. High-intensity interval and endurance training are associated with divergent skeletal muscle adaptations in a rodent model of hypertension. **Am J Physiol Regul Integr Comp Physiol**. 2015;308:R927–34.

Holloway, T.M., et al., High Intensity Interval and Endurance Training Have Opposing Effects on Markers of Heart Failure and Cardiac Remodeling in Hypertensive Rats. **PLoS One**. 2015 Mar 24;10(3):e0121138.

Lamina S, Okoye GC. Effect of interval training programme on pulse pressure in the management of hypertension: a randomized controlled trial. **African Health Sciences**. 2013;13(3):571–578.

Mohr M, Nordsborg NB, Lindenskov A, Steinholm H, Nielsen HP, Mortensen J, Weihe P, Krstrup P. (2014). High-intensity intermittent swimming improves cardiovascular health status for women with mild hypertension. **Biomed Res Int**. Epub 2014 Apr 10.

Weston KS, Wisloff U, Coombes JS. High-intensity interval training in patients with lifestyle-induced cardiometabolic disease: a systematic review and meta-analysis. **Br J Sports Med** 2014;48:1227-34

## EFEITO AGUDO DO ALONGAMENTO ESTÁTICO NO PICO DE TORQUE DOS MÚSCULOS ISQUIOTIBIAIS

Micael Deivison de Jesus Alves<sup>1</sup>

Albernon Costa Nogueira<sup>1</sup>

Walfran Silva Santos<sup>1</sup>

Laion Samy Lima de Oliveira<sup>1</sup>

Raphael Fabricio de Souza<sup>1</sup> CREF- 012541-G/PR,<sup>1</sup>: micael\_crvg@hotmail.com

Instituição: <sup>1</sup>Universidade Federal de Sergipe (UFS), São Cristovão/SE, Brasil.

Palavras-chave: Exercícios de Alongamento Muscular; Força Muscular; Descanso.

**INTRODUÇÃO:** O exercício de alongamento estático (AE) é comumente realizado por atletas anteriormente a prática esportiva. Entretanto seu benefício para a performance é questionado<sup>1</sup>, efeitos negativos como na redução do pico de torque (Pt) são identificados imediatamente após sua realização<sup>2,3</sup>, mais não esclarecido o tempo momentâneo deste efeito<sup>4</sup>. **OBJETIVO:** Avaliar a recuperação do Pt após AE agudo. **METODOLOGIA:** Participaram voluntariamente deste estudo 11 estudantes do sexo masculino (22,5±2,06 anos; 69,3±12,2kg; 174,0±0,06cm). Foi verificado o Pt dos músculos isquiotibiais pré e pós AE em 2 diferentes situações de recuperação: sem intervalo de recuperação (A1) e repouso muscular durante 1 minuto (A2). Para a análise estatística foi utilizado o teste t de Student para amostras emparelhadas p<0,05. Os dados foram analisados pelo software SPSS 20.0. **RESULTADOS:** Foi verificado redução do Pt imediatamente após o alongamento A1 (55,91±19,25 vs 37,11±9,22 Δ -18,8% p<0,001). O tempo de repouso de 1 minuto não foi suficiente para o retorno do Pt para as condições iniciais A2 (60,78±15,62 vs 53,13±13,76 Δ - 7,65 p=0,005). **CONCLUSÃO:** Após o AE agudo é recomendado períodos superiores a 1 minuto de repouso para o retorno do Pt. Sugere-se seja evitado a realização de AE agudo minutos antes a realização de provas que necessitam de grandes demandas de força e explosão muscular<sup>5</sup>.

### REFERÊNCIAS

- SHRIER, I. Does stretching improve performance? A systematic and critical review of the literature. **Clinical Journal of Sport Medicine**, v. 14, n. 5, 2004.
- CÈ, E.; LONGO, S.; RAMPICHINI, S.; DEVOTO, M.; LIMONTA, E.; VENTURELLI, M.; ESPOSITO, A. Stretch-induced changes in tension generation process and stiffness are not accompanied by alterations in muscle architecture of the middle and distal portions of the two gastrocnemii. **Journal of Electromyography and Kinesiology**, v. 25, n. 3, 2015.
- BEHM, D. G.; BLAZEVIČ, A. J.; KAY, A. D.; MCHUGH M. Acute Effects of Muscle Stretching on Physical Performance, ROM and Injury Incidence in Healthy Active Individuals: A Systematic Review. **Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism**, v. 41, n. 1, 2015.
- NAKAMURA, K.; KODAMA, T.; MUKAINO, Y. Effects of active individual muscle stretching on muscle function. **Journal of Physical Therapy Science**, v. 26, n. 3, 2014.
- KALLERUD, H.; GLEESON, N. Effects of stretching on performances involving stretch-shortening cycles. **Sports Medicine**, v. 43, n. 8, 2013.



## A PRAXIOLOGIA MOTRIZ EM PRATICANTES DE KARATÊ

ALINE ALBUQUERQUE NÓBREGA RABAY,<sup>1</sup>

LUAN FELIPE DE SÁ<sup>1</sup>

ANDRÉ NÓBREGA DA SILVA<sup>1</sup>

AMANDA CARLA GONÇALVES DA SILVA<sup>1</sup>

DIEGO TRINDADE LOPES (CREF: 2994 G/PB)<sup>1</sup>

<sup>1</sup> INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DA PARAÍBA – IESP Cabedelo, Paraíba – Brasil.

Email do autor: aline\_rabay85@hotmail.com

Palavras chave: Karatê, graduação, tomada de decisão.

**INTRODUÇÃO:** Praxiologia é o estudo da ação humana e, nas últimas décadas, a vem sendo objeto de estudo no âmbito esportivo. As ações motrizes desde a perspectiva do esporte de alto rendimento destacam-se pela precisão e ajuste às situações de competição e sua efetividade muitas vezes depende de uma leitura das ações do adversário e inferência de suas intenções táticas. **OBJETIVO:** Verificar se os fatores tempo de prática e graduação exercem influência sobre a capacidade de identificar ações motrizes em jovens praticantes. **METODOLOGIA:** Participaram de estudo 20 jovens praticantes de karatê com idade entre 16 a 25 anos com no mínimo 1 ano de prática da arte marcial. Foram divididos entre dois grupos, o Grupo1 era composto por praticantes (n=10) mais graduados e com maior tempo de prática (de faixa verde a preta) e o grupo 2 (n=10) com graduações e tempo de prática menores (de faixa branca a laranja), aos participantes foi solicitado que assistissem a 5 vídeos nos quais eram expostas situações reais de competições. Durante a execução dos vídeos a imagem era interrompida um segundo antes de um determinado movimento ser executado. O participante recebia um caderno onde devia marcar que ação ele considerava ser a da situação de cada vídeo dentre 5 opções que lhe eram oferecidas. **RESULTADOS:** Os resultados mostraram que o grupo 2 obteve pontuações menores que o grupo 1. No grupo 1 apenas um participante acertou 4 leituras de praxemas enquanto os demais acertaram obtiveram êxito em 3 ou menos respostas. O grupo 2 por sua vez, apresentou resultados mais elevados. Destaca-se o participante de número 3 (faixa preta) que acertou todas as situações apresentadas por vídeo. Dois outros acertaram 4 das 5 questões sugeridas. Os demais participantes tiveram valores inferiores. **CONCLUSÕES:** Os resultados sugerem que existe uma relação positiva entre tempo de prática, graduação e capacidade de leitura de praxemas de modo que quanto mais experiente o praticante de Karatê, maiores acertos nas leituras de comunicações motrizes em situações de combate. Em alto rendimento, a capacidade de interpretar praxemas é de crucial importância. A capacidade de antecipação através de leitura da imagem corporal do adversário pode marcar a diferença entre vencer e perder uma disputa. Faz-se necessário realizar mais estudos no sentido de entender os mecanismos que facilitam a leitura de ações motrizes e introduzir elementos similares em situações de treinamento desde a iniciação desportiva até o alto rendimento otimizando assim a performance.

### REFERÊNCIAS:

FAIRBROTHER, J. T. **Fundamentos do comportamento motor**. Barueri, São Paulo: Manole, 2012.

HERNANDEZ MORERNO, J. **Análisis de la acción de juego en los deportes de equipo. Su aplicación al baloncesto**. (Tesis Doctoral). Universidad de Barcelona, Barcelona, 1993.

LATASH, M. L. **Base neurofisiológica do movimento** – 1º ed. – São Paulo: Phorte, 2015.

---

RAMOS, J. R. DA SILVA. **A teoria praxiológica de Pierre Parlebas e sua aplicação na análise de um jogo tradicional brasileiro.** (Dissertação de Mestrado). Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro, 1997.

RAMOS, J. R. DA SILVA (ORG). **Praxiologia motriz no Brasil: o discurso da ação motriz no Brasil: apontamentos para análise praxiológica em diferentes jogos, práticas corporais e brincadeiras: coletâneas de textos praxiológicos.** Niterói, Rio de Janeiro: Erthal, 2003.

## EFEITOS DO EXERCÍCIO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE SOBRE A HIPERGLICEMIA NO DIABETES TIPO 2

SAULO YURI OLIVEIRA SANTOS (CREF: 2434-G/SE)

sauloedfi@hotmail.com

RAFAEL DA SILVA SANTANA (2278-G/SE);

THARCIANO LUIZ TEIXEIRA BRAGA DA SILVA (CREF: 618-G/SE);

FACULDADE ESTÁCIO DE SERGIPE, ARACAJU, BRASIL.

Palavras-Chave: Glicemia. Diabetes Mellitus. Terapia por Exercício.

**INTRODUÇÃO.** O treinamento intervalado de alta intensidade é um exercício físico realizado com episódios de exercícios de alta intensidade e separados por fases de recuperação ativa ou passiva. Recentemente, o treinamento intervalado de alta intensidade tem demonstrado promover efeitos benéficos sobre a hiperglicemia em pacientes com diabetes tipo 2. Apesar disso, a aplicabilidade clínica deste tipo de exercício físico ainda é pouco comum. **OBJETIVOS.** O objetivo do presente estudo foi levantar dados na literatura relacionados ao exercício intervalado de alta intensidade e a resposta da hiperglicemia em pacientes com diabetes tipo 2. **METODOLOGIA:** Foram realizadas pesquisas nos bancos de dados do Pubmed/Medline, Bireme e Embase. As buscas se concentraram nos períodos entre 2010 à 2016. A estratégia de pesquisa feita para obter os resumos do artigos originais na língua inglesa, foi realizada com as seguintes palavras-chave: “*Blood Glucose*”, “*Hyperglycemia*” e “*Diabetes Mellitus*”. Estes foram combinadas com os seguintes termos: “*High-intensity interval training*”, HIIT, “*High-intensity training*”, HIT “*high-intensity interval*”, “*high-intensity intermitente training*”, “*high-intensity intermittent exercise*”, “*aerobic interval*”, “*sprint interval*”. **DESENVOLVIMENTO.** O *Diabetes Mellitus* é uma desordem metabólica caracterizado por uma hiperglicemia crônica. A hiperglicemia pode desencadear diversas complicações cardiovasculares e metabólicas para os portadores do *Diabetes Mellitus*. Dentro desta perspectiva, é observado na literatura que o exercício de alta intensidade possui um efeito hipoglicemiante em diabéticos e não diabéticos. Já é bem demonstrado que uma sessão de treinamento intervalado de alta intensidade tem efeitos superiores e mais duradouros sobre a redução da glicemia pós-prandial do que o exercício contínuo de intensidade moderada. Recentemente, também foi demonstrado que o baixo volume de treinamento intervalado de alta intensidade aumenta a quantidade de GLUT4 no músculo esquelético e reduz a hiperglicemia em pacientes com diabetes do tipo 2. Estes resultados indicam que esta modalidade de exercício parece agir por um mecanismo de captação de glicose periférica. Um outro grupo de pesquisadores, também demonstrou que 8 semanas de treinamento intervalado de alta intensidade melhorou o controle glicêmico global e a função das células  $\beta$  pancreáticas em pacientes com diabetes do tipo 2. De certa forma, parece existir um consenso que o exercício intervalado de alta intensidade é eficaz em melhorar a saúde metabólica, particularmente, dos pacientes com diabetes do tipo 2. Apesar deste consenso, alguns autores sugerem mais ensaios clínicos randomizados e controlados com uma maior duração (meses e/ou anos) do protocolo experimental. Outro ponto a ser levado em consideração, é que diversos grupos de pesquisa questionam a aplicabilidade prática deste tipo de treinamento para indivíduos sedentários. É sugerido que o desconforto gerado pelo esforço físico intenso pode levar a uma baixa adesão ao protocolo de treinamento e reduzir o efeito dose/resposta do exercício físico. **CONCLUSÃO.** Dentro de um contexto geral, pode ser observado que o exercício intervalado de alta intensidade reduz a hiperglicemia de pacientes diabéticos do tipo 2. Apesar deste benefício, são necessários mais ensaios clínicos (randomizados) de longo prazo para compreender os mecanismos fisiológicos/moleculares deste tipo de exercício na saúde e/ou na doença.

**REFERÊNCIAS:**

- ADAMS, O.P. The impact of brief high-intensity exercise on blood glucose levels. **Diabetes Metabolic Syndrome Obesity**, 6:113-22, 2013.
- GIBALA, M. J.; LITTLE, J. P.; MACDONALD, M. J.; HAWLEY, J. A. Physiological adaptations to low-volume, high-intensity interval training in health and disease. **The Journal of Physiology**, v. 590, n. 5, n. 1077–1084, 2012.
- HARDCASTLE, S. J.; RAY, H.; BEALE, L.; HAGGER, M.S. Why sprint interval training is inappropriate for a largely sedentary population. **Frontiers in Psychology**, v. 5, n. 1505, 2014.
- JELLEYMAN, C.; YATES, T.; O'DONOVAN G.; GRAY, L.J.; KING, J.A.; KHUNTI, K.; DAVIES, M.J. The effects of high-intensity interval training on glucose regulation and insulin resistance: a meta-analysis. **Obesity Reviews**, 16(11):942-61, Nov 2015.
- JUNG, M. E.; LITTLE, J.P.; BATTERHAM, A. M. Commentary: Why sprint interval training is inappropriate for a largely sedentary population. **Frontiers in Psychology**, v. 6, n. 1999, 2016.
- KESSLER, H.S.; SISSON, S.B.; SHORT, K.R. The potential for high-intensity interval training to reduce cardiometabolic disease risk. **Sports Medicine**, 1; 42 (6): 489-509, 2012.
- LITTLE, J.P.; GILLEN, J.B.; PERCIVAL, M.; SAFDAR, A.; TARNOPOLSKY, M.A.; PUNTHAKEE, Z.; JUNG, M.E.; GIBALA, M.J. Low-volume high-intensity interval training reduces hyperglycemia and increases muscle mitochondrial capacity in patients with type 2 diabetes. **Journal Applied Physiology**, 111, 1554–1560, 2011.
- LITTLE, J.P.; JUNG, M.E.; WRIGHT, A.E.; WRIGHT, W.; MANDERS, R.J. Effects of high-intensity interval exercise versus continuous moderate-intensity exercise on postprandial glycemic control assessed by continuous glucose monitoring in obese adults. **Applied Physiology Nutrition Metabolism**, 39(7):835-41, Jul 2014.
- MONAMI, M.; ALEFFI S. Hyperglycemia, hypoglycemia and glycemic variability in the elderly: a fatal triad? **Monaldi Arch Chest Dis**, 22, 84(1-2):726, Jun 2016.

## NÍVEIS DE FORÇA, ESTADO NUTRICIONAL E AUTONOMIA FUNCIONAL DE IDOSAS DO PROJETO DE CAMINHADA DA CIDADE DE VÁRZEA ALEGRE-CE

JOYCE MARIA LEITE E SILVA (CREF 5120 G/CE)<sup>3</sup>

MARIA GLEIDIVÂNIA ANTUNES BARROS<sup>2</sup>

LIGIA RAIANNE DA SILVA MOURA<sup>1</sup>

CATARINA DA SILVA<sup>1</sup>

LUCIANO MILLER REIS RODRIGUES (CRM 89832)<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Acadêmicos do curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil.

<sup>2</sup> Graduada em Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil.

<sup>3</sup> Docente do Curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil. Mestranda em Ciências da Saúde – Faculdade de Medicina do ABC, FMABC, Santo André, Brasil;

<sup>4</sup> Doutor, docente no Programa de Pós-Graduação Stricto-Sensu em Ciências da Saúde – Faculdade de Medicina do ABC – FMABC-Santo André, Brasil.

**PALAVRAS-CHAVE:** Envelhecimento; Atividade física; Autonomia funcional; Estado nutricional; Força muscular.

**INTRODUÇÃO:** Com o avançar da idade ocorre uma diminuição progressiva da massa muscular e aumento do tecido adiposo, essa diminuição na massa muscular acomete com maior intensidade o sexo feminino e pode ocasionar diminuição na força e na capacidade funcional. **OBJETIVO:** analisar a correlação da força de preensão manual FPM e estado nutricional com a autonomia funcional de idosas fisicamente ativas. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo, correlacional, realizado com 21 idosas, média de idade (68,62±6,087), praticantes de caminhada. As idosas foram avaliadas quanto à autonomia funcional através do protocolo de testes do Grupo de Desenvolvimento Latino-Americano para Maturidade GDLAM, e classificadas de acordo com a faixa etária G1 (60-64), G2 (65-69), G3 (70-74), G4 (75-79), G5 (≥80) anos. A FPM foi avaliada por dinamômetro de preensão manual, e o estado nutricional através do índice de massa corporal (IMC= P/A<sup>2</sup>). Utilizou-se na análise estatística software SPSS 22.0, análise descritiva (média e desvio padrão), *cross-tabs* e correlação de Spearman, com nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** A média de classificação do índice geral de GDLAM (IG) em segundos foram G1(28,16±4,87), G2(26,21±2,61), G3(32,39±5,32), G4(33,39±6,56), G5(33,92±7,01), ficando classificados entre bom e regular, já a média de FPM foi relativamente baixa 3,76±2,30 Kgf, sendo que o IMC médio de 25,6±3,3 kg/m<sup>2</sup> caracterizou (sobrepeso). Não houve correlação entre o IMC e o IG e a FPM e o IG (p>0,05). **CONCLUSÃO:** A força de preensão manual e IMC não interferiram no desempenho da autonomia funcional da população. A população estudada apresentou autonomia funcional preservada e classificada entre boa e regular, mesmo os níveis de força muscular sendo abaixo do esperado para um grupo ativo e muitas idosas estarem acima do peso ideal não foram fatores que interferiram no desempenho e capacidade funcional do grupo estudado.

### REFERÊNCIAS

ALEXANDRE, T. da S. et al. Relação entre força de preensão manual e dificuldade no desempenho de atividades básicas de vida diária em idosos do município de São Paulo. **Saúde coletiva**, v. 5, n. 24, p. 178-182, 2008.

---

CUNHA, R. C. L. *et al.* Efeitos de um programa de caminhada sob os níveis de autonomia funcional de idosas monitoradas pelo programa saúde da família. **Rev Bras Geriatr Gerontol**, v. 13, n. 2, p. 255-65, 2010.

DANTAS, E. H. M. *et al.* Functional Autonomy GDLAM Protocol Classification Pattern in Elderly Women. **Indian Journal of Applied Research**, v.4, n.7, 2014. p.262-266.

DANTAS, E. H. M.; VALE, R. G. de S. Protocolo GDLAM de avaliação da autonomia funcional. **Fitness & Performance Journal**, n.3, 2004.p.175-182.

GERALDES, A. A.R. *et al.* A força de prensão manual é boa preditora do desempenho funcional de idosos frágeis: um estudo correlacional múltiplo. **Rev. bras. med. esporte**, v. 14, n. 1, p. 12-16, 2008.

PÍCOLI, T. da S.; FIGUEIREDO, L. L. de; PATRIZZI, L. J. Sarcopenia e envelhecimento. **Fisioterapia em Movimento**, v. 24, n. 3, 2011.

RODRIGUES, B. G. de S. *et al.* Autonomia funcional de idosas praticantes de Pilates. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 17, n. 4, p. 300-305, 2010.

## **PREDILEÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA DE IDOSOS HIPERTENSOS INFLUENCIADA PELA SAÚDE E LAZER**

WESLLY BENTO DA SILVA  
JOSÉ LUIZ SILVA DE MOURA  
ADILSON PEREIRA DA SILVA FILHO  
AFONSO VINÍCIUS CLEMENTINO DA SILVA  
PAULO ROBERTO CAVALCANTI CARVALHO.

Universidade Federal de Pernambuco, Laboratório de Atividade Física e Saúde, Recife - Pernambuco, Brasil.

jose.luiz.moura23@hotmail.com

Palavras-Chaves: idosos, hipertensão, exercício físico, hábitos, favoritismo.

**INTRODUÇÃO:** Um dos aspectos mais fascinantes é a relação entre o exercício, atividade física e a longevidade (MATSUDO, 2009) tendo em vista que estudos de uma forma geral obtiveram resultados positivos com os indivíduos que eram fisicamente ativos, apresentando um menor risco de mortalidade por todas as causas do que os fisicamente inativos. A preferência pela prática da atividade física muitas vezes tende a ter aspectos voltados a estética ou lazer, pois em suas dimensões cultural, física, intelectual e artística, interfere no desenvolvimento pessoal e social dos indivíduos influentes escolha. **OBJETIVO:** Constatar qual atividade física preferida de idosos hipertensos. **METODOLOGIA:** Foi efetuado um questionário próprio com perguntas fechadas, através de uma amostragem intencional de delineamento quantitativo, no intuito de mostrar a atividade física preferida pelos idosos para sua prática regular. Constituída por 36 idosos de ambos os sexos, participantes de um projeto de pesquisa, realizada no departamento de Educação Física da UFPE. Para a tabulação dos dados foi utilizado o software Statistical Package for the Social Sciences – SPSS versão 17.0. **RESULTADOS:** 72,23% dos idosos preferem atividades físicas anaeróbias e 27,77% aeróbias. **CONCLUSÃO:** O idoso tem preferência por atividades anaeróbias devido a maioria das práticas serem mais sistematizadas e com maior frequência, corroborando com isso o local onde ocorre sua prática por dispor de um profissional qualificado, mas para o lazer isso é revertido pois as atividades aeróbias não demandam tanto esforço e englobam uma maior variedade de movimentos, jogos, esportes, etc.

### **Referências**

- ALMEIDA, Maura Maria Guimarães de et al. Atividades de lazer entre idosos, Feira de Santana, Bahia. Revista Baiana de Saúde Pública, v. 29, n. 2, p. 339, 2014.
- MACIEL, Marcos Gonçalves. Atividade física e funcionalidade do idoso. Motriz, Rio Claro, v.16 n.4, p.1024-1032, out./dez. 2010
- MATSUDO, Sandra Mahecha; MATSUDO, Victor Keihan Rodrigues and BARROS NETO, Turíbio Leite. Atividade física e envelhecimento: aspectos epidemiológicos. Rev Bras Med Esporte [online]. 2001, vol.7, n.1, pp.2-13. ISSN 1517-8692.
- MATSUDO, Sandra Marcela Mahecha. Envelhecimento, atividade física e saúde. BIS, Bol. Inst. Saúde (Impr.), São Paulo, n. 47, abr. 2009 .
- RIGO, Maria de Lourdes Neto Ravedutti; DE CASTRO TEIXEIRA, Denílson. Efeitos da atividade física na percepção de bem-estar de idosas que residem sozinhas e acompanhadas. UNOPAR Científica Ciências Biológicas e da Saúde, v. 7, n. 1, 2014.

## FLEXIBILIDADE DE IDOSAS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE CAMINHADA ASSISTIDA

YANKA MIRELLY ARAUJO DA SILVA<sup>1</sup>

LIGIA RAIANNE DA SILVA MOURA<sup>1</sup>

ATILLA BRANDON SOUSA ALVES<sup>1</sup>

JOYCE MARIA LEITE E SILVA (CREF 5120 G/CE)<sup>2</sup>

LUCIANO MILLER REIS RODRIGUES (CRM 89832)<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Acadêmicos do curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil.

<sup>2</sup>Docente do Curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil. Mestranda em Ciências da Saúde – Faculdade de Medicina do ABC, FMABC, Santo André, Brasil;

<sup>3</sup>Doutor, docente no Programa de Pós-Graduação Stricto-Sensu em Ciências da Saúde – Faculdade de Medicina do ABC – FMABC-Santo André, Brasil.

Email: yankinha13@hotmail.com

Palavras-chaves: Idosas; Flexibilidade; Qualidade de vida.

**INTRODUÇÃO:** O processo de envelhecimento se desenvolve algumas adaptações físicas, pois, dentre elas se encontra a flexibilidade tornando assim um componente de fundamental importância na vida e na saúde do humano. **OBJETIVO:** verificar a flexibilidade de idosas fazendo relação com o tempo de prática no município de Várzea Alegre-CE, através do Banco de Wells. **METODOLOGIA:** A pesquisa foi realizada com 28 idosas participante do grupo PELC no município de Várzea Alegre-CE, com idade de 40 anos acima a amostra foi do tipo não probabilístico por convite, foram excluídas aquelas com idade menor acima citado. Para obtenção dos dados foi utilizado uma ficha para que as mesmas pudessem responder o tempo de prática em atividades física bem como o Banco de Wells para analisar a flexibilidade. A pesquisa atendeu os aspectos éticos da resolução 466/2012. **RESULTADOS:** Demonstrou que nove idosas se classificaram em um nível fraco entre um ano e dois anos e apenas duas em um nível excelente, as demais idosas foram classificadas em um nível médio. Apenas duas idosas estavam classificadas em um nível excelente, observado também que na medida em que a idade aumenta a flexibilidade diminui. Sendo notável a perda da flexibilidade, assim é necessário buscar trabalhar para que não haja maiores perdas. Nas idosas desse estudo, foi visto que as que possuíam pouco tempo de pratica estão classificadas em um nível ruim, em que são necessárias atividades que envolva e incrementem ganho e melhoras na flexibilidade. **CONCLUSÃO:** A flexibilidade é fundamental na vida do ser humano em suas atividades de rotina, sendo que durante o processo de envelhecimento é observado e perceptível a mudança e a alteração na capacidade funcional, assim visto que o nível será considerado baixo. É importante ser trabalho e desenvolvido na prática da atividade física estimular e aprimorar a flexibilidade assim, mantendo e aperfeiçoando a mesma. A importância do estímulo na busca do ganho e ate mesmo manter a flexibilidade, sempre buscando aprimorar e desenvolver atividades que possa trabalhar a mesma.

### REFERÊNCIAS

ALTER, M. J. **Ciências da Flexibilidade**. Porto Alegre: Artmed, 1999

GONÇALVES, R; GURJÃO, A.L.D; GOBBI, S. Efeitos de oito semanas do treinamento de força na flexibilidade de idosos. **RevBrasCineantropom Desempenho Hum**, 2007;9(2):145-53.

DANTAS, E. H. M. **Alongamento e flexionamento**. 5. ed. Rio de Janeiro: Shape, 2005



- 
- FIDELIS, L. T.; PATRIZZI, L.J.; WALSH, I. A.P. Influência da prática de exercícios físicos sobre a flexibilidade, força muscular manual e mobilidade funcional em idosos. **Rev. BRas. GeRiatR. GeRontol.**, Rio deJaneiRo, 2013; 16(1):109-116
- GUADAGNINE, P. OLIVOTO, R. Comparativo de flexibilidade em idosos praticantes e não praticantes de atividades físicas. **Revista Digital – Buenos Aires** – Año 10 – N° 69 – Febrero de 2004
- KAUFFMAN, T. L. **Manual de Reabilitação Geriátrica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2001
- REBELATTO, J. R, et al.. Influência de um programa de atividade física de longa duração sobre a força muscular manual e a flexibilidade corporal de mulheres idosas. **RevBrasFisioter**, 2006;10(1):127-32.

## VOLEIBOL: UMA ANÁLISE DA FORÇA EXPLOSIVA E RESISTÊNCIA AERÓBIA

LIGIA RAIANNE DA SILVA MOURA<sup>1</sup>  
FRANCISCO KLEBSON LINS BRAGA<sup>2</sup>  
KARINY KELLY LINS BRAGA<sup>1</sup>  
DANIELY ALVES DO CARMO<sup>1</sup>

JOYCE MARIA LEITE E SILVA (CREF 5120 G/CE)<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Acadêmicos de Educação Física da Universidade Regional do Cariri–Iguatu– Ceará, Brasil.

<sup>2</sup> Graduado em Educação Física da Universidade Regional do Cariri– Iguatu – Ceará, Brasil.

<sup>3</sup>Docente do Curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil.

Email: ligia\_raianne\_10@hotmail.com

**Palavras chaves:** Voleibol; Potência de MMII e Aptidão cardiorrespiratória.

**INTRODUÇÃO:** Com o aumento de nível técnico durante o decorrer dos anos no voleibol, as capacidades físicas relacionadas tanto ao desempenho competitivo do voleibol como também a simples prática amadora do mesmo teve que ser melhor observada no que diz respeito à preparação físicas dos atletas. **OBJETIVO:** Analisar a força explosiva e resistência aeróbia dos praticantes de voleibol da cidade de Iguatu-Ce. **METODOLOGIA:** O presente estudo tratou-se de uma pesquisa descritiva, transversal, dados primários e quantitativos, a população foi de praticantes de voleibol da cidade de Iguatu- Ce. A amostra foi não probabilística do tipo intencional por tipicidade composta por ambos os gêneros, sendo 12 mulheres e 15 homens, totalizando 27 praticantes da modalidade. Os dados foram tabulados no Excel 10.0, os quais foram organizados e categorizados, posteriormente exportados para o Programa Estatístico SPSS 22.0. **RESULTADOS:** Foi identificado que 55,55%da amostra correspondem a praticantes do sexo masculino e 45,55% da mesma do sexo feminino. Apresenta uma porcentagem em que 88,88% de toda amostra apresentou uma qualificação de “fraco” e “muito fraco”. Já para a capacidade de força explosiva (potência) a situação se inverte, pois, dos 27 integrantes da amostra 21(77,77%) desses estão com qualificação de “excelente” e “acima da média”, o que representa que há uma má preparação de atletas amadores para a capacidade resistência aeróbia e uma boa qualificação para a capacidade força explosiva. **CONCLUSÃO:** Diante das características específicas apresentadas, percebe-se a importância da potência de MMII para a modalidade do voleibol. Onde a capacidade de potência está presente nos inúmeros saltos executados no desempenho dos fundamentos do esporte (principalmente ataque e bloqueio), caracterizando-o como modalidade anaeróbia. Mesmo assim, com todas essas exigências físicas de nível alto, é necessário ter a capacidade resistência cardiovascular bem desenvolvida, uma vez que essa capacidade se torna de suma importância para o desempenhar da modalidade. Para futuros estudos sugere-se que seja feito pesquisas a fim de entender a influência da força explosiva desenvolvida nos membros superiores num melhor desempenho dos saltos verticais, assim como, pesquisas a fim de descobrir o quanto o não preparo da aptidão cardiorrespiratória pode influenciar no desempenho dos movimentos técnicos dos fundamentos do voleibol durante um período longo de jogo.

### REFERÊNCIAS

BARILLARI, M.; MEYER, L.; ASSAD, A. C.; BENATTI, C.; NACIF, M. Consumo de alimentos pós-treino por atletas adolescentes de voleibol de um clube do município de São Paulo. **Revista Digital EFDeportes. São Paulo. 2011. Num 124.**

---

SALLES, P. G.; VASCONCELLOS, F.V.; ACHOUR JÚNIOR, A.; MELLO, D.B.; DANTAS, E.H. Validade e Fidedignidade do Sargent Jump Test na Avaliação da Força Explosiva de Jogadores de Futebol. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 14, n. 1, p. 21-26, 2010.

DE LIMA, A. P.; CARDOSO, F.B. Avaliação dos índices de VO2 máximo em atletas de voleibol amador. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício (RBPFE)**, v. 6, n. 31, p. 5, 2012.

SILVA, A. C.; TORRES, F. C. Ergoespirometria em atletas paraolímpicos brasileiros. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte - Vol. 8, Nº 3 – Mai/Jun, 2002.**

CARVALHO, P. J. A.; RODRIGUES, G. F.; JUNIOR, O. A.; THIENGO, C. R.; PELLEGRINOTTI, Í. L. **Correlação Entre Variáveis Antropométricas E Neuromotoras Em Atletas De Voleibol Feminino Da Cidade De Bauru-Sp.** 5ª Amostra acadêmica UNIMEP, Piracicaba, São Paulo, 2007.

## USO DO SCOUT EM EQUIPES AMADORAS DE VOLEIBOL CEARENSE

JOSÉ PATRICK ROGERIS ARAÚJO DE OLIVEIRA<sup>1</sup>  
LIGIA RAIANNE DA SILVA MOURA <sup>1</sup>  
GLORIA CAROLINA BARBOSA DO NASCIMENTO<sup>2</sup>  
LEYLANE DE SOUSA FERREIRA<sup>1</sup>  
JOYCE MARIA LEITE E SILVA (CREF 5120 G/CE)<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Acadêmicos do curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil.

<sup>2</sup> Graduada em Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil.

<sup>3</sup>Docente do Curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil. Mestranda em Ciências da Saúde – Faculdade de Medicina do ABC, FMABC, Santo André, Brasil;

Email: [patrickrogeris@hotmail.com](mailto:patrickrogeris@hotmail.com)

**Palavras-chave:** Voleibol; Scout; técnica e tática.

**INTRODUÇÃO:** O voleibol vem ganhando vários adeptos e sofrendo mudanças não somente nas regras, mas até na forma de se jogar. Seus aspectos técnicos e táticos são bem complexos e que mais evoluiu nos últimos anos. As ações dos jogadores em quadra tanto na defesa como no ataque estão mais complexos e diversificados, com a contribuição da análise estatística o treinador tem uma visão de como pode melhorar a sua equipe e melhorar os fundamentos dentro de quadra, para assim sair com resultado satisfatório. **OBJETIVO:** analisar as técnicas e táticas usadas pelas equipes amadoras da Liga Interior de Vôlei. **METODOLOGIA:** discorreu de um estudo de campo, quantitativo e de caráter descritivo. A população foi composta por 78 atletas de voleibol amador feminino e masculino durante um torneio no qual se realizou na cidade de Tabuleiro do Norte no Estado do Ceará. Foram excluídos da pesquisa aqueles atletas que não jogaram pelas suas equipes. Foi utilizada a tabela de *Scout* para a análise dos fundamentos, das técnicas e táticas utilizadas pelas equipes. A pesquisa foi desenvolvida conforme a resolução 466/2012 (BRASIL, 2012). Os dados foram analisados no SPSS 20.0, utilizando de medidas de dispersão e cruzamento de dados (cross-tabs). **RESULTADOS:** Os atletas participantes da liga de voleibol do interior, sendo 78 participantes do sexo masculino e feminino. Duas equipes Iguatu com 25,6% e Tabuleiro com 20,5% somaram mais participantes, pois havia time feminino e masculino. Os dados gerais apresentam que o jogador de ponta (Ponteiro) tem o maior número de acertos durante todas as partidas observadas, feminina e masculina, ou seja, o ponteiro se torna como principal receptor de saque, e como recepção já que juntamente com o líbero divide esta função quando está ao fundo de quadra nas posições 5,6 e 1 e no ataque seus números também são os maiores em relação aos outros atacantes, o oposto e o meio de rede. O meio de rede e oposto vem logo em seguida tendo assim números razoáveis de atuação. Logo em seguida o levantador teve participações discretas durante as partidas observadas, tendo números abaixo da média até mesmo em seu fundamento principal que é o levantamento. **CONCLUSÃO:** qualquer fundamento depende do outro, por mais que na prática o saque e o passe/recepção, Os recursos utilizados pelo técnico juntamente com toda a equipe são importantes, também, na condução tática dos mesmos durante as partidas, por meio da informação do rendimento individual e da própria equipe e dos adversários. Sugerem-se estudos que possam avaliar a biomecânica dos jogadores associando às habilidades técnicas dos gestos desportivos.

## REFERÊNCIAS

- AFONSO, J. **Contributos da Análise de Jogo para o Estudo da Tomada de Decisão da Distribuidora em Voleibol. Estudo Aplicado em Seleções Nacionais de Seniores Femininos de Elite.** Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Porto, Dissertação de Mestrado (2007)
- CBV – Confederação Brasileira de Voleibol, **História do Voleibol.** Disponível em: <http://www.cbv.com.br/v1/>.
- FURTADO, G. S.; MELO, R. R. O.; GARCIA, M. A. C. **Desempenho de atletas de voleibol do sexo feminino em saltos verticais.** Arquivos em Movimento, Rio de Janeiro, v.2, n.2, julho/dezembro, 2006.
- MATIAS, Cristino, J. A. S; GRECO, Juan P. Campeonato Mundial de 2002 e Copa do Mundo de voleibol masculino de 2003: a influência dos atletas de maior pontuação e dos melhores atacantes na classificação final. **Revista Digital Buenos Aires** – Año 10 – n.91-dez 2005.
- RAMOS, M.H.K.P., NASCIMENTO, J.V., DONEGÁ, A.L., NOVAES, A.J., SOUZA, R.R., SILVA, T.J., LOPES, A.S. **Estrutura interna das ações de levantamento das equipes finalistas da superliga masculina de voleibol.** Revista Brasileira Ciência e Movimento 2004; 12(4): 33-37.
- ROCHA, Marcos Augusto. BARBANTI, Valdir José. **Análise das ações de saltos de ataque, bloqueio e levantamento no voleibol feminino.** Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano, 2007; 9 (3):284-290.

## LESÕES EM JOGADORES AMADORES DE VOLEIBOL

LIGIA RAIANNE DA SILVA MOURA<sup>1</sup>

ZILDA NEILY PINHEIRO DUARTE<sup>2</sup>

KELLER MARIA SOUSA<sup>1</sup>

TALITA ALVES FREIRE<sup>2</sup>

JOYCE MARIA LEITE E SILVA (CREF 5120 G/CE)<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Acadêmicos em Educação Física, Universidade Regional do Cariri, Iguatu-CE, Brasil;

<sup>2</sup> Graduada em Educação Física, Universidade Regional do Cariri, Iguatu-CE, Brasil;

<sup>3</sup> Professora Especialista, Universidade Regional do Cariri, Iguatu-CE, Brasil

Email: ligia\_raianne\_10@hotmail.com

**Palavras- chave:** Atletas, Esporte, Lesões e Voleibol.

**INTRODUÇÃO:** O voleibol é o segundo esporte mais praticado do mundo. Atualmente tem se observado, que o nível de lesões em atletas em seus distintos esportes tem se elevado tornando-se assim um caso de saúde pública. **OBJETIVO:** Teve como objetivo analisar a prevalência de lesões em praticantes amadores de voleibol. **METODOLOGIA:** O estudo está classificado quanto à abordagem quantitativa, descritiva. Para chegar ao resultado foi utilizado um questionário, no qual trazia questões sobre onde estão instaladas as lesões, qual posição ocupava quando ocorreu o trauma, qual fundamento executava quando foi acometido. Foi confeccionado um banco de dados no pacote estatístico (SPSS versão 22.0), para realizar as médias dos dados obtidos respeitando os aspectos éticos de cada participante de acordo com a CNS 466/12. **RESULTADOS:** Foi identificado que 11,36% das lesões acometem a articulação de ombro. Na articulação punho e mãos apresenta-se com 18,01% das lesões em 8 atletas. No joelho ocorre em 29,54% das lesões nos (13) jogadores. Em todas as articulações citadas a cima a prevalência de lesões foram em jogadores de ponta. A lesão de tornozelo está presente em todas as posições ocupando 40,9% dos ocorridos, tendo aparecimento em 18 atletas predominando nos jogadores de ponta. A prevalência de lesões, 22 foram entorses (50%), 8 luxações e 8 distensões (ambas 18,2%), fraturas foram 4 (9,1%) e contusão em 2,3% dos casos. **CONCLUSÃO:** A entorse é a lesão de maior frequência entre os mesmos, tendo como ápice de seu aparecimento em aterrissagem logo após bloqueios, ataques e saques. Destas ocorrências percebe-se que existe maior evidencia está nos jogadores que ocupam a posição de ponta. Faz-se necessário para dar continuidade ao estudo, incentivando na realização de novas pesquisas, para se entender os motivos destas lesões e como elas ocorrem nestes desportistas amadores, corroborando assim com meios preventivos mais específicos para esta realidade do voleibol.

## REFERÊNCIAS

FARINA, E. CR. Riscos de Lesões na Região do Tornozelo em Jogadores de Voleibol: Proposta de Prevenção. **Revista Digital. Buenos Aires**, v. 12, n. 117, 2008.

GHIROTOCC, F. M. S; GONÇALVES, A. Lesões Desportivas no Voleibol. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 8, n. 1, p. 45-49, 2008.

PERRONI, M. G. **Estudo de Casos: Lesões Musculoesqueléticas em Atletas de Voleibol em Alto Rendimento**. 2007.

SILVA, J. M. L. **Lesões no Voleibol em Atletas Amadores no Estado do Ceará**. 2007.

SILVA, M. L. **Prevalência de Lesões em Atletas de Voleibol Masculino da Unisul- Universidade do Sul de Santa Catarina**. Monografia-Fisioterapia. Tubarão (SC): Universidade do Sul de Santa Catarina, 2005.

## SINTOMAS OSTEOMUSCULARES EM SERVIDORES DE UMA INSTITUIÇÃO PÚBLICA DE ENSINO SUPERIOR DA REGIÃO CENTRO SUL

JOSÉ PATRICK ROGERIS ARAÚJO DE OLIVEIRA <sup>1</sup>

PALOMA MERCURY DE SOUZA LIMA <sup>2</sup>

MIRELLI GONÇALVES PEREIRA <sup>1</sup>

JOYCE MARIA LEITE E SILVA (CREF 5120 G/CE)<sup>3</sup>

LUCIANO MILLER REIS RODRIGUES (CRM 89832)<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Acadêmicos do curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil.

<sup>2</sup>Graduada do curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil.

<sup>3</sup>Docente do Curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil. Mestranda em Ciências da Saúde – Faculdade de Medicina do ABC, FMABC, Santo André, Brasil;

<sup>4</sup>Doutor, docente no Programa de Pós-Graduação Stricto-Sensu em Ciências da Saúde – Faculdade de Medicina do ABC – FMABC-Santo André, Brasil.

Email: patrickrogeris@hotmail.com

**Palavras-Chave:** DORT; Saúde do Trabalhador; Servidores.

**INTRODUÇÃO:** No século XVIII com o processo da Revolução Industrial a economia mundial sofreu modificações profundas, o trabalhador não mais produzia o que consumia e nem participava de todo o processo produtivo como antes, pois com o Início da Revolução surgiu o capitalismo que possibilitou a troca dessas ferramentas e da força humana pelas máquinas. Os únicos problemas não era esses, quanto aos fatores relacionados à organização do trabalho, não havia nenhuma flexibilidade, o ritmo era bastante intenso, o que levava a execução de grande quantidade de movimentos repetitivos em grande velocidade, fazendo com que gerasse grande sobrecargas nos grupos musculares, exigência de produtividade e equipamentos altamente desajustados e desconfortáveis. Dessa forma todos esses fatores acabaram gerando uma série de sintomas e doenças. **OBJETIVO:** Foi identificar os sintomas de doenças osteomusculares em Servidores Públicos de uma instituição pública de ensino superior da região Centro Sul. **METODOLOGIA:** a pesquisa foi realizada com 61 servidores do Campus Multi-institucional Humberto Teixeira - URCA (Universidade Regional do Cariri) e UECE (Universidade Estadual do Ceará). Teve como instrumento de coleta uma versão adaptada do questionário nórdico músculo esquelético. Os dados foram analisados no Programa SPSS 22.0, onde foram utilizadas as medidas de dispersão e tendência central, assim como *cross-tabs* para cruzamento entre as variáveis para realização da descritiva. **RESULTADOS:** Desse modo, teve-se como resultados que a maioria dos funcionários encontra-se em sua plena fase produtiva de 61 pessoas entrevistadas 48 estão ente 20 a 49 anos (78,7%). Da amostra (32,8%) relatam algum tipo de sintoma osteomuscular sendo que destes, (11,5) já tiveram afastados do trabalho devido ao problema. Das regiões mais acometidas está a coluna (14,8%), ombro direito (3,3%) e a coluna cervical (3,3%). Consta-se que há uma prevalência de sintomas osteomusculares em trabalhadores e que há a necessidade de ações de prevenção e promoção à saúde nos ambientes de trabalho. **CONCLUSÃO:** Diante dos resultados apresentados pode-se concluir que houve predominância do gênero feminino e que ambos os gêneros ainda estão em sua plena fase produtiva. Portanto, este estudo demonstrou que a prevalência de sintomas osteomusculares atingiu 32,8% dos trabalhadores, sendo a coluna, o ombro e a coluna cervical os locais mais afetados. Ao verificar a frequência de afastamento constatou-se que 11,5% do público pesquisado declararam que já tiveram que se afastar de suas atividades laborais devido

a DORT. Por isso, é sugerível que se façam outras pesquisas relacionadas à saúde do trabalhador para que haja uma conscientização não só por parte da instituição, mas também dos funcionários para que se possa minimizar os problemas de saúde causados por suas atividades ocupacionais e terem uma melhor qualidade de vida.

## **REFERÊNCIAS**

BRASIL. Ministério da Saúde. **Conselho Nacional De Saúde. Resolução nº 466 de dezembro de 2012.** Brasília, 2012.

LONGEN, Willians Cassiano, **Ginástica Laboral na prevenção de LER/DORT ? um estudo reflexivo em uma linha de produção.** Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis 2003.

ORNELLAS, Thuê Camargo Ferraz de e MONTEIRO, Maria Inês. **Aspectos históricos, culturais e sociais do trabalho.** Rev. Bras. Enferm. 2006 jul-ago;59(4): 552-5.

PIROOCA, Emanuela. **Prevalência de Sintomas Osteomusculares em trabalhadores da área administrativa da prefeitura municipal de Tuparendi-RS.** Universidade Regional do Noroeste do estado do Rio Grande do Sul Íjuí 2011.

SERRANHEIRA, Florentino et al. **Auto-referência de sintomas de lesões músculo-esqueléticas ligadas ao trabalho (LMELT) numa grande empresa em Portugal.** Revista portuguesa de saúde pública, vol. 21, n.o 2 — julho/dezembro, 2003.



## PREVALÊNCIA DE LOMBALGIA EM SERVIDORES DE UMA INSTITUIÇÃO PÚBLICA DE ENSINO SUPERIOR NA REGIÃO CENTRO-SUL CEARENSE

ATILLA BRANDON SOUSA ALVES<sup>1</sup>

WIRON DE SOUZA BATISTA<sup>1</sup>

JOSÉ PATRICK ROGERIS ARAÚJO DE OLIVEIRA<sup>1</sup>

JOYCE MARIA LEITE E SILVA (CREF 5120 G/CE)<sup>2</sup>

LUCIANO MILLER REIS RODRIGUES (CRM 89832)<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Acadêmicos do curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil.

<sup>2</sup>Docente do Curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil. Mestranda em Ciências da Saúde – Faculdade de Medicina do ABC, FMABC, Santo André, Brasil;

<sup>3</sup>Doutor, docente no Programa de Pós-Graduação Stricto-Sensu em Ciências da Saúde – Faculdade de Medicina do ABC – FMABC-Santo André, Brasil.

Email: [atillabrendon@gmail.com](mailto:atillabrendon@gmail.com)

**Palavras-chave:** Lombalgia, Servidores, saúde do trabalhador.

**INTRODUÇÃO:** A lombalgia é um sintoma que afeta a região baixa do dorso e a prega glútea, podendo se entender e irritar os membros inferiores. **OBJETIVO:** analisar a prevalência de dor lombar em servidores de uma instituição de ensino superior. **METODOLOGIA:** A amostra foi composta por 25 servidores, entre 18 e 57 anos de idade de ambos os sexos. A coleta ocorreu na instituição, no período diurno, com a autorização do diretor da instituição e assinada a carta de anuência, foi utilizado um questionário entregue aos servidores. Para isso anteriormente foi explicado os objetivos da pesquisa e em seguida a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) por parte dos entrevistados. A população foi composta por 62 servidores, sendo que os que recusaram a participar ou não estavam no momento da pesquisa foram excluídos, permanecendo então 25 servidores. O questionário foi composto pela anamnese dos participantes e uma pergunta relacionada a dor lombar, sendo direcionada no intuito de classificar o perfil de cada indivíduo de acordo com a faixa etária, o tempo na instituição e se há presença de lombalgia, classificando essa dor em: nenhum desconforto; algum desconforto; moderado desconforto; e intolerável desconforto. A análise dos dados foi realizada no programa SPSS 22.0, inicialmente com a descritiva dos dados, assumindo o nível de significância de  $p < 0,005$  para as análises de Qui-Quadrado e Spearman. A pesquisa obedeceu aos critérios da resolução 466/12 do CNS. **RESULTADOS:** Da amostra dos 25 servidores, 14 representando 56% descreveram não sentir nenhum desconforto na região lombar, 11(44%) se queixam de algum desconforto com dores intoleráveis na lombar. Com relação do nível de dor referente ao tempo na instituição, 8(32%) estão a mais de 1 ano na instituição e 5(20%) se queixam de algum desconforto acerca de dores lombares moderadas, 17(62%) servidores se encontram até 1 ano trabalhando, sendo 6(24%) apresentam entre a classificação algum desconforto e dor intolerável na lombar. O nível de dor lombar com relação a faixa etária, as categorias acima de 36 anos 6(24%) dos 11(44%) classificam sua dor com algum desconforto a dor moderada, entre 18 e 35 anos consistindo de 14(56%) servidores, 9 (36%) não se queixam de nenhuma dor, e 4(16%) descreveram seu nível de dor em algum desconforto a dor intolerável. **CONCLUSÃO:** conclui-se que na amostra dos 25 servidores apenas 11 indivíduos apresentaram queixa de dores na região lombar, o trabalho relacionado ao tempo de serviço pode ser um grande influente desses sintomas, sendo a amostra composta por 17(62%) servidores que se encontram a menos de dois anos na instituição. Sugere-se que abranja maiores amostras e compare ao nível de atividade física.

---

## REFERÊNCIAS

FERREIRA, C.H.J.; NAKANO, A.M.S. Reflexões sobre as bases conceituais que fundamentam a construção do conhecimento acerca da lombalgia na gestação. **Revista Latino em Enfermagem**. 2001; 9(3):95-100.

HILDE, G.; STUGE, B.; VOLLESTAD, N. Physical therapy for pregnancy-related low back and pelvic pain: a systematic review. **Acta Obstet Gynecol** 2003; **82(11):983-90**.

JOHANSSON, G.; NOREN, L.; OSTGAARD, H.C.; OSTGAARD, S. Lumbar back and posterior pelvic pain during pregnancy: a 3-year follow-up. **Eur. Spine J.** 2002; **11:267-71**.

NOVAES, F.S.; SHIMO, A.K.K.; LOPES, M.H.B.M. Lombalgia na gestação. **Revista latino em enfermagem**. 2006. 14(4):620-4.

SABINO, J.; GRAUER, J.N. Pregnancy and low back pain. **Curr Ver. Musculoskelet Med.** 2008;1(2):137-41.

## SINAIS E SINTOMAS OSTEOMUSCULARES RELACIONADOS AO TRABALHO EM FUNCIONÁRIOS DE UMA CONSTRUTORA CIVIL

ATILLA BRANDON SOUSA ALVES<sup>1</sup>

LIGIA RAIANNE DA SILVA MOURA<sup>1</sup>

RAYANE ALVES BEZERRA<sup>1</sup>

JOYCE MARIA LEITE E SILVA (CREF 5120 G/CE)<sup>2</sup>

LUCIANO MILLER REIS RODRIGUES (CRM 89832)<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Acadêmicos do curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil.

<sup>2</sup>Docente do Curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil. Mestranda em Ciências da Saúde – Faculdade de Medicina do ABC, FMABC, Santo André, Brasil;

<sup>3</sup>Doutor, docente no Programa de Pós-Graduação Stricto-Sensu em Ciências da Saúde – Faculdade de Medicina do ABC – FMABC-Santo André, Brasil.

Email: atillabrendon@gmail.com

**Palavras-chave:** Dort's; Algias; Saúde do Trabalhador.

**INTRODUÇÃO:** Devido à grande concorrência do mercado de trabalho, o trabalhador é submetido a uma jornada de trabalho intensa, por causa desse ritmo a maioria dos indivíduos é cometida por diversos tipos de lesões, sendo os problemas de maior frequência a Lesão por Esforço Repetitivo e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho LER/DORT. **OBJETIVO:** Esse estudo analisou a prevalência dos sinais e sintomas osteomusculares relacionados ao trabalho em funcionários da construção civil da cidade de Juazeiro do Norte-Ceará. **METODOLOGIA:** A pesquisa foi realizada com 30 funcionários da construtora de Juazeiro do Norte, porém dois deles foram excluídos por não estarem dentro dos critérios de inclusão. Foi utilizado o questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares-QNSO, versão adaptada, onde constava de identificação, como idade, massa corporal, estatura, jornada de trabalho, tempo de profissão, principais instrumentos que utiliza na sua prática e sintomas de dor. A pesquisa atendeu os aspectos éticos da resolução 466/2012. **RESULTADOS:** a construtora é composta de indivíduos adultos, predominantemente do sexo masculino, sendo a amostra da população 100% masculina, com média de idade da amostra de 35,68±10,99 anos, massa corporal de 66,68±7,80 kg, estatura de 1,70±7,46 metros, jornada de trabalho de mais ou menos 45 horas semanais. Verificou-se que 37% dos entrevistados, ou seja, 10 indivíduos relataram ter sentido dor, fadiga ou algum tipo de desconforto nos últimos sete dias. Enquanto 17 destes (63%) não relataram nenhum tipo de algia. E a maioria dos trabalhadores (77,8%) não necessitaram se ausentar do trabalho. Quanto a queixa mais comum de dor foi a região lombar (37,03%), com algumas reclamações em punhos (25,92%), região dorsal (14,81%), ombros (14,81%), pernas e cotovelos com 3,70% cada um. A função mais desempenhada é a de pedreiro, ou seja, 11 (40,4%) trabalhadores e o principal instrumento é a colher. Em segundo lugar é a de servente com 9 indivíduos (33,3%). **CONCLUSÃO** A queixa mais comum de dor foi na região lombar (37,03%), a função mais desempenhada é a de pedreiro, sendo que 10 indivíduos relataram ter sentido dor, fadiga ou algum tipo de desconforto nos últimos sete dias. Assim, sugere-se que seja realizada uma pesquisa com amostra maior, que inclua indivíduos de ambos os sexos e que seja observada a postura adotada por cada profissional desempenhada na construção civil e que sejam feitas orientações a estes trabalhadores, assim, evitando ou retardando o aparecimento de Dort's.

## REFERÊNCIAS

- BARCELOS, M. A. das N. **A Análise Ergonômica do Trabalho como Ferramenta para a Elaboração e Desenvolvimento de Programas de Treinamento.** Dissertação de Engenharia de Produção, Florianópolis, 1997.
- DIESEL, L.; FLEIG, T. C.; GODOY, L. P. **Caracterização das doenças profissionais na atividade de construção civil de Santa Maria –RS,** In: XXI Encontro Nacional de Engenharia de Produção. 6 p. Anais... CD Rom. Salvador: BA, 2001.
- MOREIRA, T. R. et al. **Educação nutricional com o trabalhador: ainda um desafio para o nutricionista.** São Paulo, SP, 2007.
- SERRANHEIRA, F. *et al.* **Auto-referência de sintomas de lesões músculo-esqueléticas ligadas ao trabalho numa grande empresa em Portugal.** Revista Portuguesa de Saúde Pública. V.21, n.2, p. 37-47, jul-dez, 2003.
- TAKAHASHI, M. A. B. C. Programa de reabilitação profissional para trabalhadores com incapacidades por LER/DORT: relato de experiência do Cerest–Piracicaba, SP. Rev. bras. Saúde ocup., São Paulo, 35 (121): 100-111, 2010.
- VICENTINI, E. R. N. **Lesões por esforços repetitivos x construção civil.** Artigo Cesumar - Centro de Ensino Superior de Maringá, 2005.
- XAVIER, A. A. de P.; MICHALOSKI, A. O.; SAAD, V. L. **Avaliação da existência de Dort de membros superiores através de testes musculares específicos e relatos de dor em pedreiros na tarefa do assentamento de tijolos.** Revista Gestão Industrial. Paraná – Brasil, v. 05, n. 04: p. 115-129, 2009.

## COMPARAÇÃO DA QUALIDADE DE MOVIMENTO E CAPACIDADE CARDIORESPIRATÓRIA ENTRE JOVENS PRATICANTES DE PARKOUR E DE TREINAMENTO FUNCIONAL

EDUARDO RODRIGO OLIVEIRA ROCHA  
LEURY MAX DA SILVA CHAVES  
VANESSA CRISTINA CASALATINA  
MARTA SILVA SANTO

MARZO EDIR DA SILVA-GRIGOLETTO<sup>1</sup>(CREF: 006427-G7RS).

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal De Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.

Contato: duddu@parkour.com.br

**Palavras-chaves:** desempenho; autonomia funcional; funcionalidade.

**INTRODUÇÃO:** O Parkour é uma prática corporal capaz de promover treinamento em alta intensidade e de forma intermitente. Isso ocorre através da exploração de movimentos funcionais (saltar, empurrar, puxar, agachar) que são utilizados durante a ultrapassagem de obstáculos dentro de um determinado percurso. Na maioria das vezes, o percurso realizado por um praticante de Parkour é caracterizado como um ambiente de alta instabilidade, fenômeno esse que pode ser justificado pela variabilidade de ambientes encontrados na zona urbana. Não obstante, o treinamento funcional tem como princípios a utilização de exercícios multiarticulares e multiplanares, com ênfase na realização de padrões funcionais que remetem às atividades laborais (agachar, empurrar, transportar, puxar). Além disso, o mesmo preconiza o treinamento de capacidades condicionantes como agilidade, velocidade, força e resistência muscular e essas por sua vez podem estar contidas em uma única sessão de treinamento a ser realizada de forma intermitente e em alta intensidade. Pelo fato de ambos os tipos de treinamento utilizarem padrões funcionais de movimento e terem a possibilidade de serem realizados em alta intensidade, podem contribuir para a melhora da qualidade do movimento e capacidade cardiorrespiratória dos indivíduos praticantes. Entretanto, as variações dos planos utilizados durante os exercícios e a possível diferenciação entre intensidade dos exercícios utilizados entre ambas metodologias, poderiam intervir de forma diferente na qualidade de movimento e capacidade cardiorrespiratória.

**OBJETIVO:** Determinar e comparar o perfil de mobilidade funcional e capacidade cardiorrespiratória entre praticantes veteranos de Parkour (PK) e de Treinamento Funcional (TF).

**METODOLOGIA:** Foram avaliados 9 praticantes veteranos de Parkour (20,2 ± 2,63 anos, 23,68 ± 3,76 kg/m<sup>2</sup>) e 9 praticantes veteranos de treinamento funcional (20,6 ± 2,73 anos, 24,2 ± 2,99 kg/m<sup>2</sup>) com pelo menos 1 ano de experiência e frequência de no mínimo 2 treinos semanais. Foi realizada análise funcional do movimento através do *Functional Movement Screen* (FMS) e para análise da capacidade cardiorrespiratória foi aplicado o *Yo-yo Intermittent Endurance* para determinar o perfil cardiorrespiratório em atividades de caráter intermitente.. Para análise da normalidade dos dados foi executado um teste de Shapiro-Wilk e a comparação dos grupos foi realizada através de um “test t” para amostras independentes, com nível de significância de 5%.

**RESULTADOS:** Ao comparar os resultados obtidos no teste de análise do movimento, foi encontrada diferença significativa no grupo PK em relação ao grupo TF (p=0,03). No entanto, não houve diferença significativa entre os grupos, quanto avaliada a variável cardiorrespiratória (p=0,27). **CONCLUSÃO:** Diante das condições de análise, nota-se que praticantes veteranos de Parkour apresentam melhor qualidade de movimento do que praticantes veteranos de treinamento funcional, no entanto os grupos não se diferenciaram no que diz respeito a capacidade cardiorrespiratória. Contudo, testes complementares e com diferentes populações tornam-se necessários, por conta da especificidade da amostra.

**REFERENCIAS:**

BOYLE, M.; VERSTEGEN, M; COSGROVE, A. Advances in functional training. Santa Cruz, California: **On Target Publications**

GROSPRÊTRE, Sidney; LEPERS, Romuald. Performance characteristics of Parkour practitioners: Who are the traceurs?. **European Journal of Sport Science**, v.6, n.5, p.526-535, 2015.

MARCHETTI, Paulo Henrique; JUNIOR, Danilo Atanázio Luz; SOARES, Enrico Gori; SILVA, Fernando Henrique et al. Differences in muscular performance between practitioners and non practitioners of Parkour. **International Journal of Sports Science**, v.2, n.4, p.36-41, 2012.

SILVA-GRIGOLETTO, Marzo Edir Da; BRITO, Ciro Jose; HEREDIA, Juan Ramon. Functional training: functional for what and for whom?. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v.16, n.6, p.714-719, 2014.

SOARES, C. L. George Hébert e o Método Natural: nova sensibilidade, nova educação do corpo. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 25, n.1, p.21-39, 2003.

# Resumos de Fisioterapia



## EFEITO DE 12 SEMANAS DE TREINAMENTO FUNCIONAL NA MOBILIDADE ARTICULAR EM IDOSAS PRÉ-FRÁGEIS

Marceli Matos Andrade Mesquita (CREFITO: 175599-F/SE)

Marzo Edir Da Silva-Grigoletto.

Departamento de Educação Física,  
Programa de Pós Graduação em Educação Física,  
Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: [marcelimesquita@hotmail.com](mailto:marcelimesquita@hotmail.com)

**Palavras-chave:** Envelhecimento, treinamento funcional, aptidão física.

**Introdução:** O processo de envelhecimento sucede na diminuição de diversas funções fisiológicas, levando os idosos a uma maior fragilidade e perda de autonomia. Com isso, programas de treinamento funcional foram propostos em alguns estudos para determinar sua eficácia na melhora da função e da mobilidade dessa população. **Objetivo:** Determinar os efeitos de doze semanas de treinamento funcional na mobilidade articular em idosas pré-frágeis. **Metodologia:** Quinze idosas (idade  $m = 65,6 \pm 5,1$  anos; peso  $m = 65,8 \pm 12,8$  kg/m<sup>2</sup>) após passar por uma avaliação médica, participaram deste estudo. No treinamento funcional foram realizados exercícios de mobilidade articular e ativação muscular; e exercícios que envolviam coordenação, potencia, agilidade, resistência muscular e cardiorrespiratória, durante 3 vezes por semana. Para verificar a mobilidade articular foi utilizado os testes de sentar e alcançar e alcançar atrás das costas da bateria Senior Fitness Test (SFT) e o Ankle test. Os dados foram apresentados com média e desvio padrão, analisados a partir do Teste “t” para amostras pareadas afim de determinar as diferenças pré e pós, com nível de significância 5%. **Resultados:** Após as doze semanas de intervenção todas as idosas apresentaram aumentos estatisticamente significativos em relação ao pré-teste: *Sentar a alcançar direito* (pré:  $0,6 \pm 7,6$  vs. pós:  $6,1 \pm 6,8$ ;  $p = 0,00$ ) e *esquerdo* (pré:  $0,8 \pm 8,2$  vs. pós:  $7,0 \pm 7,3$ ,  $p = 0,00$ ) *Alcançar atrás das costas direito* (pré:  $-3,1 \pm 9,0$  vs. pós:  $1,0 \pm 9,1$ ;  $p = 0,01$ ) e *esquerdo* (pré:  $-5,3 \pm 10,7$  vs. pós:  $-1,0 \pm 9,5$ ,  $p = 0,01$ ); *Ankle Test direito* (pré:  $7,6 \pm 2,9$  vs. pós:  $10,4 \pm 2,9$ ;  $p = 0,00$ ) e *esquerdo* (pré:  $7,8 \pm 2,9$  vs. pós:  $10,1 \pm 3,4$ ,  $p = 0,00$ ). **conclusão:** Tendo em vista a amostra e as condições analisadas, o Treinamento Funcional mostrou-se eficaz na melhora da mobilidade articular bilateralmente em idosas pré-frágeis.

### REFERÊNCIAS

- FECHINE, B.R.A.; TROMPIERI, N. Processo de Envelhecimento: As principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. **Revista Científica Internacional**. v. 1, n. 7, p. 106-132, 2012.
- CORREIA M, MENÊSES A, LIMA A, CAVALCANTE B, RITTI-DIAS R. Efeito do treinamento de força na flexibilidade: uma revisão sistemática. **Rev Bras Ativ Fis e Saúde**. v. 19, n. 1, p. 3-11, 2014.
- WHITEHURST, M.A., JOHNSON, B.L., PARKER, C.M., BROWN, L.E., FORD, A.M. The benefits of a functional exercise circuit for older adults. **J Strength Cond Res**. v.19, n.3, p. 647-651, 2005.
- RIKLI, R.E.; JONES, C. J. Development and validation of a functional fitness test for community-residing older adults. **J Aging Phys Activity**. v. 7, p. 129-161, 1999.
- NELSON, M. E.; SING, M. A. The Effects of Multidimensional Home-Based Exercise on Functional Performance in Elderly People. **Journal of Gerontology**. v.59, n. 2, p. 154–160, 2004.



## ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NO TRATAMENTO DE PACIENTES COM MIELOMENINGOCELE

Jennifer Santos do Nascimento  
Clemerson Silva  
Gabrielle Barrozo Novais  
Daniel Batista Conceição dos Santos  
MAYANNA MACHADO FREITAS  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
jenniinascimento@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Mielomeningocele; Tubo Neural; Fisioterapia.

**INTRODUÇÃO:** Mielomeningocele é o tipo mais severo de espinha bífida, decorrente de um defeito na formação do tubo neural e se manifesta como uma falha na fusão completa dos arcos vertebrais da coluna vertebral, resultando em crescimento diplásico da medula e das meninges. Tendo em vista tais complicações, é necessária uma abordagem fisioterapêutica precoce nos pacientes buscando eliminar ou minimizar as alterações proporcionadas por esta patologia.

**OBJETIVO:** Realizar uma revisão de literatura sobre a abordagem multidisciplinar no tratamento de pacientes com Mielomeningocele. **METODOLOGIA:** As informações foram obtidas por meio de revisão de literatura, advinda das seguintes bases de dados: Bireme, Science Direct, Scientific Electronic Library Online, Biblioteca Virtual em Saúde e o PubMed. **RESULTADOS:** Os estudos demonstraram que as doenças que envolvem o tubo neural são responsáveis por um número considerável de pacientes no consultório do fisioterapeuta pediátrico. A meta do fisioterapeuta ao se deparar com uma criança deverá ser promover o desenvolvimento mais próximo possível do normal, de acordo com suas limitações neurológicas, de forma a atingir o máximo de independência funcional. Portanto, os objetivos da fisioterapia podem ser resumidos em promoção das habilidades físicas que levam a independência, aquisição da mobilidade independente, deambulação com ou sem uso de cadeira de rodas e prevenção da instalação de deformidade. **CONCLUSÃO:** As ações de promoção da saúde e prevenção de agravos a mulheres em idade fértil, com atenção especial para o atendimento ao pré-natal e ao parto, podem repercutir diretamente nos indicadores infantis e na prevenção das anomalias congênitas. Por esses motivos, o acompanhamento de pacientes com essa malformação assume vital importância no que diz respeito à qualidade de sua sobrevivência.

### REFERÊNCIA

- PEREIRA, E. L. R.; BICHARA, C. N. C.; OLIVEIRA, A. C. S.; COSTA, M. A. T. Epidemiologia de pacientes com malformação de Chiari II internados no Hospital Fundação Santa Casa de Misericórdia do Pará. **Rev. Para. Med.**, 2007; vol. 21, n. 2, p.13-17.
- PEREIRA, E. L. R.; BICHARA, C. N. C.; OLIVEIRA, A. C. S.; Costa, M. A. T. Epidemiologia de pacientes com malformação de Chiari II internados no Hospital Fundação Santa Casa de Misericórdia do Pará. **Rev. Para. Med.** 2007; Vol.21, n.2, p.13-17.
- SALOMÃO, José F.; et al. **Acompanhamento ambulatorial de pacientes com mielomeningocele em um hospital pediátrico.** Arq. neuropsiquiatr; 1995; vol.53, n.3, p. 444 - 450.
- SOUZA, A. I. ; VIDAL, S. A.; GUERRA, G. V. Q. L.; BATISTA FILHO, M; BAPTISTA, E. V. P.; MELO, M. I. B. Prevalência dos defeitos de fechamento do tubo neural em recém-nascidos do Centro de Atenção à Mulher do Instituto Materno Infantil Prof. Fernando Figueira, IMIP: 2000-2004. **Rev. Bras. Saúde Matern. Infant.** 2006; vol. 6, n.1, p. 35 – 42.

---

SVARTMAN, Celso; et al. Talectomia no tratamento das deformidades rígidas dos pés na artrogripose e seqüela de mielomeningocele. **Revista Bras. Ortop.** vol. 28, n. 7, p. 453 – 457.

## **ASSISTÊNCIA DA ENFERMAGEM NAS COMPLICAÇÕES RESPIRATÓRIAS DA DISTROFIA MUSCULAR DE DUCHENNE**

Jennifer Santos do Nascimento  
Gabrielle Barrozo Novais  
Viviane Fernandes Conceição dos Santos  
MARIA ELIANE DE ANDRADE  
MAYANNA MACHADO FREITAS  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
jenniinascimento@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Distrofias Musculares; Enfermagem em Saúde Comunitária; Insuficiência Respiratória.

**INTRODUÇÃO:** A distrofia muscular de Duchenne corresponde a um grupo de doenças de origem genética progressiva que se caracterizam por alterações estruturais ou funcionais dos músculos. O declínio progressivo da função pulmonar quase sempre inicia após o confinamento à cadeira de rodas e está associado com o aumento da insuficiência respiratória e da ineficiência da tosse, tornando os pacientes vulneráveis à atelectasias, pneumonias e retenção de secreções endobronquiais. A insuficiência respiratória vem seguida de dificuldade na ventilação, falta de força para tossir, ocasionando infecções respiratórias sucessivas, que na maioria dos casos leva o paciente ao óbito. **OBJETIVO:** Verificar a atuação da enfermagem nas complicações respiratórias da Distrofia Muscular de Duchenne. **METODOLOGIA:** Este trabalho é uma revisão de literatura, com consulta à base de dados eletrônica Scielo, Science Direct e Physiotherapy Evidence Database. O alvo dessa busca foram estudos com abordagem da Enfermagem na Distrofia Muscular de Duchenne. Para seleção, buscou-se a combinação dos termos distrofia muscular, enfermagem e complicações respiratórias. A busca foi realizada entre fevereiro e maio de 2013. Foram incluídos artigos que abordaram os temas: a) Distrofia Muscular de Duchenne e doenças neuromusculares; b) discussão sobre formas de tratamento quanto às complicações respiratórias de pacientes distrofia muscular. Foram excluídos os que abordaram apenas tratamentos medicamentosos ou cirúrgicos. Os textos foram analisados e sintetizados de forma crítica, a fim de discutir as informações obtidas que correspondiam especificamente ao tema pretendido para compor esta revisão. **RESULTADOS:** O tratamento de enfermagem é manter a função dos níveis respiratórios e estimular a qualidade de vida do paciente com distrofia. A ausência de estudos envolvendo a prática de enfermagem na Distrofia Muscular de Duchenne, a mais comum e mais grave dentre as doenças neuromusculares hereditárias conhecidas, tem levado a não tomada de atitudes coerentes por parte dos poderes públicos e privados, das sociedades médicas e científicas. A reeducação da função muscular respiratória pode ensinar e conscientizar o paciente a utilizar um padrão respiratório mais adequado, principalmente o diafragmático, no qual este a realizará de maneira mais econômica energeticamente e mais vantajosa mecânica e funcionalmente. **CONCLUSÃO:** Percebe-se a importância da assistência nas complicações respiratórias da Distrofia Muscular de Duchenne. Esta atuação deve ser composta por uma equipe multidisciplinar, para contribuir em ações mais precisas e eficazes tanto na melhoria na fase de intervenção quanto por parte de agentes públicos e privados que estão direta ou indiretamente envolvidos na prestação de serviços de saúde. Além disso, promover a formação de conhecimento crítico e humanístico que possam favorecer que estudantes e profissionais tenham informações verdadeiras e relevantes.

---

## REFERÊNCIAS

- BAUMGARTNER, M.; RUIZ, D.A. Distrofia Muscular de Duchenne (Revision Bibliográfica). **Revista médica de Costa Rica**. v.65, n 586, 2008.
- DOOLEY, J.; GORDAN, K. E.; DODDS, L.; SWEEN, J. M. Duchenne muscular dystrophy a 30-year population based incidence study. **Clinic Pediatric**. v. 49, n. 2. March, 2010.
- IWABE, C.; MIRANDA, B.H.; NUCCI, A. Medida da função motora: versão da escala para o português e estudo de confiabilidade. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, v.12, n.5, 2008.
- MACHADO, M. J. F. Distrofia muscular de Duchenne: complicações respiratórias e seu tratamento. **Revista Ciências Médicas**, v. 16, n. 2, 2007.
- SANTOS, F.P.O.; AGUIAR, V.R.F.; MANCEBO, W.G.N.; CONTENÇAS, T.S. Assistência de enfermagem nas complicações respiratórias da distrofia muscular de Duchenne. Disponível em: <http://www.webartigos.com/artigos/assistencia-de-enfermagem-nas-complicacoes-respiratoriasda-distrofia-muscular-de-duchenne/67925/> Acesso em: mar. de 2013.

## ANÁLISE DA PERCEPÇÃO DE SAÚDE E A PREVALÊNCIA DOS FATORES DE RISCO PARA SÍNDROME METABÓLICA EM IDOSOS

Talita Leite dos Santos Moraes  
Universidade Federal de Sergipe, São  
Cristovão-SE, Brasil.

Elenilton Correia de Souza - Crefito:195413-F  
Universidade Federal de Sergipe, São Cristovão-SE, Brasil.

Joyce Evelyn Santos de Oliveira  
Universidade Federal de Sergipe, São Cristovão-SE, Brasil

Olga Sueli Marques Moreira - Crefito:13256-F  
Universidade Federal de

Sergipe, SãoCristovão-SE, Brasil.

email: [talitaleite.fisioterapia@gmail.com](mailto:talitaleite.fisioterapia@gmail.com)

**Palavras-chave:** percepção de saúde, fatores de risco, idoso, síndrome metabólica.

**INTRODUÇÃO:** O aumento da expectativa de vida da população brasileira tem ocorrido em paralelo com uma ascendência na prevalência das doenças crônicas e degenerativas próprias da idade avançada. Essa sobrecarga de doenças pode está relacionada às mudanças nos hábitos de vida dos brasileiros sujeitos a uma maior exposição aos fatores de riscos para o desenvolvimento de determinadas síndromes, como é o caso da síndrome metabólica (SM). Esta síndrome tem sido alvo de muitos estudos nos últimos anos, devido estar diretamente relacionada à exposição aos fatores de riscos para o desenvolvimento das doenças cardiovasculares, bem como o diabetes mellitus tipo II. **OBJETIVO:** Analisar a autopercepção de saúde e verificar a prevalência dos fatores de risco para o surgimento da SM em idosos. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo do tipo epidemiológico transversal e descritivo com 107 idosos, de ambos os gêneros, com idade ( $71,2 \pm 7,64$ ), altura ( $1,56 \pm 0,09$ ), IMC ( $28,6 \pm 5,7$ ) residentes no bairro América, Aracaju-SE. Os voluntários, após assinarem termo de consentimento livre e esclarecido, foram submetidos a uma entrevista, a realizar medidas de pressão arterial sistólica (PAS) e diastólica (PAD), peso, altura e coleta da circunferência abdominal (CA). A entrevista incluía perguntas a respeito de características sócio-demográficas, estilo de vida tais como: hábito de fumar, ingestão de bebidas alcoólicas e prática de atividade física, e indicadores de saúde do entrevistado. Os resultados de prevalência estão representados por valores descritivos com frequência absoluta, média e desvio padrão. Para analisar a correlação da autopercepção de saúde com fatores de risco foi realizado o teste de correlação de Pearson no SPSS 20.0. **RESULTADOS:** Verificou-se que a população estudada é composta principalmente por indivíduos sedentários (84,1%), hipertensos (72%), Sobrepesos (29%) e com obesidade grau I (22,4%). Foi encontrada uma prevalência moderada em relação as variáveis etilismo, diabetes e cardiopatas. Além disso, notou-se que existe uma alta correlação entre CA e CCQ ( $r= 0,702$ ), IMC e CA ( $r= 0,691$ ), IMC e CCQ ( $r=0,753$ ) e leve correlação entre estado de saúde e prática de atividade física ( $r=0,194$ ), considerando-se significativo  $p \leq 0,05$ . **CONCLUSÃO:** A população apresenta riscos consideráveis para o desenvolvimento da SM, evidenciado pelo excesso de peso e acúmulo de gordura abdominal, inatividade física e estilo de vida. Portanto, faz-se necessário que medidas profiláticas e de intervenção sejam levadas a essa e a outras populações específicas para controlar o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis e doenças metabólicas.

---

## REFERÊNCIAS

- GOMES, Mayara Negrão et al. Relação entre Variáveis Antropométricas, Bioquímicas e Hemodinâmicas de Pacientes Cardiopatas. **Int J CardiovascSci**, v. 28, n. 5, p. 392-399, 2015.
- VAGETTI, Gislaine.C. et al. Associação da obesidade com a percepção de saúde negativa em idosas: um estudo em bairros de baixa renda de Curitiba, Sul do Brasil. **Rev. salud pública Journal of Public Health**, v. 14, n. 6, p. 922-934, 2012.
- CASTRO, Simone Henriques de, et al. Parâmetros antropométricos e síndrome metabólica em diabetes tipo 2. **Arq. Bras. Endocrinol. Metab**, v. 50, n. 3, p. 450-455, 2006.
- BATTISTI, Larissa. et al. Avaliação do Índice de Massa corpórea, Pressão Arterial, Frequência Cardíaca e Perimetria Abdominal da Comunidade da clínica Escola ESEFFEGO. 2012.
- SOUZA, Raphaela. et al. Avaliação antropométrica em idosos: estimativas de peso e altura e concordância entre classificações de IMC. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 6, n. 1, p 81-90, 2013.
- ROH, Lucienne., et al. Mortality risk associated with underweight: a census-linked cohort of individuals with up to 32 years of follow-up. **BMC Public Health**, v. 14, n.1, 371. 2014.
- LOBATO, Talita Ariane Amaro et al. Indicadores antropométricos de obesidade em pacientes com infarto agudo do miocárdio. **Rev Bras Cardiol.(Imp.)**, v.27,n. 3, p. 203-212, 2014.
- MATSUDO, Sandra Mahecha; MATSUDO, Victor Keihan Rodrigues; BARROS NETO, Turíbio Leite Barros. Impacto do envelhecimento nas variáveis antropométricas, neuromotoras e metabólicas da aptidão física. **Revista brasileira de ciência e movimento**, v. 8, n. 4, p. 21-32, 2000.

## EFEITOS DE 12 SEMANAS DE TREINAMENTO FUNCIONAL E TRADICIONAL NA DORSIFLEXÃO DO TORNOZELO EM IDOSAS

MARCOS RAPHAEL PEREIRA MONTEIRO<sup>1</sup>  
ELENILTON CORREIA DE SOUZA<sup>2</sup> (CREFITO: 195413-F)  
ALAN DOS SANTOS FONTES<sup>2</sup> (CREFITO: 151481-F)  
ANTÔNIO GOMES DE RESENDE NETO<sup>2</sup> (CREF: 002225-G/SE)  
MARZO EDIR DA SILVA-GRIGOLETTO<sup>2</sup>(CREF: 006427-G/RS)

<sup>1</sup> Departamento de Fisioterapia, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

<sup>2</sup> Departamento de Educação Física, Programa de Pós Graduação em Educação Física, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.

Contato: [rapha918@yahoo.com.br](mailto:rapha918@yahoo.com.br)

**Palavras-chave:** exercício; aptidão física; envelhecimento.

**INTRODUÇÃO:** O movimento de dorsiflexão do complexo articular do tornozelo apresenta influência direta na marcha humana e por consequência na funcionalidade do indivíduo, a qual é comprometida ao longo do processo de senescência. A comunidade científica sugere que tanto o treinamento funcional quanto o tradicional podem melhorar parâmetros funcionais, entretanto questiona-se qual método é mais eficiente para o ganho de amplitude de movimento na flexão dorsal do tornozelo. **OBJETIVO:** Analisar os efeitos de doze semanas de treinamento funcional e tradicional no movimento de dorsiflexão do tornozelo em idosas. **METODOLOGIA:** 56 idosas foram aleatoriamente divididas em 2 grupos: Treinamento Funcional (TF: n=30, 65,2 ± 5,4 anos, 29 ± 4,9 kg/m<sup>2</sup>) e Treinamento Tradicional (TT: n=26; 65,7 ± 5,1 anos, 28 ± 5,4 kg/m<sup>2</sup>), ambos os grupos iniciavam o treinamento com exercícios de mobilidade articular, e então o TF realizava atividades com caráter de velocidade, agilidade, coordenação e potência muscular, organizados em circuito, enquanto o TT realizava uma caminhada de 15 minutos. Posteriormente ambos os grupos realizavam tarefas de força muscular com padrões de puxar, empurrar, agachar e transportar, e para diferenciar os grupos utilizou-se de pesos livres para o TF e exercícios em máquinas articuladas para o TT. Por último, os dois grupos realizavam tarefas de caráter cardiometabólico. A dorsiflexão do tornozelo foi avaliada através do *Ankle test*, utilizando um dispositivo específica para avaliação “em carga”, denominado *LegMotion*<sup>®</sup>. Os dados foram apresentados como média e desvio padrão, e analisados a partir de uma ANOVA 2x2 com *post hoc* de Bonferroni para determinar as diferenças pré e pós-intervenção de cada grupo e verificar as diferenças entre os grupos. Ainda foi calculado o tamanho de efeito e o nível de significância considerado foi de 5%. **RESULTADOS:** Ao final das 12 semanas não houve diferenças estatisticamente significativas na comparação entre os grupos (p = 0,31). No entanto, os grupos apresentaram aumentos estatisticamente significativos em relação ao pré-teste (TF Pré = 7,3±2,1 Pós = 10,9±2,1; Effect Size = 1,71; p<0,01) (TT Pré = 7,4±2,5 Pós = 10,3±2,6; Effect Size = 1,38; p<0,01). **CONCLUSÃO:** Tendo em vista os sujeitos e as condições avaliadas, os protocolos de treinamento considerados parecem ser eficientes na melhora do ganho de movimento de dorsiflexão do tornozelo em idosas, com o treinamento funcional tendo um maior tamanho de efeito que o treinamento tradicional.

### REFERÊNCIAS

DA SILVA-GRIGOLETTO, M. E.; BRITO, C. J.; HEREDIA, J. R. Treinamento funcional: funcional para que e para quem?. **RBCDH**. v. 16, n. 6, p. 608-617, 2014.

---

BARBOSA et al. Effects of sensory motor training of lower limb in sedentary elderly as part of functional autonomy. **Rev Andal Med Deporte**. v.2, n.8, p.61-66, 2015.

OLIVER, GONZALO-SKOK et al. Relationships Between Functional Movement Tests and Performance in Young Elite Male Basketball Players. **The International Journal of Sports Physical Therapy**. v.5 n.10, p.628-638, 2015.

KREBS, D. E.; SCARBOROUGH, D. M.; MCGIBBON, C.A. Functional vs. Strength Training in Disabled Elderly Outpatients. **American Journal of Physical Medicine and Rehabilitation**. v. 86, n. 2, p. 93-103, 2007.

WHITEHURST, M.A.; JOHNSON, B.L.; PARKER, C.M.; BROWN, L.E.; FORD, A.M. The benefits of a functional exercise circuit for older adults. **J Strength Cond Res**. v.19, n.3, p.647-651, 2005.



## PERFIL EPIDEMIOLÓGICO DE CRIANÇAS INTERNADAS NO SETOR PEDIÁTRICO DO HOSPITAL DE URGÊNCIA DE SERGIPE: RELATO DE CASO

CARLOS ROBERTO XAVIER SANTOS FILHO (CREFITO: 214493-F)

HERIFRANIA TOURINHO ARAGÃO

GUILHERME MOTA DA SILVA

EMMANUELLE SANTOS MOURA

Universidade Tiradentes (UNIT), Aracaju, SE, Brasil.

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

**Palavras-chave:** Doenças Respiratórias; Fisioterapia; Perfil de Saúde

**INTRODUÇÃO:** As doenças respiratórias são uma das causas mais comuns de morbimortalidade na infância. **OBJETIVO:** Verificar o perfil epidemiológico de crianças internadas no setor pediátrico do Hospital de Urgência de Sergipe (HUSE). **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de experiência com abordagem descritiva acerca da vivência dos alunos de Fisioterapia da Faculdade Estácio de Sergipe (FES) no período de 18 de agosto à 18 de setembro de 2015, utilizando a ficha de avaliação do estágio supervisionado da FES no setor pediátrico do HUSE para a obtenção dos dados. **RESULTADO:** Foram realizados 23 sessões fisioterapêuticas em 16 crianças. A faixa etária de maior prevalência foi de (2- 12 anos), correspondendo a 62%, tendo a idade de seis anos como a mais prevalente, e menor em Lactentes (30 dias- 2 anos) que correspondeu a 38% dos casos. Pneumonia e a asma foram as duas doenças mais frequentes, responsáveis por 75%. A conduta no tratamento fisioterapêutico foi a Terapia de Higiene Brônquica (THB), em 75% dos atendimentos. **DISCUSSÃO:** Indicação da terapia de higiene brônquica deve ser baseada no diagnóstico funcional, no impacto da retenção de secreções sobre a função pulmonar, na dificuldade de expectoração do paciente, na escolha da intervenção de maior efeito e menor dano (EDUARDO, 2012). A aplicação da epidemiologia interfere na elaboração de diagnósticos e análises de situação de saúde (PAIN, 2003). **CONCLUSÃO:** Doenças respiratórias foram as mais frequentes e as THB contribuem para a redução da morbimortalidade infantil atribuída a essas doenças para a melhoria da qualidade de vida da criança.

### REFERÊNCIAS

EDUARDO, E. T. F. et al. Fisioterapia em pacientes críticos adultos: recomendações do Departamento de Fisioterapia da Associação de Medicina Intensiva Brasileira. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva**, São Paulo, v. 24, n. 1, p. 6-22, 2012.

PAIM, J. S. Epidemiologia e planejamento: a recomposição das práticas epidemiológicas na gestão do SUS. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, 2003.

NASCIMENTO-CARVALHO CM, SOUZA-MARQUES HH. Recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria para antibioticoterapia em crianças e adolescentes com pneumonia comunitária. **Revista Panamericana de Salud Publica**, 2004;15(6):380-7.

Adriell, R. S. et al. Insuficiência respiratória aguda causada por Pneumonia em organização secundária à terapia antineoplásica para linfoma não Hodgkin. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva**, São Paulo, v. 24, n. 4, p. 415-419, 2012.

DRAKOPANAGIOTAKIS F. P. K. et al. Cryptogenic and secondary organizing pneumonia: clinical presentation, radiographic findings, treatment response, and prognosis. **Chest**, v.139, n.4, p.893-900, 2011.

## EFETIVIDADE DA FISIOTERAPIA AQUÁTICA NO TRATAMENTO DA DOR LOMBAR CRÔNICA: REVISÃO SISTEMÁTICA COM METANÁLISES

Gabrielle Barrozo Novais  
Adalberto Cordeiro da Silva Júnior  
Agilson Alves Lisboa  
Tarcisio Brandão Lima  
MAYANNA MACHADO FREITAS  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
gabibarrozonovais@gmail.com

**Palavras-Chave:** Dor lombar; hidroterapia; ensaio clínico; metanálise.

**INTRODUÇÃO:** A dor lombar é definida como uma dor incapacitante, persistente por mais de três meses e responsável pelo alto índice de absenteísmo no trabalho, perda de desempenho funcional e alto custo para o tratamento. A fisioterapia aquática tem sido utilizada no tratamento de distúrbios musculoesqueléticos, a exemplo da dor lombar com a finalidade de promover redução na carga da coluna vertebral, tornando possível a realização de manobras consideradas impraticáveis quando realizadas fora da água. **OBJETIVO:** Realizar uma revisão sistemática com metanálises, livre de vieses, focada apenas em exercícios aquáticos no tratamento da dor lombar crônica. **METODOLOGIA:** A estratégia de busca foi realizada nas seguintes bases de dados: MEDLINE, EMBASE, CINAHL, LILACS, SCIELO, WEB OF SCIENCE, SCOPUS, SPORTDiscus, *Cochrane Controlled Trials Register Library*, *Cochrane Disease Group Trials Register*, PEDro, DARE. Foram utilizados os descritores: dor lombar, doenças da coluna vertebral, coluna vertebral, hidroterapia, ensaio clínico, ensaio clínico controlado e metanálise. Como critérios de inclusão foram considerados ensaios clínicos aleatórios sobre fisioterapia aquática. Já os critérios de exclusão envolviam ensaios clínicos que abordaram banho de imersão, estudos com gestantes, corrida em piscina funda e ensaios não aleatórios. **RESULTADOS:** Entre os onze estudos explorados, apenas dois preencheram os critérios de inclusão, porém, com alto risco de viés, uma vez que mesmo realizada a aleatorização, os autores não deixaram claro como estas foram feitas. Na concordância entre os avaliadores, foi obtida uma concordância perfeita ( $K = 1$ ). Foram realizadas três metanálises para os desfechos dor e mobilidade da coluna (flexão e extensão), mas, embora os estudos tenham obtido melhora clínica, não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas. **CONCLUSÃO:** Diante do exposto os resultados desta revisão foram insuficientes para demonstrar efetividade da fisioterapia aquática no tratamento de dor lombar crônica. Além disso, demonstraram uma baixa qualidade dos ensaios clínicos publicados sobre o assunto, o que implica na realização de ensaios clínicos aleatórios mais criteriosos.

### REFERÊNCIAS

- BEKKERIN G.; Engers A.J.; Wensing M.; et al. Dutch physiotherapy guidelines for low back pain. *Physiotherapy*, vol. 89, n. 2, p. 82-96, 2003.
- BELLO A.I.; KALU N.H., ADEGOKE B.O.A.; et al. Hydrotherapy versus land-based exercises in the management of chronic low back pain: a comparative study. *Journal of Musculoskeletal Research*, v. 13, n. 4, p. 159-165, 2010.
- DUNDAR U; SOLAK O; YIGIT I; EVCIC, D.; KAVUNCU, V. Clinical effectiveness of aquatic exercise to treat chronic low back pain: a randomized controlled trial. *Spine*, v. 15, n. 34, p. 1436-1440, 2009.

---

SCHULZ K.F, ALTMAN DG, MOHER D; CONSORT Group. CONSORT 2010. statement: updated guidelines for reporting parallel group randomized ed trials. **International Journal of Surgery**, vol. 9, p. 672-677, 2011.

SWARTZ M.K. The PRISMA statement: a guideline for systematic reviews and meta-analyses. **Journal of Pediatric Health Care**, vol. 25, p. 1-2, 2011.

## **BENEFÍCIOS DA INTERDISCIPLINARIEDADE NO PROJETO DE PRÁTICA E TREINAMENTO ESPORTIVO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA (PROTED)**

MARIA EDUARDA PONTES DOS SANTOS  
CINARA KARINA BEZERRA E SILVA  
CENTRO UNIVERSITÁRIO TABOSA DE ALMEIDA (ASCES-UNITA), CARUARU,  
PERNAMBUCO, BRASIL  
madududa116@gmail.com

**Palavras-chave:** Qualidade de vida; Fisioterapia; Educação Física e Treinamento; Pessoas com deficiência

**INTRODUÇÃO:** A prática de atividades esportivas possibilita ao indivíduo vários benefícios relacionados com o seu bem estar físico, psíquico, e muitas vezes, é aplicado como meio de inclusão social (CARDOSO, 2011; SILVA et al. 2016). Quando trabalhada com portadores de deficiência física os benefícios promovidos pelo esporte incluem também ganhos funcionais. O esporte adaptado surgiu como um importante meio na reabilitação física, psicológica e social para pessoas com algum tipo de deficiência, consiste em adaptações e modificações em regras, materiais, locais para as atividades possibilitando a participação das pessoas com deficiências nas diversas modalidades esportivas (DUARTE; WERNER, 1995), e também pode ser definido como esporte modificado ou especialmente criado para ir ao encontro das necessidades únicas de indivíduos com algum tipo de deficiência (GORGATTI; GORGATTI, 2005). Tendo em vista que a reabilitação é um processo que diz respeito ao desenvolvimento humano e às capacidades adaptativas nas diferentes fases da vida. Abrange os aspectos funcionais, psíquicos, educacionais, sociais e profissionais (FREITAS, 2002). O projeto de extensão “Prática e Treinamento Esportivo Para Pessoas com Deficiência” (PROTED) por meio de uma intervenção interdisciplinar dos cursos de Fisioterapia e Educação Física do Centro Universitário Tabosa de Almeida (ASCES - UNITA) foi implantado com o objetivo de oferecer atividades esportivas às pessoas com deficiência física, além de benefícios funcionais, e melhora na qualidade de vida dos paratletas. **OBJETIVO:** Apresentar os benefícios do trabalho integrado dos cursos de Fisioterapia e Educação Física nos paratletas do projeto de extensão PROTED. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo de caráter descritivo, realizado no Centro Universitário Tabosa de Almeida, pelos docentes e alunos dos cursos de Educação Física e Fisioterapia, realizado no período de Março a Junho de 2016. O critério de inclusão para participação no projeto foi que os paratletas estivessem cadastrados na Associação dos Portadores de Deficiências de Caruaru (APODEC). Foram realizadas avaliações iniciais voltadas para a deficiência individual da funcionalidade esportiva de cada paratleta e logo após os três meses de treinamento foram realizadas as avaliações finais para a comparação dos resultados. **RESULTADO:** Pôde-se observar uma melhora significativa no desempenho esportivo de cada paratleta, seja no ganho de amplitude de movimento, força muscular, equilíbrio, coordenação e, sobretudo na inclusão social de cada um dos paratletas tendo em vista os desafios que perpassam os processos de inclusão sócio educacional desta população. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que o trabalho realizado entre os cursos de Fisioterapia e Educação Física com os paratletas do PROTED melhorou o desempenho esportivo e as capacidades funcionais destes. Estimulando também uma maior possibilidade de integração da pessoa com deficiência no seu convívio com a sociedade.

### **REFERÊNCIAS**

CARDOSO, V. D. A Reabilitação De Pessoas Com Deficiência Através Do Desporto Adaptado. *Rev. Bras. Ciênc. Esporte*, v. 33, n. 2, p. 529–539, 2011.

---

DUARTE, E.; WERNER, T. Conhecendo um pouco mais sobre as deficiências. In: Curso de atividade física e desportiva para pessoas portadoras de deficiência: educação à distância. Rio de Janeiro: UGF, v. 3, 1995.

FREITAS P. S. **Introdução à Educação Física e ao Desporto para Pessoas Portadoras de Deficiência**. Curitiba: UFPR, 2002.

GORGATTI, M. G.; GORGATTI, T. O esporte para pessoas com necessidades especiais. In GORGATTI, M. G.; COSTA, R. F. (Orgs.), **Atividade física adaptada: qualidade de vida para pessoas com necessidades especiais**. Barueri: Manole, 2005. p. 532-568.

SILVA, A; VITAL, R; MELLO, M.T. Atuação da fisioterapia no esporte paralímpico. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 22, n. 2, p. 157-161, 2016.

## O EFEITO DO EXERCÍCIO AERÓBICO E RESISTIDO NO CONTROLE DA PRESSÃO ARTERIAL SISTÓLICA E DIASTÓLICA: RELATO DE CASO

CHRISLLEY SALES BARBOSA<sup>1</sup>;  
RAISSA STEFANNI SILVA SANTOS<sup>1</sup>;  
GRAZIELLE CRUZ GARCIA<sup>1</sup>;  
DANIELA TELES DE OLIVEIRA<sup>2</sup> 83596  
Universidade Tiradentes - UNIT, Aracaju – SE, Brasil  
[chrislley\\_sb@hotmail.com](mailto:chrislley_sb@hotmail.com)

**Palavras-chave:** Reabilitação. Exercícios. Cardiologia.

**INTRODUÇÃO:** De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a reabilitação cardiovascular é: “o conjunto de atividades necessárias para assegurar às pessoas com doenças cardiovasculares condição física, mental e social ótima, que lhes permita ocupar pelos seus próprios meios um lugar tão normal quanto seja possível na sociedade” (BROWN, 1964). Estudos têm descrito que tanto o exercício aeróbio quanto o treinamento resistido, quando realizados isoladamente, promovem benefícios imediatos e em longo prazo, como redução da pressão arterial em repouso, melhora da capacidade cardiorrespiratória e atenuação das respostas cardiovasculares ao esforço. (LOCKS, 2012) A melhora da circulação sistêmica ocorre, entre outras razões, pelo fato de o exercício contribuir para a redução do hematócrito (ao aumentar a volemia) e ocasionar elevação da plasticidade do eritrócito, promovendo acréscimo do fluxo sanguíneo e melhor distribuição do oxigênio na interface célula-capilar (FOSS, 2000). Podem, ainda, ocorrer modificações significativas tanto anatômicas como fisiológicas do sistema cardiovascular, com aprimoramento do sistema de transporte, extração e utilização do oxigênio (FROELICHER, 1999). Estudos demonstram que os exercícios de resistência muscular localizada podem contribuir para o aumento da circulação sanguínea colateral (BOSCO, 2004). **OBJETIVO:** Avaliar o efeito do exercício resistido e aeróbio sobre a pressão arterial de pacientes hipertensos. **METODOLOGIA:** O estudo foi composto por uma paciente do sexo feminino, 62 anos, com diagnóstico de hipertensão arterial. O programa de exercício foi dividido em 3 fases, duas com 8 sessões e uma com 7 sessões, onde intercalava ao longo das sessões entre bicicleta ergométrica, caminhada (em quadra poliesportiva de 27 metros) e elíptico durante 20 minutos seguido por exercícios resistidos com duração de 20 minutos com peso máximo de 1kg e 3 sessões de 10 repetições, sendo que foi utilizado o teste de esforço máximo para escolher os pesos utilizados. Foi realizado exercícios para os músculos gastrocnêmio, tibial anterior, isquiotibiais, adutores e abdutores dos membros inferiores fazendo uso de caneleira, e bíceps, deltoide, tríceps, romboides com uso de halteres de 0,5kg. Além de fortalecimento de quadríceps e glúteos com o próprio peso através de agachamento e músculos abdominais em bola suíça. A primeira fase foi constituída por exercícios aeróbicos durante 15 min, e resistidos com peso máximo de 1kg e 10 rep. Segunda fase por exercícios aeróbicos por 20 min e resistidos com peso máximo de 2kg e 15 rep. A terceira fase por resistidos combinado MMSS com MMII e aeróbicos de forma intercalada com velocidade máxima da paciente nos aeróbicos e peso máximo de 10kg com 20 rep nos exercícios resistidos. **RESULTADOS:** 1. Diminuição da pressão arterial sistólica e diastólica ao decorrer das sessões, apresentando PA de 180/90mmHg na primeira avaliação e 120/80mmHg ao final das 23 sessões (valores verificados em repouso). 2. Melhor tolerância ao exercício aeróbio. 3. Aumento da resistência muscular na realização de exercícios com carga. **CONCLUSÃO:** Os resultados obtidos demonstraram que a terapêutica adotada foi eficaz no tratamento da hipertensão arterial.

---

## REFERÊNCIAS

- Brown, RA. Rehabilitation of patients with cardiovascular diseases. Report of a WHO expert committee. World Health Organ Tech Rep Ser. 1964;270:3-46
- BOSCO, Ricardo; DEMARCHI, Amanda; PEREIRA, Fabiana Vecchio Rebelo; CARVALHO, Teles de. O efeito de um programa de exercício físico aeróbio combinado com exercícios de resistência muscular localizada na melhora da circulação sistêmica e local: um estudo de caso. Rev Bras Med Esporte, Vol. 10, Nº 1 – Jan/Fev, 2004.
- LOCKS, Rafaela Ribas; RIBAS, Danieli Isabel Romanovitch; WACHHOLZ, Patrick Alexander; GOMES, Anna Raquel Silveira. Efeitos do treinamento aeróbio e resistido nas respostas cardiovasculares de idosos ativos.
- Foss M, Keteyian S. Bases fisiológicas do exercício e do esporte. 6ª ed., Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2000;178-94.
- Froelicher V, Myers J. Exercício e o coração. 3ª ed., Rio de Janeiro: Revinter, 1999;361-73.

## **AVALIAÇÃO DE ACORDO COM A CLASSIFICAÇÃO INTERNACIONAL DE FUNCIONALIDADE DE PACIENTES TRAUMATO-ORTOPÉDICOS ASSISTIDOS PELO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE EM CLÍNICA ESCOLA PARTICULAR DE FISIOTERAPIA EM ARACAJU**

DRIELLY CATARINNY DOS SANTOS MENESES;  
MARIA EDILAINE ROSÁRIO FERREIRA;  
KAREN RAPHAELA SANTOS COSTA;  
JANAÍNA FARIAS CÂNDIDO (Credito 150623-F);  
EDNA ARAGÃO FARIAS CÂNDIDO (Credito 7926-F)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES, Aracaju, Sergipe, Brasil  
driellycsmm@hotmail.com

**PALAVRAS CHAVE:** Classificação Internacional de Funcionalidade; Fisioterapia; Ortopedia.

**INTRODUÇÃO:** A fisioterapia traumato-ortopédica tem um papel importante na reabilitação de indivíduos com distúrbios músculo esqueléticos, podendo ser de origem desportiva, ocupacional ou de acidentes de trânsito. Nesse contexto, a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) é utilizada para classificar a sua funcionalidade, além de ser solicitada a ser implantada no Sistema Único de Saúde (SUS) do Brasil. **OBJETIVO:** o estudo teve por objetivo classificar a funcionalidade em relação a função e estrutura do corpo, seu desempenho funcional e influências dos fatores pessoais e ambientais. **METODOLOGIA:** o estudo foi prospectivo, transversal e avaliativo, aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa CAAE: 56484216.3.0000.5371 com casuística de 15 indivíduos assistidos pelo SUS em clínica particular de Fisioterapia no município de Aracaju/Sergipe. Os quatro domínios da CIF (função e estrutura do corpo, desempenho e fatores ambientais e pessoais) foram classificados, além de seus qualificadores (gravidade, natureza e localização do problema). A análise estatística foi realizada pelo Programa GraphPad Prism 6.01 com apresentação das variáveis em frequência relativa e analisadas pelo teste Qui-quadrado levando em consideração  $p < 0.05$ . **RESULTADOS:** Na Função do Corpo, a dor (280; 16,67%) e mobilizações das articulações (710; 16,67%) foram prevalentes. Os diagnósticos vinculados a CIF para dor foram: Capsulite Adesiva, Síndrome do Impacto e Bursite/Tendinite em ombro; e vinculados a mobilizações das articulações foram Fratura de Fíbula/ Platô Tibial e de Patela, além de Cirurgia de Menisco. Na dor, a articulação do ombro (s7201; 30%) estava deficiente de forma grave com fluídos à direita. Nas mobilizações das articulações, os ossos da perna (s75010, 25%) e articulações do joelho (s75011; 25%) a deficiência foi moderada e leve com descontinuidade à direita; e leve com posição desviada à esquerda ou ambos os lados, respectivamente. Na dor, o desempenho da atividade e participação estavam moderadamente deficientes para conduzir veículo e vestir roupa (66,66%). Nas mobilizações das articulações, o desempenho da atividade e participação se encontravam com deficiência grave para andar longas distâncias (d4501; 75%) e manter posição de pé (d4106, 25%). Na dor, em fatores ambientais e pessoais, o medicamento (e1101; 100%) foi facilitador elevado (33,33%), moderado (33,33%) e leve (33,33%), onde o jovem reconheceu como leve e os idosos como elevado e moderado. Nas mobilizações das articulações, o facilitador produtos e tecnologia foi reconhecido como elevado (75%). **CONCLUSÃO:** A função do corpo comprometida em membro superior foi a dor no ombro, comprometendo funções como dirigir e vestir-se onde o medicamento foi facilitador. Já em membros inferiores foram as mobilizações articulares em pernas e joelhos, comprometendo funções para andar e ortostase e os produtos e tecnologia foram os facilitadores.



---

## REFERÊNCIAS

- BISPO, J.P.J. Fisioterapia e saúde coletiva: desafios e novas responsabilidades profissionais. **Ciência e Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, v. 15. n.1. p. 1627-1636. 2010.
- BRASIL. Coordenadoria Nacional para Integração da Pessoa Portadora de Deficiência (Corde). **A Convenção sobre Direitos das Pessoas com Deficiência comentada**. Secretaria Especial dos Direitos Humanos, 2008.
- BUCHALLA, C.M. A Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF). **Acta Fisiátrica**. São Paulo, v.10, n.1, p. 29-31. 2003.
- DOMINGUES, S. V.; DANAGA, A. Perfil de atendimento fisioterapêutico no ambulatório de ortopedia e traumatologia da Santa Casa de Avaré-SP. **Revista Eletrônica de Educação e Ciência (REEC)**. São Paulo, v.04, n. 01. 2014.
- FARIAS, N.; BUCHALA, C. M. A. Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde: conceitos, usos e perspectivas. **Rev. Bras. Epidemiol.** São Paulo, v. 8, n.2, p.187-193. 2005
- KARLOH, K.et al. Prevalência de distúrbios traumato-ortopédicos e reumatológicos atendidos na Fisioterapia pelo Sistema Único de Saúde em um município do meio oeste de Santa Catarina. **Revista Saúde Pública Santa Catarina**. Santa Catarina, v.8 p.58-68,2015.

## O EFEITO DA DANÇA NA PARTICIPAÇÃO SOCIAL DE JOVENS COM PARALISIA CEREBRAL

BEATRIZ MENEZES DE JESUS  
ROMÁRIO COSTA OLIVEIRA  
ADRIELLE ANDRADE PASSOS  
LAVÍNIA TEIXEIRA-MACHADO (CREFITO 822128-F)  
Universidade Federal de Sergipe, Lagarto, Sergipe, Brasil.  
(beatriz.mj.bm@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Paralisia Cerebral; Terapia através da Dança; Participação Social.

**INTRODUÇÃO:** a Paralisia Cerebral (PC) é uma condição neurológica que apresenta alterações do desenvolvimento nos âmbitos motor, postural, sensorial, comportamental e cognitivo, o que acarreta em limitações nas atividades físicas e sociais. A dança tem como objetivo proporcionar o bem-estar físico, emocional e psicológico, além de promover o equilíbrio e coordenação corporal. A Organização Mundial da Saúde (OMS) descreve a participação social como uma importante grandeza de funcionalidade, onde recebe influência de fatores pessoais e ambientais. **OBJETIVOS:** analisar o efeito da dança na participação social de jovens com PC. **MÉTODOS:** estudo de casos, composto por participantes com PC, faixa etária de 5 a 21 anos de idade, ambos os sexos, com classificação da função motora grossa (GMFCS) de I a V. Foram aplicadas aulas de dança, uma vez por semana, com duração de 60 minutos, por um período de 12 meses, totalizando 35 sessões. Para avaliar a participação social, utilizou-se a escala de avaliação da incapacidade da Organização Mundial de Saúde (WHODAS versão 2.0) em dois momentos: antes de iniciarem as aulas de dança e no final da pesquisa. **RESULTADOS:** 5 participantes foram incluídos no nosso estudo, idade 5 a 21, 2 sexo feminino e 3 sexo masculino, GMFCS: 1 I, 1 II, 1 IV, 2 V. Os valores totais do WHODAS reduziram de 20,33% para 13,33% ( $p=0,05$ ). **CONCLUSÃO:** a dança pode proporcionar benefícios em relação a participação social na PC, evidenciados na promoção do bem estar físico, emocional e psicológico dos participantes.

### REFERÊNCIAS

- CAZE, C.; OLIVEIRA, A. Dança além da visão: possibilidades do corpo cego. Revista Pensar a Prática, v.11, n.3, p.293-302, 2008.
- GARÇÃO, Diogo Costa. Influência da dançaterapia na mobilidade funcional de crianças com paralisia cerebral hemiparética espástica. Motricidade. São Carlos - SP, Brasil, v.7, n.3, p.3-9, 2011.
- SILVA, Fernanda; CARVALHO, Bruna Araújo; NETO, Álvaro Rego Millen; Dança em Cadeira de Rodas e Paralisia Cerebral: estudo de caso da menina Laura. Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v.7, n.1, 2009.
- SOUZA, Edifrance Sá de; CAMARGOS, Ana Cristina Resende; ÁVILA, Niníea Cristina Inês de; SIQUEIRA, Flaviane Mara da Silva. Participação e necessidade de assistência na realização de tarefas escolares em crianças com paralisia cerebral. Fisioterapia em movimento. Curitiba, v.24, n.3, p.409-417, jul./set. 2011.
- TEIXEIRA-MACHADO, L.A.; DeSANTANA, J.M. A dançaterapia melhora a qualidade de vida e a função neuromuscular de indivíduos com transtornos motores. Dissertação de Mestrado. Pós-Graduação em Ciências da Saúde, Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, 2010.
- TEIXEIRA-MACHADO, Lavínia; DeSANTANA, Josimari; Dançaterapia e a qualidade de vida de pessoas com deficiência física: ensaio clínico controlado. Revista Brasileira de Qualidade. Ponta Grossa – PR, Brasil, v.5, n.1, p. 39-52, jan./mar. 2013.

## FISIOTERAPIA CARDIORESPIRATÓRIA NO TRATAMENTO DA PNEUMONIA EM UM CENTRO DE REABILITAÇÃO DE SERGIPE: RELATO DE CASO

CHRISLLEY SALES BARBOSA<sup>1</sup>  
ELINE RODRIGUES VIANA DE SOUZA<sup>1</sup>;  
CATARINA ANDRADE GARCEZ CAJUEIRO<sup>2</sup> CREFITO 83954-F  
Universidade Tiradentes - UNIT, Aracaju – SE, Brasil  
[chrislley\\_sb@hotmail.com](mailto:chrislley_sb@hotmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Pneumonia, infecção, fisioterapia respiratória

**INTRODUÇÃO:** A pneumonia é uma infecção que compromete o trato respiratório seja ele nas vias aéreas ou no parênquima pulmonar podendo haver ou não a consolidação dos espaços alveolares (FIGUEIREDO, 2009). **OBJETIVO:** Verificar os benefícios do tratamento fisioterapêutico em uma paciente com sequelas provocadas pela pneumonia submetida à intervenção fisioterapêutica. **METODOLOGIA:** Participou do estudo uma paciente de 59 anos submetida a dez sessões de fisioterapia respiratória no Centro de Reabilitação Ninota Garcia (Aracaju/SE) com sequela de Pneumonia. As variáveis verificadas foram: pressão arterial (PA), frequência respiratória (FR), frequência cardíaca (FC), saturação parcial de oxigênio (SpO<sub>2</sub>), pressão inspiratória máxima (Pimáx), pressão expiratória máxima (Pemáx), pico de fluxo expiratório (PFE), volume inspiratório máximo, coeficiente de amplitude torácica, teste de caminhada de 6 minutos (T6) e Time up and go (TUG). **RESULTADOS:** Após a intervenção, houve um aumento de 10 cm H<sub>2</sub>O no valor da Pimáx o PFE aumentou em torno de 75 L/min, houve um aumento da distância percorrida no T6 de 5 metros e os valores dos coeficientes de amplitude da caixa torácica aumentaram em todas as regiões verificadas. Em relação às outras variáveis verificadas, os valores se mantiveram após o tratamento. **CONCLUSÃO:** A intervenção fisioterapêutica promoveu melhora na força muscular inspiratória, na redução do grau de obstrução das vias aéreas, aumento da expansibilidade torácica, melhora na execução dos testes funcionais além da redução do quadro algico em região torácica. Por se tratar de uma doença que compromete a função respiratória, em que foram realizadas apenas 10 sessões de fisioterapia cardiorrespiratória os resultados encontrados foram satisfatórios corroborando a importância da fisioterapia na manutenção da capacidade respiratória funcional e qualidade de vida da paciente.

### REFERÊNCIAS:

- FIGUEIREDO, Luiz Tadeu Moraes. Pneumonias virais: aspectos epidemiológicos, clínicos, fisiopatológicos e tratamento, 2009, J Bras. Pneumologia. Pág.899;  
FORGIARINI, Luiz Alberto Junior; RUBLESKI, Angélica; GARCIA, Douglas; TIEPPO, Juliana; VERCELINO, Rafael; BOSCO, Adriene Dal; MONTEIRO, Mariane Borba; DIAS, Alexandre Simões. Avaliação da força muscular respiratória e da função pulmonar em pacientes com insuficiência cardíaca, 2007;  
MACHADO, Daniel; MORAES, Leandro Tristão Abi-Ramia de; ESCARELI, Mariana de Oliveira; VIANNA, Itamar Alves. Pneumonia: Tratamento e Evolução, 2010. Pág. 66;  
MATOSO, Leonardo Magela Lopes• Indissociabilidade clínica e epidemiológica da pneumonia, 2013, pág 17.  
SILVA, Rhaíssa Fernandes; SILVA, Vinícius Zacarias Maldaner da. O papel da Fisioterapia na pneumonia associada à Ventilação Mecânica e Procedimentos gerais para prevenção, 2015.

## ANÁLISE DA ASSIMETRIA NA AMPLITUDE DE MOVIMENTO NO TORNOZELO DE CORREDORES AMADORES DE RUA DE ARACAJU-SE-BRASIL

SABRINA NOBRE LIMA DOS SANTOS<sup>1</sup>  
MAÍRA ÁVILA FONTES TRINDADE<sup>1</sup>  
AMANDA SANTOS DE OLIVEIRA<sup>1</sup>  
MARTA SILVA SANTOS  
FELIPE LIMA DE CERQUEIRA<sup>2</sup> (CREFITO: 132351)<sup>3</sup>.

<sup>1</sup>Acadêmicos do curso de Fisioterapia da Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe;

<sup>2</sup>Departamento de Educação Física Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal De Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil

<sup>3</sup>Fisioterapeuta, Mestre em Saúde e Ambiente pela Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe.

Contato: sabrinanobrels@gmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** corrida; Flexibilidade; lesão

**INTRODUÇÃO:** Devido ao seu fácil acesso e baixo custo, o número de praticantes de corrida tem crescido substancialmente. Cerca de 5% da população brasileira pratica essa modalidade que trás diversos benefícios, como a melhora da capacidade física e a diminuição do risco de doenças cardiovasculares (KOLKMAN, 2007). Por outro lado, o número de lesões que ocorrem nos corredores de rua é alto, e pode variar de 7 a 59 lesões para cada 1000 horas de exposição à corrida, ou seja, a incidência de lesões varia de 19% a 92%. Dentre os tipos de lesões que ocorrem nessa modalidade, as relacionadas ao complexo do tornozelo assume um papel preponderante na correta transmissão de força no sentido ascendente. Ademais, uma das mais de maior prevalência. O complexo articular do tornozelo, que consiste nas articulações talocrural, subtalar ou talocalcânea e tibiofibular distal, e seu papel funiconal é apresentar mobilidade e simetria ótimas, para não sobrecarregar outras estruturas articulares ou predispor o surgimento lesões. Segundo Baber (1990), o *Limb Symmetric Index* (LSI) de um atleta não deve ser maior que 5%, sendo aceitável um valor entre 5-10%. Valores maiores que 15% estão correlacionados com o aumento do risco de lesões. Sendo assim, se faz necessário a avaliação da assimetria de tornozelo de corredores, tendo em vista a grande contribuição dessa articulação para essa

**OBJETIVO:** Analisar a assimetria da ADM do complexo articular do tornozelo de corredores amadores de rua de Aracaju/SE. **METODOLOGIA:** A amostra foi composta por 36 corredores (19 mulheres e 17 homens) com faixa etária entre 16 e 62 anos (Idade: 33,28 ± 12,19 anos). Para a análise da ADM de dorsiflexão foi utilizado um flexímetro (Sanny, **FL6010**, São Paulo, Brasil), o qual se aplicou o Teste de Weight-Bearing. O teste aplicado foi reproduzido por dois avaliadores treinados (coeficiente de correlação intracasse maior que 0,85), e familiarizados a mais de um ano com os procedimentos. Utilizou-se, obtiveram a média aritmética das duas avaliações. A fórmula para calcular o LSI foi:  $LSI = [(Membro Direito - Membro Esquerdo) / \frac{1}{2}(Membro Direito + Membro Esquerdo)] \times 100$ . Estatística descritiva, com cálculo de média, desvio padrão e porcentagem foi utilizada. Os resultados estão apresentados em média ± DP. **RESULTADOS:** A assimetria do complexo articular do tornozelo de corredores amadores de rua de Aracaju/SE foi de 22,73 ± . **CONCLUSÃO:** Os praticantes amadores de corrida da cidade de Aracaju possuem 22,73% de assimetria na amplitude de movimento da articulação do tornozelo. Esse valor é considerado alto, e implica em uma maior predisposição a lesão.

---

**REFERÊNCIAS:**

- BARBER, S D et al. Quantitative Assessment of Functional Limitations in Normal and Anterior Cruciate Ligament-Deficient Knees." **Clinical orthopaedics and related research**. v.1, n. 255, p. 204-140, 1990.
- MACRUM, E.; BELL, DR.; BOLING, M.; LEWEK, M.; PADUA, D. Effect of Limiting Ankle-Dorsiflexion Range of Motion on Lower Extremity Kinematics and Muscle-Activation Patterns During a Squat. **Jornal of sport rehabilitation**. v.21, n. 2, p. 144-50, 2012.
- MASAFUMI, T.; PIETROSIMONE, BG.; GRIBBLE, PA. Therapeutic Interventions for Increasing Ankle Dorsiflexion After Ankle Sprain: A Systematic Review. **Journal of athletic training**. v.48, n. 5, p. 696-709, 2013.
- NOLASCO, SC.; Reis, FA.; FIGUEIREDO, AM.; LARAIA, EMS. Confiabilidade e aplicabilidade de dois métodos de avaliação da amplitude de movimento de dorsiflexão do tornozelo. **ConScientiae Saúde**. v.84, n.10, p.83-92, 2011.
- VAN MIDDELKOOP, M.; KOLKMAN, J.; VAN OCHTEN, J; BIERMA-ZEINSTRA SM; Koes BW. Course and predicting factors of lower-extremity injuries after running a marathon. **Clinical journal of sport medicine**, v.17, n.1, p.25-30, 2007.

# Resumos de Nutrição



## AMBIENTE OBESOGÊNICO NAS ESCOLAS PARTICULARES DE ARACAJU-SE

ELIACI SANTOS CARVALHO;  
JOANA CARLA NUNES DE SOUZA;  
LETÍCIA CAROLINE DA SILVA OLIVEIRA;  
SUELLEN DE MELO DANTAS CRN 5 7837/P;  
ANDHRESSA ARAÚJO FAGUNDES  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE, SÃO CRISTÓVÃO, SERGIPE, BRASIL  
eli.carvalho13@hotmail.com

**PALAVRAS CHAVE:** alimentação escolar, obesidade, educação alimentar e nutricional, promoção da saúde.

**INTRODUÇÃO:** A obesidade é um problema de saúde pública que vem ganhando abrangência em toda a população mundial. O ambiente ao qual um indivíduo está inserido pode ser considerado promotor ou inibidor de estilos de vida que levem à obesidade. Nas últimas décadas, estudos sobre ambientes obesogênicos vêm sendo um campo bastante explorado pelos pesquisadores, com um consenso de que o ambiente possui contribuição expressiva para prevalência de obesidade na população. A escola é primordial para construção de um saber a respeito da alimentação adequada que deve permear cada indivíduo. Para isso, atividades pedagógicas que envolvam educação alimentar e nutricional devem fazer parte do convívio diário dessas instituições. Em conjunção a essas medidas, a oferta de lanches e refeições em cantinas escolares devem estar associadas a uma alimentação saudável condizente com o que é ensinado. **OBJETIVO:** Caracterizar as cantinas que oferecem alimentos nas escolas particulares de Aracaju-SE, quanto à adequação das recomendações da Portaria Interministerial 1.010 de 2006. **METODOLOGIA:** Estudo descritivo transversal, de caráter quantitativo, desenvolvido em cantinas das escolas particulares de Aracaju, Sergipe. Foi aplicado um questionário com os responsáveis pelas escolas ou donos das cantinas com a atribuição de responderem questões referentes ao que é comercializado no ambiente. Os dados coletados foram analisados no programa SPSS versão 17 e Excel 2010. O estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe, sob o Parecer nº 1.373.134. **RESULTADOS:** Dentre as 41 escolas elegíveis, 27 participaram do estudo e possuíam cantinas para comercialização de alimentos. Quando questionados se seguiam alguma regra ou legislação para comercialização de alimentação saudável, 74,1% afirmaram seguir, no entanto a maioria não soube relatar norma/lei. No que diz respeito ao conhecimento da Portaria Interministerial 1.010, de 8 de maio de 2006 apenas 18,5% alegaram não conhecimento. Pode-se observar que mais da metade das escolas comercializam alimentos como pizza (81,4%), coxinha (66,6%), tortas (59,2%), catchup (62,9%). Dessa forma, os resultados mostram que apesar das cantinas das escolas possuírem conhecimento da importância da promoção da alimentação saudável e comercializarem lanches naturais, a prevalência de alimentos de baixo valor nutricional ainda é recorrente, não seguindo o previsto pela Portaria. **CONCLUSÃO:** O ambiente escolar apresenta grande quantidade de determinantes alimentares considerados obesogênicos, sendo importante o desenvolvimento de ações promotoras de saúde e da alimentação saudável, para auxiliar na autonomia dos estudantes em suas escolhas individuais. Recomenda-se que as Secretarias Municipais de Saúde e de Educação, os Conselhos Municipais de Saúde, de Educação e de Alimentação Escolar pactuem para inspeção e posterior atuação para melhorias da alimentação nas escolas em conformidade com a legislação visando a prevenção de doenças nas crianças e adolescentes e a formação de hábitos alimentares saudáveis.

---

## REFERÊNCIAS

- CORRÊA, N.P.; SCHMITZ, B.A.S.; VASCONCELOS, F.A.G. Aspects of the built environment associated with obesity in children and adolescents: A narrative review. **Revista de Nutrição**. Campinas, São Paulo, vol.28, n.3, p.327-340, maio/jun, 2015.
- HILL, J.O.; WYATT, H.R.; MELANSON, E.L.; Genetic and environmental contributions to obesity. **The Medical Clinics of North America**, vol. 84, n.2, p. 333-346, 2000.
- MENDES, L.L. Ambiente construído e ambiente social – associações com o excesso de peso em adultos. Dissertação (Doutorado em Enfermagem). **Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)**. Belo Horizonte, 2012.
- PETERS, J.C. Combating obesity: challenges and choices. **Obesity Research**, vol. 11 (Suppl.), p.7-11, 2003.
- SCHMITZ, B.A.S.; RECINE.E.; CARDOSO, G.T.; SILVA, J.R.M.; AMORIM, N.F.A.; BERNARDON, R.; RODRIGUES, M.L.C.F. A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, vol.24, 2008.
- SWINBURN, B.; EGGER, G.; RAZA, F. Dissecting obesogenic environments: the development and application of a framework for identifying and prioritizing environmental interventions for obesity. **Preventive Medicine**, vol.29, p. 563-570, 1999.



**CAPACIDADE ANTIOXIDANTE TOTAL DO PLASMA: ASSOCIAÇÕES COM COMPONENTES DO RISCO CARDIOMETABÓLICO EM JOVENS NÃO OBESOS E CLINICAMENTE SAUDÁVEIS**

GLEICIANE DE JESUS SANTANA CRN 5 7968/P,  
NATANAEL DE JESUS SILVA,  
JAMILLE OLIVEIRA COSTA CRN 5 4293,  
CECÍLIA MARIA PASSOS VÁZQUEZ CRN 5 2476,  
KIRIAQUE BARRA FERREIRA BARBOSA  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE, SÃO CRISTÓVÃO, SERGIPE, BRASIL  
[gleicijsantana@gmail.com](mailto:gleicijsantana@gmail.com)

**PALAVRAS CHAVE:** Antioxidante. Doenças cardiovasculares. Estresse oxidativo. Fatores de risco.

**INTRODUÇÃO:** A presença de componentes do Risco Cardiometabólico (RCM) em indivíduos com doenças crônicas não transmissíveis é previsível e, suficientemente, descrita na literatura, uma vez que são fatores, comprovadamente, predisponentes destas patologias. Os biomarcadores oxidativos desempenham importante papel na instalação destes componentes, com destaque para a Capacidade Antioxidante Total do plasma (CAT) por expressar a totalidade e a interação dos vários compostos antioxidantes presentes no plasma, de origem endógena e dietética. **OBJETIVO:** Investigar, em indivíduos jovens, não obesos e clinicamente saudáveis, a prevalência de componentes do risco cardiometabólico e sua associação com a CAT. **METODOLOGIA:** Foram avaliados indivíduos com idade entre 18 e 25 anos, inseridos no âmbito de duas instituições de ensino de nível superior do estado de Sergipe. Os parâmetros clínicos, bioquímicos e antropométricos, de foram aferidos mediante técnicas, previamente padronizadas e descritas na literatura. Após jejum de 12 horas, mediante punção venosa, foram coletadas amostras de sangue, separadas em soro e plasma e acondicionadas em -80°C até o momento das análises. Procedeu-se às análises dos parâmetros bioquímicos e CAT. As concentrações séricas de glicose, colesterol total, HDL, triacilgliceróis e CAT foram analisadas por ensaios colorimétricos ou turbidimétricos. As comparações entre grupos, categorizados pelo percentil 25 da CAT, foram realizadas mediante os testes de *U-Mann-Whitney*. Foi utilizado o teste de *Spearman* para rastrear as correlações existentes entre a CAT e as demais variáveis estudadas. O intervalo de confiança considerado foi de 95% e o nível de significância estatística de 5%. **RESULTADOS:** Participaram do estudo 139 indivíduos com idade média de  $21,4 \pm 1,9$  anos, com predominância do sexo feminino (77%). Não houve diferença estatística para nenhuma das variáveis demográficas, antropométricas, clínicas e bioquímicas segundo grupos estabelecidos pelo valor do percentil 25 (2,635 mM) da distribuição da CAT. Apesar de jovens, clinicamente saudáveis e não obesos, 24,5% dos indivíduos já apresentavam mais de um componente do RCM, seguidos de 7,9% e 0,7% apresentando 2 ou mais e 3 ou mais componentes. Destes, 15% apresentou concentrações de HDL-c reduzido, seguido pelas frequências, de níveis elevados de pressão arterial diastólica (7,4%), séricos de triacilglicerol (5,8%) e glicose (4,4%) e obesidade abdominal (2,4%). O valor de CAT não diferiu entre os grupos para nenhum dos componentes do RCM. Após ajuste para sexo e idade observou-se que a glicemia de jejum foi positivamente correlacionada com os valores de CAT ( $R^2 = 0,10$ ;  $\beta = 0,17$ ;  $p = 0,0010$ ). **CONCLUSÃO:** Tratando-se de indivíduos jovens, não obesos e clinicamente saudáveis, diferente do que ocorre em populações com doenças já instaladas, a CAT não foi capaz de predizer os componentes do RCM, possivelmente, em razão da instauração do mecanismo compensatório atuante em condições fisiológicas.

---

**REFERÊNCIAS:**

- BŁAUZ, A.; PILASZEK, T.; GRZELAK, A.; DRAGAN, A.; BARTOSZ, G. Interaction between antioxidants in assays of total antioxidant capacity. **Food Chem Toxicol.**, v. 46, n. 7p. 2365-8, 2008
- D'ARCHIVIO, M. *et al.* Predominant role of obesity/insulin resistance in oxidative stress development. **European journal of clinical investigation**, v. 42, n. 1, p. 70-78, 2012.
- FERDINAND, K.C. *et al.* Cardiorenal Metabolic Syndrome and Cardiometabolic Risks in Minority Populations. **Cardiorenal med**, v. 4, p:1-11, 2014.
- MIRRAKHIMOV, E.M. *et al.* The association of leptin with dyslipidemia, arterial hypertension and obesity in Kyrgyz (Central Asian nation) population. **BMC research notes**, v. 7, n. 1, p. 411, 2014.
- NDISANG, J.F.; LANE, N.; JADHAV, A. The heme oxygenase system abates hyperglycemia in Zucker diabetic fatty rats by potentiating insulin-sensitizing pathways. **Endocrinology**. v. 150, p. 2098-108, 2009.

**AVALIAÇÃO ENERGÉTICA E DE MACRONUTRIENTES DA DIETA CONSUMIDA POR PACIENTES DIABÉTICOS EM TRATAMENTO NUTRICIONAL ATENDIDOS NO AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO DO HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE ARACAJU-SE**

LUCIANA SANTOS MACHADO<sup>1</sup>;  
FABIANA MELO SOARES<sup>2</sup> (CRN:6072/5),  
MÁRCIA FERREIRA CÂNDIDO DE SOUZA<sup>2</sup> (CRN: 0769/5)

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes. Aracaju- Sergipe, Brasil.

<sup>2</sup>Hospital Universitário de Sergipe. Aracaju- Sergipe, Brasil.

[lucianamachados835@gmail.com](mailto:lucianamachados835@gmail.com)

Palavras- chave: Diabetes, Macronutrientes, Valor Energético.

**INTRODUÇÃO** O tratamento da diabetes requer mudanças no estilo de vida, especialmente em relação aos hábitos alimentares, prática de atividade física e uso de medicamentos (BRASIL, 2016; GERALDO et al., 2008; SBD, 2015; SBD, 2016). **OBJETIVOS** Analisar o Valor Energético Total e quantificar os macronutrientes na dieta de pacientes diabéticos em tratamento nutricional atendidos em um ambulatório de nutrição. **METODOLOGIA** Trata-se de um estudo transversal, com amostragem obtida por conveniência, composta por pacientes adultos diabéticos, de ambos os sexos, atendidos no ambulatório de Nutrição no Hospital Universitário da Universidade Federal de Sergipe (HU/UFS). Os critérios de inclusão foram pacientes com idade  $\geq 18$  anos e portadores de diabetes. A ingestão dietética foi obtida através do Recordatório 24 horas (R24h) de dois dias não consecutivos. Para comparação dos dados no acompanhamento nutricional foi realizado o teste paramétrico “t” pareado. Foi considerado o nível de significância estatística de 5% ( $p < 0,05$ ). As análises estatísticas foram realizadas utilizando o Statistical Package for the Social Science, SPSS versão 20.0 para Windows. O tratamento estatístico foi efetivado através da média e desvio padrão dos parâmetros avaliados. A pesquisa foi previamente aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe (CEP/UFS, sob registro do CAAE N° 00801212.8.0000.0058). **RESULTADOS** Dos 28 pacientes diabéticos, a média do consumo energético foi  $1581,6 \pm 526,4$  kcal no início da intervenção (<sub>1</sub>) e após o tratamento nutricional (<sub>2</sub>)  $1128,5 \pm 397,9$  kcal (0,001). O consumo médio de carboidratos foi CHO<sub>1</sub>  $209,8 \pm 68,0$ g e CHO<sub>2</sub>  $159,5 \pm 44,92$ g (0,004). A média da ingestão de proteína foi PTN<sub>1</sub>  $87,4 \pm 35,21$ g e PTN<sub>2</sub>  $69,17 \pm 35,2$ g (0,042). A média da ingestão lipídios foi LIP<sub>1</sub>  $41,05 \pm 29,2$ g, e LIP<sub>2</sub>  $22,4 \pm 20,85$ g (0,003). A média da ingestão de Fibras<sub>1</sub>  $18,6 \pm 7,5$ g e Fibras<sub>2</sub>  $18,8 \pm 7,4$ g (0,930). Houve diferença significativa ( $p < 0,005$ ) no consumo de energético, proteico e de lipídio. **CONCLUSÃO** Conclui-se que em comparação com primeiro momento, no segundo momento houve melhora significativa da ingestão energética, proteica e lipídica. Aumento do consumo de fibras e redução do consumo de proteína.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Cadernos de atenção básica n°16, Diabetes Mellitus. Disponível em: [http://www.prosaude.org/publicacoes/diversos/cad\\_AB\\_DIABETES.pdf](http://www.prosaude.org/publicacoes/diversos/cad_AB_DIABETES.pdf). Acesso em: 16 de agosto de 2016.

GERALDO, J.M. et al. Intervenção nutricional sobre medidas antropométricas e glicemia de jejum de pacientes diabéticos. Rev. Nutr., Campinas, v.21, n.3, Mai./Jun. 2008.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. Diretrizes da Sociedade Brasileira de diabetes 2015/2016. Disponível em: <http://www.diabetes.org.br/sbdonline/images/docs/DIRETRIZES-SBD-2015-2016.pdf>. Acesso em: 16 de agosto de 2016.

---

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES A. Departamento de Nutrição e metabologia da sociedade brasileira de Diabetes. Disponível em: <https://www.diabetes.org.br/pdf/manual-nutricao.pdf>. Acesso em: 16 de agosto de 2016.

WORD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Report of a WHO consultation on obesity. In: Obesity preventing and managing the global epidemic. Geneva: WHO; 1998.S

## AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE FIBRAS NA ALIMENTAÇÃO DE OBESOS ATENDIDOS NO AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO DO HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE ARACAJU-SE

LUCIANA SANTOS MACHADO<sup>1</sup>,  
FABIANA MELO SOARES<sup>2</sup> (CRN:6072/5),  
MÁRCIA FERREIRA CÂNDIDO DE SOUZA<sup>2</sup> (CRN: 0769/5)

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes. Aracaju- Sergipe, Brasil.

<sup>2</sup>Hospital Universitário de Sergipe. Aracaju- Sergipe, Brasil.

[lucianamachados835@gmail.com](mailto:lucianamachados835@gmail.com)

Palavras- chave: Fibras, Obesidade, Recordatório 24h

**INTRODUÇÃO** A obesidade é um problema de saúde pública no mundo. Caracteriza-se pelo excessivo armazenamento de gordura corporal, associado a riscos para a saúde e relação com complicações metabólicas, envolvendo um conjunto de fatores de risco cardiovascular. O aumento do consumo de fibras atua na regulação do peso corpóreo e interferem na digestão de outros carboidratos, podendo aumentar a sensação de saciedade após as refeições (CUPARI, 2013; MAGNO et al., 2014; MOREIRA et al., 2012; SILVA-NETO et al., 2014; NISSEN et al., 2012).

**OBJETIVOS** Avaliar a ingestão de fibras da alimentação de obesos atendidos no ambulatório de nutrição do Hospital Universitário da cidade de Aracaju – Se. **METODOLOGIA** Trata-se de um estudo transversal, com amostragem obtida por conveniência, composta por pacientes obesos, de ambos os sexos, atendidos no ambulatório de Nutrição no Hospital Universitário da Universidade Federal de Sergipe (HU/UFS). A ingestão de fibras foi obtida através do Recordatório 24 horas de um dia. As análises estatísticas foram realizadas utilizando o Statistical Package for the Social Science, SPSS versão 20.0 para Windows. Onde permitiu analisar a ingestão de fibras dos pacientes. Foi realizada análise estatística descritiva, expressas em percentual e desvio padrão dos parâmetros avaliados. A pesquisa foi previamente aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe (CEP/UFS, sob registro do CAAE Nº 0065.0.107.000-11).

**RESULTADOS** Dos 52 pacientes no presente estudo, 69% (n=36) são mulheres, 65,4% (n=34) apresentaram ingestão de fibras inadequada, 9,6% (n=5) obtiveram ingestão dentro do recomendado e 25,0% (n=13) acima da recomendação. A ingestão de fibra dos pacientes de nosso estudo está predominantemente abaixo da recomendação. **CONCLUSÃO** Apesar da importância da ingestão de fibras na dieta, encontrou-se adequação apenas em 9,6% da amostra. O estudo evidencia que mesmo com as recomendações, esses pacientes ainda estão com baixa ingestão de fibras.

### REFERÊNCIAS

CUPARI, L. Nutrição nas doenças crônicas não -transmissíveis. 1ª reimpressão, Barueri, SP, Manole 2013, p71.

MAGNO, F. et al. Perfil nutricional de pacientes em programa multidisciplinar de tratamento da obesidade grave e em pré-operatório de cirurgia bariátrica. ABCD, arq. bras. cir. dig., São Paulo, v. 27, supl. 1, p. 31-34, 2014.

MOREIRA, P.; ROMUALDO, M.C.S.; AMPARO, F.C.; PAIVA, C.; ALVES, R.; MAGNONI, D.; KOVACS, C. A educação nutricional em grupo e sua efetividade em tratamento de acientes obesos. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento.v.6, n.35, p.216-224. 2012.

NISSEN, L. et al. Intervenções para tratamento da obesidade: revisão sistemática. Rev bras med fam comunidade. Florianópolis, v.7, n.24, p.184-90. Jul./Set. 2012.

---

SILVA-NETO, E.F.; VÁZQUEZ, C. M. P.; SOARES, F.M.; da SILVA, D.G.; de SOUZA, M.F.C.; BARBOSA, k.B.F. Cirurgia bariátrica reverte risco metabólico em pacientes assistidos em nível ambulatorial. ABCD Arq Bras Cir Dig. 27,n.1 ,p.38-42. 2014.

## CARACTERIZAÇÃO DO CONSUMO DE WHEY PROTEIN ENTRE PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO EM UMA ACADEMIA DA CIDADE DE JOÃO PESSOA/PB

WLLIANE SILVA SOARES CRN 17378/P

YOHANNA DE OLIVEIRA CRN 16420/P

CAMILLA RAYANE GOMES DE FIGUEIREDO

RAQUEL SUELEN BRITO DA SILVA CREF 003180-G/PB

ALINE VAZ DA MOTA CRN 5179

FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DA PARAÍBA, JOÃO PESSOA, PARAÍBA, BRASIL.

E-mail: wlliane\_soares@hotmail.com

**PALAVRAS CHAVE:** Suplementos Alimentares. Atividade Física. Musculação.

**INTRODUÇÃO:** Dentre os variados tipos de suplementos, para os diversos tipos de finalidade, o consumo de *whey protein* tem se destacado como sendo um dos mais utilizados em academias de musculação. **OBJETIVOS:** Identificar a finalidade e o horário de utilização de *whey protein* entre praticantes de musculação em uma academia da cidade de João Pessoa/PB. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal do tipo descritivo com abordagem quantitativa. A amostra foi composta por 50 praticantes, idade  $25,2 \pm 5,4$  anos (sendo 39 homens) que já fossem usuários de *whey protein*. Estes responderam a um questionário semiestruturado, validado por Pereira et al. (2009) e adaptado para a finalidade do estudo. Os dados foram tratados por estatística descritiva. **RESULTADOS:** Os homens (76%) foram os maiores consumidores do suplemento, com 60% destes na faixa etária entre 18 a 25 anos. Homens e mulheres alegaram como motivos para uso do *whey protein* a facilitação no ganho de massa muscular (62%), suprimento dos nutrientes (18%), complementação das refeições (12%), definição muscular (6%) e redução do peso corporal (2%). Quanto ao horário de utilização, 76% dos praticantes o consumiam após o treino e apenas 24% antes do treino. Quanto a frequência de uso, 44% o consumiam 5 vezes por semana, 36% todos os dias, 16% faziam uso 6 vezes na semana, 2% consumiam 4 vezes na semana e outros 2% apenas 3 vezes na semana. **CONCLUSÃO:** Considerando que o *whey protein* tem como promessa o estímulo à hipertrofia, os praticantes tem adotado este suplemento para os objetivos adequados. Estudos indicam benefícios do consumo de *whey protein* tanto antes quanto pós treino, sendo que a maioria dos praticantes deste estudo consumiam apenas no pós treino. Por fim, a maioria dos praticantes relata consumo deste suplemento com alta frequência semanal.

### REFERÊNCIAS

- CERMAK, N. M. et al. Protein supplementation augments the adaptive response of skeletal muscle to resistance-type exercise training: a meta-analysis. **The American Journal of Clinical Nutrition**, v. 96, n. 6, p. 1454-1455, 2012.
- LANCHA JÚNIOR, A. H. **Suplementação nutricional no esporte**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2009.
- MORTON, R. W.; MCGLORY, C.; PHILLIPS, S. M. Nutritional interventions to augment resistance training-induced skeletal muscle hypertrophy. **Frontiers in Physiology**, v. 6, n. 245, p. 2-4, 2015.
- PEREIRA, C. V. et al. Perfil do uso de whey protein nas academias de Curitiba-PR. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 3, n. 17, p. 423-431, 2009.
- RODRIGUEZ, N. R. Nutrição Voltada para o Exercício e o desempenho Esportivo. In: MAHAN, L. K.; ESCOTT-STUMP, S. **Krause: alimentos, nutrição e dietoterapia**. 13. ed. São Paulo: Roca, cap. 24, p. 514, 2012.

---

SARMENTO, D. B. C.; BALLEIRO, F.; ZARZUELA, L. M. M. Uso de Suplementos Alimentares em Academias de Ginástica. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 3, n. 13, p. 15-16, 2009.

VAN LOON, L. J. C. Application of protein or protein hydrolysates to improve post exercise recovery. **International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism**, v. 17, p. 104-117, 2007.



**AVALIAÇÃO O ÍNDICE DE MASSA CORPORAL, CIRCUNFERÊNCIA DO BRAÇO E CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA DE PACIENTES ATENDIDOS EM UM AMBULATÓRIO NUTRICIONAL DE ARACAJU, SE**

**Autores:** Kauane Santana Lima Santos,  
Tatiana Maria Palmeira dos Santos (CRN 5 -4139),  
Cristiani Alves Brandão (CRN 5 – 4697)  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN 5 – 5943)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: kauane\_santana96@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Estado nutricional, antropometria, avaliação nutricional.

**INTRODUÇÃO:** A avaliação antropométrica associada a exames bioquímicos e inquéritos dietéticos, serve para diagnosticar o estado nutricional de pacientes, bem como o risco de desenvolver doenças cardíacas. A antropometria consiste em um método indireto de avaliação nutricional que possui baixo custo, é simples e confiável. Dentre as medidas antropométricas podemos destacar o índice de massa corporal (IMC), a circunferência do braço (CB) e a circunferência da cintura (CC). **OBJETIVO:** A presente pesquisa objetivou analisar o estado nutricional de pacientes atendidos em um ambulatório de nutrição de Aracaju-SE, através dos índices antropométricos de IMC, da CB e da CC. **METODOLOGIA:** Estudo transversal e descritivo realizado com indivíduos de ambos os sexos atendidos em um ambulatório de nutrição. Utilizou-se a análise dos protocolos dos pacientes atendidos no período de agosto de 2014 a maio de 2015. Foi verificado o peso e a altura para cálculo do IMC. Foram aferidas as circunferências: CB e CC, sendo esta última utilizada como parâmetro para diagnosticar o risco aumentado de doenças. Como ponto de corte para o IMC e a CC foram usados os parâmetros estabelecidos pela Organização Mundial de Saúde. Os dados foram tabulados no Excel® e analisados estatisticamente no SPSS®, os resultados expressos em percentuais, média e desvio padrão. **RESULTADOS:** Foram coletados dados de 96 pacientes, sendo 18,75% (n=18) do sexo masculino e 81,25% (n=78) do sexo feminino, com idade média de 36 anos. Segundo o IMC: 4,16% dos pacientes foram classificados com baixo peso, 25% eutróficos e 70,83% como pré-obesos ou obesos. Através da CB: 14,58% estão desnutridos; 31,25% dentro da normalidade e 54,16% com sobrepeso ou obesidade. A CC de 33,33% está dentro do desejado e mais de 65% encontraram elevada ou muito elevada. **CONCLUSÃO:** A maioria dos pacientes atendidos neste ambulatório nutricional encontravam-se com excesso de peso independente do parâmetro antropométrico utilizado, mostrando a eficiência do método. Este excesso pode levar ao surgimento de diversas complicações de saúde como diabetes e hipertensão. Assim, é necessário uma maior atenção a estes pacientes do estudo a fim de realizar mudanças em seus hábitos alimentares e no seu estilo de vida para possivelmente evitar a instalação de doenças crônicas.

**REFERÊNCIAS:**

- CUPPARI, Lilian. **Nutrição: nas doenças crônicas não-transmissíveis**. Barueri, SP: Manole, 2009.
- DUARTE, Antonio Cláudio Goulart. **Avaliação nutricional: aspectos clínicos e laboratoriais**. São Paulo: Atheneu, 2007.
- ESCOTT-STUMP, Sylvia; MAHAN, L. Kathleen. **Krause, alimentos, nutrição e dietoterapia**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.

---

MELLO, Elza Daniel de. O que significa a avaliação do estado nutricional. **Jornal de Pediatria**. v. 78, n. 5, 2002. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/jped/v78n5/7805357.pdf>>. Acesso em: 19 ago. 2016.

ROSSI, Luciana; CARUSO, Lúcia; GALANTE, Andrea Polo. **Avaliação nutricional: novas perspectivas**. São Paulo: Roca / Centro Universitário São Camilo, 2008.

TADDEI, José Augusto de Aguiar Carrazedo, et al. **Nutrição em Saúde Pública**. Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2011.

## ESTADO NUTRICIONAL DE PACIENTES ATENDIDOS EM UM CENTRO MÉDICO DE ARACAJU PORTADORES DE DOENÇAS CRÔNICAS E GASTROINTESTINAIS

**Autores:** Kauane Santana Lima Santos,  
Tatiana Maria Palmeira dos Santos (CRN 5 - 4139),  
Cristiani Alves Brandão (CRN 5 – 4697),  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN 5 – 5943).  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: kauane\_santana96@hotmail.com

**PALAVRAS CHAVE:** Avaliação nutricional, doenças crônicas, doenças gastrointestinais.

**INTRODUÇÃO:** A avaliação nutricional é um dos fatores determinantes do estado nutricional do paciente, uma vez que realizada por pessoas treinadas, o diagnóstico é preciso. As doenças crônicas foram descritas como hipertensão e diabetes em razão das suas possíveis complicações cardiovasculares e o seu elevado índice de mortalidade. Esse aumento pode estar relacionado ao excesso de peso associado a hábitos alimentares inadequados e ao sedentarismo. Pacientes com problemas gastrointestinais são comuns em ambulatórios, estudos apontam que cerca de 30% a 40% dos adultos em consultas relatam ter indigestão. Mudanças no estilo de vida e no plano alimentar podem proporcionar ao paciente sensação de bem-estar e melhora na qualidade de vida.

**OBJETIVO:** O propósito do presente estudo foi avaliar, através da antropometria, o estado nutricional de pacientes portadores de doenças crônicas e gastrointestinais de um centro médico de Aracaju, SE. **METODOLOGIA:** Estudo transversal e descritivo realizado através de informações coletadas do prontuário dos pacientes atendidos no período de agosto/2014 a maio/2015. A avaliação antropométrica foi composta por peso e altura para o cálculo do índice de massa corporal (IMC), circunferência do braço (CB), prega cutânea tricípital (PCT), circunferência muscular do braço (CMB) e circunferência da cintura (CC). Os dados foram tabulados no Excel® e analisados estatisticamente no SPSS®, os resultados expressos em percentuais, média e desvio padrão.

**RESULTADOS:** Participaram do estudo 28 pacientes de ambos os sexos portadores de diabetes, hipertensão e queixas gastrointestinais. A idade média entre os homens foi de 44 anos, e das mulheres de 48 anos. 7,14% dos pacientes avaliados apresentaram diabetes; 60,71% tinham hipertensão; 14,28% eram portadores de doenças gastrointestinais e 17,85% possuíam hipertensão e diabetes associadas. De acordo com o IMC mais de 75% dos frequentadores do referido ambulatório estavam com excesso de peso ou obesidade e apenas 3,75% tinham baixo peso. Através da CB e da PCT também foi observado que a maioria estavam com obesidade, 57% e 46,42%, respectivamente. Mediante a CMB foi observado que aproximadamente 92% estavam eutróficos e 7,14% possuíam desnutrição. A CC mostrou que mais de 88% foi classificado como elevado e/ou muito elevado para o risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares e apenas 10,71% estavam eutróficos.

**CONCLUSÃO:** A maioria dos pacientes deste estudo portadores de doenças crônicas e de queixas gastrointestinais encontram-se com estado nutricional alterado, assim se faz necessário uma intervenção dietoterápica para que se obtenha, através da mesma, melhoras nos hábitos alimentares desses pacientes.

### REFERÊNCIAS:

COSTA, Arual Augusto; ALMEIDA NETO, João Sergio de. **Manual de diabetes:** educação, alimentação, medicamentos, atividades físicas. 5 ed – São Paulo: SARVIER, 2009.  
CUPPARI, Lilian. **Nutrição: nas doenças crônicas não-transmissíveis.** Barueri, SP: Manole, 2009.

---

DUARTE, Antonio Cláudio Goulart. **Avaliação nutricional: aspectos clínicos e laboratoriais**. São Paulo: Atheneu, 2007.

ESCOTT-STUMP, Sylvia; MAHAN, L. Kathleen. **Krause, alimentos, nutrição e dietoterapia**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.

ROSADO, Eliane Lopes et al. **Dietoterapia uma abordagem prática**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.

ROSSI, Luciana; CARUSO, Lúcia; GALANTE, Andrea Polo. **Avaliação nutricional: novas perspectivas**. São Paulo: Roca / Centro Universitário São Camilo, 2008.

TADDEI, José Augusto de Aguiar Carrazedo et al. **Nutrição em Saúde Pública**. Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2011.

## **AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DE HOMENS ADULTOS INTERNADOS EM UMA UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA DE SERGIPE**

Rayanne Maria Gomes de Souza,  
Tatiana Maria Palmeira dos Santos (CRN 5-4139),  
Cristiani Alves Brandão (CRN 5-4697),  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN 5 – 5943)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: rayanne\_se@hotmail.com

**PALAVRAS CHAVES:** antropometria, estado nutricional, índice de massa corporal, circunferência do braço.

**INTRODUÇÃO:** A função da avaliação nutricional é identificar o estado nutricional do indivíduo, observando se há carência ou distúrbios nutricionais, dando espaço às doenças degenerativas que os acometem. Existem vários métodos para avaliação do estado nutricional, como: exames bioquímicos, antropométricos, exames clínicos e dietéticos. Assim, deve ser escolhidos aqueles que melhor detectem o desvio nutricional e reflita a realidade destes indivíduos. **OBJETIVO:** Verificar o estado nutricional de homens adultos internados em uma unidade de terapia intensiva (UTI) de um hospital do estado de Sergipe. **METODOLOGIA:** Estudo transversal realizado entre março/2015 a fevereiro/2016, com homens adultos internados em uma UTI. O estado nutricional destes pacientes foi detectado através das medidas antropométricas. Foram coletados dados da Circunferência do Braço (CB) e Altura do Joelho (AJ) para posterior cálculo de peso (Pe) e altura (Ae) estimados de acordo com a fórmula proposta por Chumlea et al (1994). Com este Pe e Ae foi calculado o Índice de Massa Corporal (IMC). O estado nutricional destes pacientes foi através da classificação a adequação da CB e pelo IMC. Os dados foram tabulados no programa Excel® e analisados no programa SPSS® e expressos em média, desvio padrão e percentuais. **RESULTADOS:** Foram avaliados 27 indivíduos do sexo masculino com idade entre 15 a 60 anos. A principal causa da internação destes pacientes foi devido ao trauma (55,55%), 3,70% neoplasia e 40,74% outras não especificadas. Em relação a avaliação nutricional através do IMC foi observado que 44,45% apresentavam obesidade e na mesma proporção eutrofia, apenas 7,40% possuíam magreza grau I ou grau II e 3,70% tinham sobrepeso. No caso da CB 51,85% apresentaram dentro do parâmetro de eutrofia, 25,92% desnutrição leve e 22,22% sobrepeso. **CONCLUSÃO:** Foi observado que os pacientes críticos internados do sexo masculino, em sua maioria, apresentaram diagnóstico nutricional de eutrofia, tanto pelo IMC quanto pela CB no referido estudo. Assim conhecer este diagnóstico torna-se relevante para uma melhor conduta e melhor desfecho destes pacientes.

### **BIBLIOGRAFIA:**

- CUPPARI, Lilian. **Nutrição: nas doenças crônicas não-transmissíveis**. 1. ed. Barueri: Manole, 2009.
- ESCOTT-STUMP, Sylvia; MAHAN, L. Kathleen. **Krause, alimentos, nutrição e dietoterapia**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.
- FONTOURA, Carmen Sílvia Machado et al. Avaliação Nutricional de Paciente Crítico. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva**, Porto Alegre. v.18, n.3, julho/set, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbti/v18n3/v18n3a13>>. Acesso em: 11 ago. 2016.
- GOIBURU, ME, Goiburu MM, Bianco H, Diaz JR, Alderete F, Palacios MC, Cabral V et al. The impact of malnutrition on morbidity, mortality and length of hospital stay in trauma patients. **Nutr Hosp**, v. 21, n. 5, p. 604-610, 2006.

---

WAITZBERG, DL; Alves CC. Indicações e técnicas de ministração em Nutrição Enteral. In: Waitzberg DL. **Nutrição oral, enteral e parenteral na prática clínica**. 4ª ed. São Paulo: Atheneu; 2009. p. 787.

## PRINCIPAIS INTERAÇÕES FÁRMACOS-NUTRIENTES EM PACIENTES COM TERAPIA NUTRICIONAL ENTERAL INTERNADOS EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA

GRACE MANUELA AGOSTINHO SANTOS (CRN 5 8151/P),  
LEILANY SUELLE DOS SANTOS VIANA,  
LILIANE VIANA PIRES

Departamento de Nutrição, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade Federal de Sergipe/SãoCristovão, Sergipe, Brasil.  
e-mail: gracemanuela@hotmail.com

Palavras-chaves: interações fármacos-nutrientes, unidades de terapia intensiva, nutrição enteral.

**Introdução:** Em Unidades de Terapia Intensiva é muito comum a associação de vários fármacos juntamente com a administração da dieta, o que pode provocar interações que resulte desde a ineficácia do tratamento farmacológico até alterações na biodisponibilidade de nutrientes, comprometendo ainda mais o prognóstico desse paciente. **Objetivo:** Identificar as possíveis interações fármacos-nutrientes em pacientes com terapia enteral internados na UTI. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal, no qual foram avaliados 30 pacientes internados na UTI de um hospital público de Sergipe. Para avaliação do estado nutricional foram aferidas medidas da circunferência do braço (CB) e altura do joelho (AJ), para o cálculo estimado do peso e da estatura. Em seguida, procedeu-se o cálculo do IMC. O percentual de adequação das dietas enterais ofertadas e a frequência de fármacos administrados e as possíveis interações entre fármacos-nutrientes foram avaliados em dois momentos, nas primeiras 24 horas e após 120 horas da internação. **Resultados:** As principais causas de internação na UTI foram trauma crânio encefálico. Observou-se maior frequência de indivíduos do gênero masculino entre os pacientes avaliados. As interações fármacos-nutrientes observadas e as que estão bem estabelecidas foram o antiulceroso (omeprazol) reduzindo a biodisponibilidade de vitamina B12 e o anti-hipertensivo (captopril) com alimentos em geral, reduzindo ação terapêutica do fármaco. As frequências de administração desses dois fármacos nas primeiras 24 horas e 120 horas foram de 50 e 60% para o omeprazol e, 30 e 33,3% para captopril, respectivamente. **Conclusão:** A utilização de fármacos como antiulcerosos e anti-hipertensivos apresentou uma frequência elevada nos dois tempos avaliados, o que pode comprometer o estado nutricional e a própria absorção do fármaco, reduzindo sua ação terapêutica.

### REFERÊNCIA

Lopes, E. M. et al., Interações Fármacos-alimento/nutriente potenciais em Pacientes Pediátricos Hospitalizados. **Revista de Ciências Farmacêutica Básica e Aplicada**, Piauí, 34(1):131-135, Nov, 2013.

FUJINO, V., NOGUEIRA, LUCIMAR A. B. N. S. Terapia nutricional enteral em pacientes graves: revisão de literatura, **Arq. Ciência e Saúde**, São Paulo, v-14, n°4 Out/Dez, 2007.

SILVIA, L. D. et al. Interação Fármaco - Nutrição Enteral: Uma Revisão Para Fundamental O Cuidado Prestado Pelo Enfermeiro, **Revista de enfermagem UFRJ**, Rio de Janeiro, Abril/Jun, 2010.

TEIXEIRA, A. C. C., CARUSO, L., SORIANO, F. G., Terapia Nutricional Enteral em Unidade de Terapia Intensiva: Infusão *Versus* Necessidades. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva**, São Paulo, v-18, N°4, Out/Dez, 2006.

---

SANT'ANA, I. E. S.; MENDONÇA, S. S.; MARSHALL, N. G., Adequação Energético-proteica E Fatores Determinantes Na Oferta Adequada De Nutrição Enteral Em Pacientes Críticos, Com. **Ciência e Saúde**, v-22, n° 4, p-47-56, Ago,2012.

MAICÁ, A. O; SCHWEUGERT, I. D. Avaliação Nutricional em Pacientes Graves. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva**. Ijuí, v-20, n3, p-286-295, Ago,2008.



## **RISCO CARDIOMETABÓLICO EM INDIVÍDUOS JOVENS E CLINICAMENTE SAUDÁVEIS: ASSOCIAÇÃO COM O ESTADO NUTRICIONAL**

**Publicação na forma de Resumo**

GLEICIANE DE JESUS SANTANA CRN 5 7968/P,  
TIAGO MARCEL SANTOS VILA-NOVA CRN 5 7029/P,  
JAMILLE OLIVEIRA COSTA CRN 5 4293,  
CECÍLIA MARIA PASSOS VÁZQUEZ CRN 5 2476,  
KIRIAQUE BARRA FERREIRA BARBOSA CRN 5 6996  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE, SÃO CRISTÓVÃO, SERGIPE, BRASIL  
[gleicijsantana@gmail.com](mailto:gleicijsantana@gmail.com)

**PALAVRAS CHAVE:** Adultos jovens. Saudáveis. Fatores de risco. Cardiovascular. Doenças cardiovasculares.

**INTRODUÇÃO:** Na presença de doenças crônicas, inclusive obesidade, é consolidada a manifestação dos componentes do Risco Cardiometabólico (RCM). Todavia, em adultos jovens, clinicamente saudáveis e não obesos essa relação ainda não está estabelecida. **OBJETIVO:** Avaliar os componentes do RCM em adultos jovens, clinicamente saudáveis e não obesos segundo o estado nutricional. **METODOLOGIA:** O estudo foi conduzido com jovens adultos de idade compreendida entre 18 e 25 anos, estudantes de universidade pública e particular em Sergipe. As amostras sanguíneas foram coletadas após jejum de 12 horas. As frações lipídicas e glicemia foram analisadas por colorimetria ou turbidimetria. A avaliação antropométrica (peso, estatura e circunferência da cintura) foi realizada seguindo padronização do Sistema de Vigilância Alimentar Nutricional – SISVAN e em triplicata. O percentual de gordura foi aferido por biomedância tetrapolar elétrica horizontal. Foram aferidas, em triplicata, as pregas cutâneas bicipital, tricípital, suprailíaca e subescapular de acordo com a técnica previamente descrita. A aferição da pressão arterial foi realizada por meio de esfigmomanômetro anaeróide conforme técnica da Sociedade Brasileira de Hipertensão. Os componentes do RCM foram classificados segundo pontos de corte do *International Diabetes Federation*. As análises estatísticas foram realizadas por meio do *software Statistical Package for Social Science, SPSS, for Windows, versão 20.0*. As comparações entre grupos, categorizados pelo estado nutricional de eutrofia (IMC 18,5 kg/m<sup>2</sup> – 24,9 kg/m<sup>2</sup>) e de sobrepeso (IMC 25,0 kg/m<sup>2</sup> – 29,9 kg/m<sup>2</sup>) pareados por sexo de forma aleatória, foram realizadas mediante os testes de *Mann-Whitney-U*. Foi considerado nível de significância estatística em 5%. **RESULTADOS:** Cada grupo foi composto por 22 indivíduos, com idade média de 22 anos (DP=1,8) e com predominância do sexo feminino em ambos. Foi observado que houve diferenças significativas intergrupais para os valores médios das pregas cutâneas bicipital, tricípital, suprailíaca e subescapular. Relativo aos valores médios dos componentes do RCM, também houve diferença significativa para a glicemia, à circunferência da cintura e os triglicerídeos. Além dos indicadores: percentual de gordura corporal, colesterol total, colesterol não-HDL e índice aterogênico. Com exceção da obesidade abdominal, não houve diferença significativa para a manifestação dos componentes do RCM segundo o estado nutricional de eutrofia e sobrepeso. Cabe ressaltar a tendência observada para hipertrigliceridemia ( $p=0,07$ ) e hiperglicemia ( $p=0,08$ ). **CONCLUSÃO:** A diferença na manifestação do RCM entre indivíduos eutróficos e com sobrepeso se expressou na circunferência da cintura, indicador indireto da deposição da gordura visceral.

### **REFERÊNCIAS:**

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Orientações para a Coleta e Análise de Dados Antropométricos em Serviços de Saúde. **Norma**

**Técnica Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN.** Brasília: Ministério da Saúde; 2011.

DURNIN, J. V.; WOMERSLEY, J. Body fat assessed from total body density and its estimation from skinfold thickness: measurements on 481 men and women aged from 16 to 72 years. **British Journal Nutrition**, v. 32, n. 1, p. 77-97, 1974.

INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION, IDF. **The IDF consensus worldwide definition of the metabolic syndrome.** April 14, 2005. Disponível em: [http://www.idf.org/webdata/docs/Metac\\_syndrome\\_def.pdf](http://www.idf.org/webdata/docs/Metac_syndrome_def.pdf). Acesso em: 20 de dezembro de 2014.

LOHMAN, T.G. Advances in body composition assessment. Current Issues in Exercise Science. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers; 1992.

LUNA, R. L. Síndrome metabólica. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 88, n. 5, p. 124-126, 2007.

SANTANA, G. J.; SILVA, N. J.; COSTA, J. O.; VÁZQUEZ, C. M. P.; SILVA, D. G.; BARBOSA, K. B. F. Comparação entre o Índice de Massa Corporal e o percentual de gordura como indicadores do risco cardiometabólico. **Journal of the HealthSciences Institute**, v. 33, n. 1, p. 63-68, 2015.

Sociedade Brasileira de Cardiologia / Sociedade Brasileira de Hipertensão / Sociedade Brasileira de Nefrologia. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. **Arquivo Brasileiro de Cardiologia**, v. 95 (1 supl.1), p. 1-51, 2010.

## CARACTERIZAÇÃO DO PERFIL ANTROPOMÉTRICO E ALIMENTAR DE PACIENTES OBESOS MÓRBIDOS NO PRÉ-OPERATÓRIO DA CIRURGIA BARIÁTRICA ATENDIDOS NO AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO

TACIANA PRADO ALMEIDA<sup>1</sup>;  
FABIANA MELO SOARES<sup>2</sup> (CRN:6072/5);  
MÁRCIA FERREIRA CÂNDIDO DE SOUZA<sup>2</sup> (CRN: 0769/5)  
<sup>1</sup>Universidade Tiradentes. Aracaju- Sergipe, Brasil.  
<sup>2</sup>Hospital Universitário de Sergipe. Aracaju- Sergipe, Brasil.  
[taciana\\_prado@hotmail.com](mailto:taciana_prado@hotmail.com)

**PALAVRA-CHAVE:** cirurgia bariátrica; obesidade; perfil alimentar; perfil antropométrico

**INTRODUÇÃO** A obesidade é uma doença não transmissível que abrange indivíduos de todas as idades e grupos socioeconômicos. Ela pode ser definida como um acúmulo de gordura generalizada ou localizada que se associa a prejuízos à saúde do indivíduo. Atualmente, a cirurgia bariátrica tem sido uma alternativa para o tratamento da obesidade mórbida, com finalidade de melhorar a qualidade da vida do obeso. (AZEVEDO, BRITO, 2012; COSTA et al., 2009; MAGNO et al., 2014; PEDROSA et al., 2009). **OBJETIVO** Caracterizar o perfil antropométrico e alimentar de pacientes no pré-operatório da cirurgia bariátricas atendidos no ambulatório de nutrição do Hospital Universitário de Sergipe (HU/UFS). **MÉTODO** A coleta de dados foi realizada no ambulatório de Nutrição do HU/UFS. A amostra foi composta por 52 pacientes obesos mórbidos no pré-operatório da cirurgia bariátrica, sendo 36 mulheres e 16 homens. Foram coletados dados antropométricos e realizada análise quantitativa da alimentação por meio de recordatório de 24 horas. Foi realizada análise estatística descritiva, expressas em percentual e desvio padrão dos parâmetros avaliados utilizando o Statistical Package for the Social Science, SPSS versão 20.0 para Windows. A pesquisa foi previamente aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe (CEP/UFS), sob registro do CAAE Nº 0065.0.107.000-11. **RESULTADOS** A média do Índice de Massa Corporal 52 pacientes foi  $52,88 \pm 14,15$  kg/m<sup>2</sup>, classificando-os como superobesidos. A média de consumo energético foi  $2174,06 \pm 1090,59$  kcal, composto por 59,94% de carboidratos, 19,37% de proteínas e 20,86% de lipídios; indicando um consumo adequado de carboidratos e lipídios, e elevado de proteínas. A ingestão de fibras esteve abaixo do recomendado, valor médio de  $22,14g \pm 13,45g$ . **CONCLUSÃO** O padrão alimentar foi caracterizado por uma dieta hiperproteica e baixa em fibra alimentar. Os pacientes possuem um padrão alimentar de risco para o agravamento da sua situação ponderal, necessitando de ações educativas intensificadas preparatórias para a cirurgia bariátrica.

### REFERÊNCIAS

- AZEVEDO, F.R.; BRITO, B.V. Influência das variáveis nutricionais e da obesidade sobre a saúde e o metabolismo. Rev Assoc Med Bras., São Paulo, v.58, n.6.,p.714-723. Nov./dez., 2012.
- COSTA, A.C.C; IVO, M.L; CANTERO, W.B; TOGNINI, J.R.F. Obesidade em pacientes candidatos a cirurgia bariátrica. Acta paul. enferm., São Paulo, v.22, n.1. Jan./Feb., 2009.
- MAGNO, F. et al. Perfil nutricional de pacientes em programa multidisciplinar de tratamento da obesidade grave e em pré-operatório de cirurgia bariátrica. **ABCD, arq. bras. cir. dig.**, São Paulo, v. 27, supl. 1, p. 31-34, 2014.
- PEDROSA, I.V.; BURGOS, M.G.P.S.; SOUZA, N.C.; MORAIS, C.N. Aspectos nutricionais em obesos antes e após a cirurgia bariátrica. .Rev. Col. Bras Cir., Rio de Janeiro, v. 36, n.4. jul./ago., 2009.

---

WORD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Report of a WHO consultation on obesity. In: Obesity preventing and managing the global epidemic. Geneva: WHO; 1998.

## PERCEPÇÃO CORPORAL E PERFIL ANTROPOMÉTRICO DE ADULTOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA

ANALÍCIA ROCHA SANTOS FREIRE<sup>1</sup>,  
ANA CAROLINA ALMEIDA NEVES<sup>1</sup>,  
LILIANE VIANA PIRES<sup>2</sup>

**Instituições:** <sup>1</sup>Instituto Multidisciplinar em Saúde, Campus Anísio Teixeira, Universidade Federal da Bahia, Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. <sup>2</sup>Departamento de Nutrição, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.

**Email:** [alicia.nutri@gmail.com](mailto:alicia.nutri@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** imagem corporal; atividade motora; antropometria; adulto.

**INTRODUÇÃO:** A dimensão perceptiva do corpo tem sido estudada na tentativa de avaliar como o indivíduo percebe a forma e/ou tamanho do seu corpo e suas interferências. A imagem corporal pode ser influenciada por fatores de origem física, psicológica, ambiental e cultural (CASTRO et al., 2010). Nesse contexto, destaca-se a influência negativa que os meios de comunicação exercem sobre a busca pelos ideais de beleza, resultando em insatisfação com a imagem corporal, na medida em que desejam ter seus corpos mais magros (KAKESHITA; ALMEIDA, 2006). A busca incessante por uma melhor aparência física ou tipo físico idealizado pode motivar atitudes que interferem nos aspectos relacionados à saúde destes indivíduos. **OBJETIVO:** Avaliar a percepção corporal e sua associação com o perfil antropométrico em adultos praticantes de atividade física. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal, de caráter descritivo, realizado em três academias de diferentes bairros em Vitória da Conquista, no sudoeste do estado da Bahia. Participaram do estudo 53 adultos, de ambos os sexos, com idade entre 19 e 59 anos. Para a avaliação da imagem corporal foram utilizados o *Body Shape Questionnaire* (BSQ), traduzido por Cordás e Neves (1999) e validado para a população brasileira por Di Pietro e Silveira (2009), e a Escala de Silhuetas proposta por Stunkard et al. (1983). As medidas de peso e altura foram utilizadas para determinar o Índice de Massa Corporal (IMC), sendo utilizados os pontos de corte preconizados pela Organização Mundial de Saúde (WHO, 1995) para a classificação do estado nutricional. Os indivíduos foram classificados quanto ao padrão de exercício físico de acordo com a definição de Davis e Fox (1993). Constituiu-se como padrão excessivo a prática de exercício físico realizado pelo menos seis vezes por semana, com duração igual ou maior que uma hora por dia das seguintes modalidades: natação; bicicleta; corrida; exercícios em casa; aulas de dança; aulas de aeróbica ou musculação. Para a análise dos dados aplicou-se o teste *t* e  $\chi^2$ , considerando nível de significância  $p$ -valor < 0,05, além da regressão de Poisson. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Instituto Multidisciplinar em Saúde/UFBA sob o parecer nº 307.442. **RESULTADOS:** A maioria dos indivíduos (56,6%) se encontrava na faixa de normalidade para IMC, com proporções similares entre homens (58,6%) e mulheres (54,2%). Não houve diferença significativa ao se comparar o valor do IMC entre os gêneros. A insatisfação corporal esteve presente em 79,2% dos indivíduos, com destaque para o público feminino que apresentou 91,7% de insatisfação com a imagem corporal, mas não mostrou associação com a classificação do IMC. Segundo classificação do BSQ, elevado percentual (86,8%) dos indivíduos avaliados não apresentaram distorção da imagem corporal, entretanto, a pontuação foi significativamente maior entre as mulheres (média=86,08 pontos). Notou-se ainda que a maioria dos indivíduos (73,6%) não apresentaram padrão excessivo de atividade física. **CONCLUSÃO:** Os dados indicam elevada prevalência de insatisfação corporal nos adultos praticantes de atividade física, sem associação com o padrão excessivo de exercício físico e com o perfil antropométrico.

---

## REFERÊNCIAS

- CASTRO, I. R. R. de, LEVY, R. B.; CARDOSO, L. de O.; PASSOS, M. D. dos; SARDINHA, L. M. V.; TAVARES, L. F.; DUTRA, S. P.; MARTINS, A. Imagem corporal, estado nutricional e comportamento com relação ao peso entre adolescentes brasileiros. **Ciência & saúde coletiva**, vol.15, sup.2, p. 3099-3108, 2010.
- CORDÁS, T. A.; NEVES, J. E. P. Escalas de avaliação de transtornos alimentares. **Revista de Psiquiatria Clínica**, São Paulo, v. 26, n. 1, p. 41-47, 1999.
- DAVIS, C.; FOX J. Excessive and weight preoccupation in women. **Addictive Behaviors**, vol 18, n. 2, p. 201-211, 1993.
- DI PIETRO M.; SILVEIRA, M. D. X. da. Internal validity, dimensionality and performance of the Body Shape Questionnaire in a group of Brazilian college students. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, vol. 31, n.1, p. 21-24, 2009.
- KAKESHITA, I. S.; ALMEIDA, S. de S. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, vol.40, n.3, p. 497-504, 2006.
- STUNKARD, A.J.; SÖRENSEN, T. & SCHLUSINGER, F. Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. In: KETY, S.S.; ROWLAND, L.P.; SIDMAN, R.L.; MATTHYSSE, S.W. (Eds.) **The genetics of neurological and psychiatric disorders**. New York: Raven Press, p. 115-120, 1983.
- World Health Organization (WHO). Physical status: the use and interpretation of anthropometry. Report of a WHO Expert Committee. Geneva: World Health Organization, Technical Report Series, N° 854, 1995.

## RESUMO PERFIL ANTROPOMÉTRICO DE PACIENTES COM LIPODISTROFIA DO MUNICÍPIO DE ARACAJU – SE

RAFAEL SILVA FONTES  
JUSSIMARA DE MENDONÇA  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN 5 -5943)  
HUGO JOSÉ XAVIER SANTOS (CRN 5 -8232)  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 -4139)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju - SE, Brasil.  
E-mail: [Rafael.s.fontes@hotmail.com](mailto:Rafael.s.fontes@hotmail.com)

**Palavras-chaves:** Lipodistrofia. HIV. Antropometria. Síndrome lipodistrófica.

**INTRODUÇÃO:** Síndrome lipodistrófica são alterações morfológicas caracterizadas pela redistribuição da gordura corporal, resistência insulínica, dislipidemia e hiperglicemia, relatadas em pessoas com o HIV. As modificações corporais podem estar relacionadas com o uso de inibidores de protease, em associação à adesão da terapia anti-retroviral. Apesar de descrito os efeitos da terapia no surgimento da lipodistrofia, a fisiopatologia da síndrome não foi totalmente esclarecida, tornando difícil estabelecer a maneira mais eficaz para o tratamento. Nesse contexto a antropometria torna-se uma ferramenta necessária para a identificação das possíveis mudanças. **OBJETIVO:** Conhecer o perfil nutricional de pacientes com lipodistrofia. **METODOLOGIA:** Refere-se a um estudo onde foram avaliados 61 indivíduos de ambos os sexos, portadores da síndrome lipodistrófica do HIV. As informações foram obtidas por meio de um questionário e aplicados pelos pesquisadores no dia da aferição dos dados antropométricos. Analisou-se o peso e a estatura, que posteriormente foram utilizados para calcular o Índice de Massa Corporal (IMC) e o estado nutricional. Examinou-se a dobra cutânea tricipital (DCT), as circunferências, do braço (CB) e da cintura (CC). Os cálculos da adequação da CB e CMB foram estimados através de equações. Com a comparação dos resultados, obteve-se a avaliação do estado nutricional. As dobras cutâneas foram mensuradas com auxílio de um adipômetro clínico da marca Cescorf. Os dados foram apresentados em frequências absolutas, percentuais e adotou-se uma margem de erro de 5% nas decisões dos testes estatísticos. **RESULTADOS:** Analisados os elementos antropométricos segundo a lipodistrofia, na classificação do IMC, 44,3% da população avaliada foi classificada como eutrófica, seguido de 37,70% categorizadas com sobrepeso. A classificação da CC em risco de doenças cardiovasculares apresentou 44,26% e na classificação da CB e PCT, os maiores valores são referentes a algum grau de desnutrição. Na CMB, aproximadamente metade da amostra foi identificada como eutrófica (42,6%) e a AMBc apresentou classificação de desnutrição grave (59,5%). **CONCLUSÃO:** Para evitar a progressão da doença e compreender o impacto que a mesma pode causar, é necessário conhecer o perfil nutricional dos pacientes. A avaliação nutricional demonstra-se essencial na análise da redistribuição de gordura corporal e das alterações provocadas. Como a síndrome não está totalmente esclarecida, ressalta-se a necessidade de mais estudos para melhor compreensão e auxílio nos tratamentos.

### REFERÊNCIAS:

ARMENTANO, Tiago C.; SILVA, Alexandre R.; FERRARI, Lorrana V.; MATEUS, Natalia G.; MELLO, Rosâne. A lipodistrofia em pacientes que vivem com HIV / AIDS. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**. Rio de Janeiro, v. 5, n. 5, p. 173-181, dez., 2013.  
DIEHL, Leandro A.; DIAS, Janaína R.; PAES, Aline C.S.; THOMAZINI, Maria C.; GARCIA, Lorena R.; CINAGAWA, Eduardo; WIECHMANN, Susana L.; CARRILHO, Alexandre J. F. Prevalência da Lipodistrofia Associada ao HIV em Pacientes Ambulatoriais Brasileiros: Relação com Síndrome

---

Metabólica e Fatores de Risco Cardiovascular. **Arq. Bras. Endocrinol Metab.** Paraná, v. 52, n. 4, p. 658-667, 2008.

FERNANDES, Ana P.M.; SANCHES, Roberta S.; MILL, Judy; PALHA, Pedro F.; DALRI, Maria C.B. Síndrome da Lipodistrofia associada com a terapia anti-retroviral em portadores do HIV: Considerações para o aspecto psicossociais. **Rev. Latino-am. Enfermagem.** V. 15, n. 5, 2007.

MATHEUS, Silvana C.; SANTOS, Leandro; BEHENCK, Mauri S.; BOTH, Diego R. O uso da antropometria para avaliar a distribuição de gordura corporal de pacientes com HIV/AIDS. **Arq. Ciênc. Saúde.** Rio Grande do Sul, v. 22, n. 1, p. 64-69, jan./mar., 2015.

VALENTE, Angélica M.M.; REIS, André F.; MACHADO, Daisy M.; SUCCI, Regina C.M.; CHACRA, Antonio R. Alterações Metabólicas da Síndrome Lipodistrófica do HIV. **Arq. Bras. Endocrinol Metab.** São Paulo, v. 49, n. 6, p. 871-881, dez., 2005.



## TERAPIA ANTIRRETROVIRAL EM PACIENTES COM HIV DO MUNICÍPIO DE ARACAJU-SE

Aldini de França Neves,  
Karina Moraes Dias,  
Jussimara de Mendonça,  
Cynthia Barbosa Albuquerque (crn 5 -5943),  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 -4139)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: [aldini\\_aju@hotmail.com](mailto:aldini_aju@hotmail.com)

**PALAVRAS CHAVE:** HIV. Síndrome de imunodeficiência adquirida. Lipodistrofia. Antirretrovirais.

**INTRODUÇÃO:** O tratamento da síndrome da imunodeficiência humana adquirida (AIDS) teve início no ano de 1996, com a terapia antirretroviral (TARV), que inclui mais de 20 agentes antirretrovirais de classes como INTR (inibidores de transcriptase reversa nucleosídeos-nucleotídeos), IP (inibidores de protease) e INNTR (inibidores de transcriptase reversa não nucleosídeos). Desde então, a morbidade e a mortalidade relacionadas ao vírus da imunodeficiência humana (HIV) diminuíram e a expectativa de vida dos pacientes aumentou significativamente com a melhora do sistema imunológico. Em contrapartida, a adesão ao tratamento antirretroviral está associado a efeitos colaterais como a lipodistrofia. Ela é uma síndrome caracterizada pela má distribuição da gordura corporal e pode ser classificada como lipoatrofia com uma perda de tecido subcutâneo dos membros, face e nádegas, lipo-hipertrofia quando há um aumento da gordura visceral na região abdominal e aumento das mamas em mulheres e a lipodistrofia mista que inclui as duas formas já citadas. **OBJETIVO:** Identificar os tipos de TARV mais utilizados entre os portadores do vírus HIV. **METODOLOGIA:** Tratou-se de um estudo de corte transversal, no qual foram avaliados 120 pessoas adultas, de ambos os sexos, portadores do HIV/AIDS, que recebem atendimento em uma Casa de Assistência a pessoas com AIDS localizada na capital sergipana. Foram excluídos aqueles que não assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE), grávidas e menores de idade. A segunda fase da coleta de dados aconteceu no Centro de Especialidades Médicas de Aracaju (CEMAR) onde ocorreu a coleta de informações dos prontuários dos pacientes. Os dados clínicos (tempo do diagnóstico, uso da medicação, tipo da medicação e patologias existentes) foram coletados por meio do questionário aplicado e conferidos nos prontuários. **RESULTADOS:** No grupo geral, a média da idade foi 43,11 ± 8,06 anos. Entre os 120 pacientes avaliados, os tipos de TARV mais frequentes foram: INTR+IP (24,2%), INTR+INNTR (16,7%), 2INTR+INNTR(15,8%), 2INTR+2IP (15,0%) e 2INTR+IP (10,8%). De forma mais agregada os tipos de TARV mais utilizados no tratamento do HIV nos pacientes avaliados foram INTR+IP (54,2%), INTR+INNTR (33,3%). **CONCLUSÃO:** O uso desses medicamentos traz como principal consequência a síndrome lipodistrófica e embora haja uma maior expectativa de vida para os pacientes em tratamento, existe uma necessidade do estudo de novos medicamentos com menor ocorrência de efeitos adversos. Além disso, junto ao tratamento é importante um acompanhamento multiprofissional para promover a qualidade de vida desses pacientes e evitar a evolução da doença.

### REFERENCIAS

ARMENTANO, Tiago Campos; SILVA, Alexandre Rosa da; FERRARI, Lorrana Vicente; MATEUS, Natalia Gonçalves; MELLO, Rosâne. A lipodistrofia em pacientes que vivem com HIV/AIDS. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online* v5. n.5, p.173-181, dez. 2013.

- FERNANDES, Ana, P., M., MACHADO, Alcyone, A., SILVA, Mariana, M. da; TSUDA, Luciana, C. Alterações corporais: terapia antirretroviral e síndrome da lipodistrofia em pessoas vivendo com HIV/AIDS. **Revista Latino-Am. Enfermagem**. São Paulo, v.20, n.5, out. 2012.
- FIUZA, Maria, L., T.; LOPES, Emeline, M.; ALEXANDRE, Herta O., de; DANTAS, Patrícia B.; GALVÃO, Marli T., G.; PINHEIRO, Ana K., B.. Adesão ao tratamento antirretroviral: assistência integral baseada no modelo de atenção às condições crônicas. **Escola Anna Nery**. Rio de Janeiro, v.17, n.4, p.740-748, out-dez. 2013.
- IMAI, Cindy, M.; DONG, Kimberly, R. Tratamento nutricional clínico do HIV e da AIDS. In: STUMP-ESCOTT, Sylvia; RAYMOND, Janice, L.; MAHAN, Kathleen, L. **Krause Alimentos, Nutrição e Dietoterapia**. 13ª ed. Rio de Janeiro, 2012. Cap. 38, p. 864-881.
- PEREIRA, Paulo, C., M.; ARRUDA, Camila, M. de. Pacientes com HIV/AIDS em uso de inibidores de protease e a relação entre estado nutricional e hipertensão arterial sistêmica. **Revista de ciências médicas**. Campinas, v. 24, n.1, p. 11-18, jan./abr. 2015.
- VENDRUSCOLO, Ornela, C. **Estudo dos efeitos adversos decorrentes do uso de antirretrovirais em pacientes com HIV/AIDS, em Salvador (Brasil)**. Salvador, BA, 2014. 57f. (Trabalho de conclusão de curso). Universidade Federal da Bahia. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v13n2/a06v13n2>>. Acesso em: 21 de julho de 2016.

## LIPODISTROFIA PRESENTE EM PACIENTES PORTADORES DE HIV/AIDS DO MUNCÍPIO DE ARACAJU-SE

KARINA MORAES DIAS  
ALDINI DE FRANÇA NEVES  
JUSSIMARA DE MENDONÇA  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE (CRN 5 -5943)  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 -4139)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: kary.moraes19@gmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Lipodistrofia. HIV. Síndrome de imunodeficiência adquirida. Sistema imunológico.

**INTRODUÇÃO:** Desde a sua descoberta em 1981, o vírus da imunodeficiência humana (HIV) tem aumentado gradualmente e segundo dados do SINAN (Sistema de informação de agravos e notificações) de 2007 até junho de 2015 foram detectados 93.260 casos de infecção. O HIV é responsável pela diminuição da capacidade do sistema imunológico, isso acontece porque o vírus invade o núcleo genético dos principais fatores de proteção contra infecções e doenças, as células CD4+ e os linfócitos T-helper. A infecção pelo HIV desenvolve-se através de quatro fases: aguda, latência clínica, infecção assintomática e doença sintomática. Se não for tratado o vírus progride rapidamente pelos estágios da doença até ocasionar a síndrome da imunodeficiência adquirida (AIDS). Dentre as alterações presentes em pacientes com HIV está a lipodistrofia que é caracterizada por anormalidades metabólicas e uma má distribuição da gordura corporal, com uma perda de tecido subcutâneo dos membros, face e nádegas e um aumento da gordura visceral na região abdominal. As causas da lipodistrofia são diversas, como, duração do uso dos medicamentos antirretrovirais, tempo de infecção pelo HIV, idade, sexo, raça, etnia, índice de massa corporal e aumento da carga viral. **OBJETIVO:** Identificar a presença de lipodistrofia em pacientes portadores do vírus HIV. **METODOLOGIA:** Tratou-se de um estudo de corte transversal, no qual foram avaliados 120 pessoas adultas, de ambos os sexos, portadores do HIV/AIDS, que recebem atendimento em uma Casa de Assistência a pessoas com AIDS localizada na capital sergipana. Foram excluídos aqueles que não assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE), grávidas e menores de idade. A segunda fase da coleta de dados aconteceu no Centro de Especialidades Médicas de Aracaju (CEMAR) onde ocorreu a coleta de informações dos prontuários dos pacientes. O diagnóstico da lipodistrofia foi obtido através da avaliação clínica (acúmulo de gordura abdominal, mamas ou região dorso cervical e perda de gordura subcutânea dos membros, face e nádegas) e confirmação no prontuário do paciente analisado. **RESULTADOS:** No grupo geral, a média da idade foi  $43,11 \pm 8,06$  anos. Dos 120 pacientes avaliados, 61 (50,8%) apresentavam lipodistrofia e 59 (49,2%) não apresentavam. Dentre os 61 portadores de lipodistrofia, 38 (62,1%) eram do sexo masculino e 23 (37,9%) eram do sexo feminino. Entre as idades a que mais apresentou lipodistrofia foi de 40 a 49 anos com 27 (44,3%) seguido de 26 a 39 anos com 20 (32,8%) e por fim 50 a 61 anos com 14 (22,9%). No grupo total o maior percentual (42,6%) correspondeu aos pacientes que tinham mais de 10 anos da descoberta da doença e o menor (27,8%) aos que tinham de 5 a 10 anos. **CONCLUSÃO:** Com esse estudo verificou-se a importância de um diagnóstico precoce e um acompanhamento multidisciplinar a fim de melhorar a qualidade de vida desses pacientes e evitar a progressão da doença. Além disso, é necessário um avanço das políticas públicas de saúde com serviços especializados e intervenções educativas para aumentar a conscientização sobre a lipodistrofia em pacientes portadores de HIV.

## REFERÊNCIAS

- CUNHA, Alessandro, R, C. PASCOS, Ana, R, P. et al; **Boletim Epidemiológico - Aids e DST**. Reve. Bibliográfica. Brasília, DF, Cap. (1 à 5), 2015. < disponível em <http://www.aids.gov.br/publicacao/2015/boletim-epidemiologico-aids-e-dst-2015> > Acesso em: 21 de julho de 2016.
- FERNANDES, Ana, P., M.; MACHADO, Alcyone, A.; SILVA, Mariana, M.; TSUDA, Luciana, C. Alterações corporais: terapia antirretroviral e síndrome da lipodistrofia em pessoas vivendo com HIV/AIDS. **Revista Latino-Americ. Enfermagem**. São Paulo, 2012. p.1-7, v.20, n.5;.
- IMAI, Cindy, M., DONG, Kimberly, R. Tratamento nutricional clínico do HIV e da AIDS. In: STUMP-ESCOTT, Sylvia, RAYMOND, Janice, L., MAHAN, Kathleen, L., **Krause Alimentos, Nutrição e Dietoterapia**. 13ª ed. Rio de Janeiro, 2012. Cap. 38, p. 864-881.
- REIS, Renata, K., RIGHETTO, Rosângela, C. Comorbidades e Coinfecções em pessoas vivendo com HIV/Aids. **Revista Rene. Ribeirão Preto**, SP, nov-dez, 2014, p. 942-8.
- SANAGLIO Etienne P.; PEDRO Fábio L.; SILVA Querino H.; KIRSTEN Vanessa R. Síndrome da lipodistrofia em crianças e adolescentes com HIV/AIDS em uso de terapia antirretroviral. **Revista da AMRIGS**, Porto Alegre, RS, jul.-set. 2011, p.224-228.
- SEIDL, Eliane Maria Fleury; MACHADO, Ana Cláudia Almeida. Bem-estar psicológico, enfrentamento e lipodistrofia em pessoas vivendo com hiv/aids. **Psicologia em Estudo, Maringá**, abr./jun, 2008, v. 13, n. 2, p. 239-247. Disponível em:< <http://www.scielo.br/pdf/pe/v13n2/a06v13n2>> Acesso em: 21 de julho de 2016.

## CONSUMO DE MINERAIS EM PACIENTES HIPERTENSOS DE UM HOSPITAL PÚBLICO DE SERGIPE

**Autores:** Lucas Matheus de Jesus Biriba,  
Matheus Meneses Silveira de Andrade,  
ANDREZA MELO DE ARAUJO,  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE SANTOS (CRN 5 -5943),  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS.  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: [Lucasbiriba204@hotmail.com](mailto:Lucasbiriba204@hotmail.com)

**Palavras-chaves:** Dieta, Hipertensão, Sódio, Potássio.

**INTRODUÇÃO:** A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) tem alta preponderância e baixas taxas de controle. É considerado um dos principais fatores de risco (FR) modificáveis e um dos mais importantes problemas de saúde pública. Com a elevação da PA a partir de 115/75 mmHg de forma linear, contínua e independente, a mortalidade por doença cardiovascular (DCV) aumenta progressivamente. A HAS e as doenças relacionadas à pressão arterial são responsáveis por alta assiduidade de internações, chegando a 154.919 internações em 2011. Apesar de ser uma doença de origem multifatorial, a HAS está bem associada à participação do Potássio (K) e do Sódio (Na) na alimentação dos portadores. Sendo assim, são de suma importância o cuidado e uma intervenção dietética adequada. Como a dieta DASH e a mediterrânea, que preconizam o consumo de frutas, hortaliças, fibras, minerais e laticínios com baixos teores de gordura, e também estabelecem uma restrição de Na e maior oferta de potássio. Obtendo-se importante impacto na redução da pressão arterial e uma menor incidência de insuficiência cardíaca comprovada cientificamente. **OBJETIVO:** Analisar a ingestão de sódio e potássio de pacientes hospitalares com hipertensão. **METODOLOGIA:** Estudo transversal, realizado com 154 pacientes adultos e idosos, de ambos os sexos admitidos entre novembro de 2014 a fevereiro de 2015 em um Hospital de Urgências de Sergipe. Foram utilizados dados de sexo, idade e as informações dietéticas quanto ao consumo dos minerais Na e K foram obtidas a partir do inquérito Dietético recordatório de 24h. O IDR24h foi reaplicado em 20% da amostra, com intuito de que esses pacientes possuam dois IDR24h. Potássio e sódio através foram avaliados através da AI (*Adequate Intake* – Ingestão Adequada). **RESULTADOS:** Estudo com 154 pacientes, com idade média de  $50,56 \pm 14,25$  anos, dos quais 57% eram do sexo masculino. A amostra apresentou uma média de  $1914,92 \pm 671,66$ , no consumo de potássio, e  $1202,48 \pm 537,46$  de sódio. Já em relação ao consumo mínimo e máximo houve uma disparidade maior entre ambos os dados de Na e K, exibindo uma ingestão máxima de potássio de 4244,79 mg e a mínima de 11,82 mg, e a de sódio com consumo mínimo de 275,26 mg e chegando a uma quantidade de consumo máximo elevadíssimo de 4012,93 mg de sódio, duas vezes acima do recomendado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e adotado pelo Ministério da Saúde. **CONCLUSÃO:** Houve uma relação entre os resultados e a presença de Hipertensão arterial sistêmica, e que o consumo de sódio e potássio estão fora dos padrões recomendados, sendo necessárias ações tanto de origem dietética em pacientes hospitalares, como medidas profiláticas para a diminuição do acometimento de hipertensão no Brasil.

### REFERENCIAS

- WORD HEALTH ORGANIZATION. **Guideline: sodium intake for adults and children.** Geneva, 2012. 56p.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial. **Revista Brasileira de Hipertensão.**v.17, n.1, p.1-151; 2010.

---

NÚÑES-Córdoba JM, VALENCIA-SERRANO F, TOLEDO E, ALONSO A, MARTÍNEZ-GONZÁLEZ MA. The Mediterranean diet and incidence of hypertension: the Seguimiento Universidad de Navarra (SUN) Study. **Am J Epidemiol.** V.169, n.3, p. 339-46; 2009.

LEVITAN EB, WOLK A, MURRAY M. Consistency with the DASH Diet and incidence of heart failure. **Arch Intern Med.** V.169, n.9, p. 851-7; 2009.

**BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE.** PORTAL BRASIL, BRASÍLIA. HIPERTENSÃO ATINGE 24,3% DA POPULAÇÃO ADULTA. 2013. DISPONÍVEL EM: [HTTP://WWW.BRASIL.GOV.BR/SAUDE/2013/11/HIPERTENSAO-ATINGE-24-3-DA-POPULACAO-ADULTA](http://www.brasil.gov.br/saude/2013/11/hipertensao-atinge-24-3-da-populacao-adulta), ACESSO EM: 25 JULHO. 2016

## ASSOCIAÇÃO ENTRE INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS E HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM PACIENTES IDOSOS DIABÉTICOS

RAMMYZE FERREIRA LIMA,  
EMILY CRISTINA SANTOS,  
MARYZE VALÉRIA DANTAS LIMA,  
VIVIANE FERREIRA ARAÚJO,

MÁRCIA FERREIRA CÂNDIDO DE SOUZA (CRN-5/0769-SE)

Universidade Federal de Sergipe, Hospital Universitário de Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brasil  
[myze.lima@gmail.com](mailto:myze.lima@gmail.com)

**PALAVRAS CHAVE:** Doenças cardiovasculares, Nutrição do idoso, Obesidade, Saúde do Idoso, Hipertensão

**INTRODUÇÃO:** O envelhecimento é um processo dinâmico no qual acontecem alterações morfológicas, bioquímicas e funcionais que tornam o organismo mais vulnerável a agressões, essas alterações estão associadas à idade e aos acúmulos de danos ao longo da vida, dentre eles, fatores genéticos e hábitos de vida não saudáveis (CARVALHO FILHO, 2002; GOTTLIEB et al. 2011). O sobrepeso e a obesidade elevam a mortalidade e a incidência de morte prematura, desencadeando assim, doenças crônicas degenerativas e fatores de risco cardiometabólico, tais como hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus, níveis diminuídos de HDL-colesterol e altos níveis de LDL-colesterol (DORNER; RIEDER, 2012; YUSUF, 2004). A obesidade abdominal em idosos pode se correlacionar com a maior parte dos fatores de risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares nessa população (REZENDE et al., 2006). **OBJETIVOS:** Verificar a associação entre indicadores antropométricos e Hipertensão Arterial Sistêmica em pacientes idosos diabéticos. **METODOLOGIA:** Estudo transversal realizado com dados de pacientes idosos assistidos no Ambulatório de Nutrição do Hospital Universitário de Sergipe. Foram coletados dos prontuários clínicos e registros do Ambulatório de Nutrição do Hospital Universitário de Sergipe, os dados relacionados ao peso, índice de massa corporal (IMC), circunferência abdominal e diagnóstico de diabetes mellitus. **RESULTADOS:** Foram avaliados 90 pacientes idosos diabéticos, sendo 75 indivíduos do sexo feminino e 15 do sexo masculino. Dos pacientes estudados, 41,1% eram dislipidêmicos, 57,6% deles eram obesos e 62,1% apresentavam HAS. Foi encontrada uma associação significativa entre IMC e HAS ( $p = 0,006$ ) e CA e HAS ( $p = 0,01$ ). **CONCLUSÃO:** Foi encontrada uma associação significativa entre os indicadores antropométricos IMC e CA e HAS em pacientes diabéticos.

### REFERÊNCIAS

- CARVALHO FILHO, E.T. Fisiologia do envelhecimento. In: PAPALÉO NETTO, M. Gerontologia. São Paulo: Atheneu. 2002.
- GOTTLIEB, M.G.V.; SCHWANKE, C.H.A.; GOMES, I.; DA CRUZ, I.B.M. Envelhecimento e longevidade no Rio Grande do Sul: um perfil histórico, étnico e de morbi-mortalidade dos idosos. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia. Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, p. 365-380. 2011.
- DORNER, T.E.; Rieder, A. Obesity Paradox In Elderly Patients With Cardiovascular Diseases. International Journal Of Cardiology. VIENNA, V.155, N.1, P. 56-65. 2012.
- YUSUF, S.; HAWKEN, S.; OUNPUU, S.; DANS, T.; AVEZUM, A.; LANAS, F.; MCQUEEN, M.; BUDAJ, A.; PAIS, P.; VARIGOS, J.; LISHENG, L.; Interheart Study Investigators. Effect Of

---

Potentially Modifiable Risk Factors Associated With Myocardial Infarction In 52 Countries (The Interheart Study): Case-Control Study. LANCET. V. 364, N.9438, P. 937-952. 2004.  
REZENDE, F.C.A.; ROSADO, L. E. F. P. L.; RIBEIRO, R.C.L.; VIDIGAL, F.C.; VASQUES, A.C.J.; BONARD, I.S.; CARVALHO, C.R. Índice de massa corporal e circunferência abdominal: associação com fatores de risco cardiovascular. Arquivos Brasileiros de Cardiologia. São Paulo, v. 87, n. 6. 2006.



## COMPARAÇÃO DE DUAS FERRAMENTAS DE INQUÉRITOS ALIMENTARES APLICADAS COM INDIVÍDUOS OBESOS INSERIDOS EM PROGRAMA PARA PERDA DE PESO

CIBELLE FERREIRA DOS SANTOS (cibelle.fs94@gmail.com);  
VANESSA MENESES COSTA;  
BÁRBARA LÚCIA CHAGAS, CRN5 6018;  
ANA CAROLINA SANTOS BARBOSA MACHADO, CRN5 6030;  
RAQUEL SIMÕES MENDES NETTO, CRN5 2158;  
Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil  
**PALAVRAS-CHAVE:** Dieta; Inquéritos sobre Dietas; Obesidade;

**INTRODUÇÃO:** Os inquéritos alimentares são fundamentais, pois permitem monitorar a ingestão alimentar dos indivíduos, sendo de grande importância para o cumprimento das recomendações nutricionais repassadas à população.<sup>1</sup> Assim, se faz necessário a utilização de métodos de inquéritos alimentares eficientes para cada população, de forma que os erros inerentes a obtenção das informações do consumo alimentar sejam identificados e reduzidos.<sup>2,3</sup> O preenchimento de registros alimentares de três dias tem sido estabelecido como método eficiente no monitoramento dietético, porém a sua utilização apresenta vieses como a compreensão do entrevistado sobre porcionamento, seu grau de alfabetização, além dos relatos de sub ou super relato.<sup>4</sup> Por outro lado, apesar da aplicação do recordatório alimentar minimizar tais erros, este é representativo de apenas um dia.<sup>5</sup> **OBJETIVO:** Analisar a representatividade das informações dietéticas obtidas com a aplicação do Recordatório de 24 horas frente a uma medida de referência (Registro Alimentar). **MÉTODOS:** A análise da ingestão alimentar foi realizada com 68 voluntários sobrepesados/obesos da comunidade universitária, com o Índice de Massa Corpórea (IMC) entre 25 kg/m<sup>2</sup> a 39,9 kg/m<sup>2</sup>, concluintes de um programa para redução ponderal em 12 semanas. Foram aplicados três R24h, em consultas nutricionais (1x/mês) os quais foram comparados com o preenchimento de 6 dias de registro alimentar (de 25% da população, n=17). Foram analisadas as variáveis dietéticas de calorias totais (kcal/dia), carboidratos (g/dia), proteínas (g/dia) e lipídeos (g/dia), de ambos os métodos. Utilizou-se estatística descritiva, média e desvio-padrão, para comparação dos dados. Para determinação de normalidade das variáveis foi realizado o teste de *Kolmogorov-Smirnov*. Além, do teste T para os dados paramétricos e Mann Whitney para os não paramétricos. As análises foram realizadas com auxílio do software estatístico *Statistical Package for the Social Sciences*<sup>®</sup> (SPSS<sup>®</sup>), versão 20.0 para *Windows*. Para todas as análises estatísticas utilizou-se o valor significativo de  $p < 0,05$ . **RESULTADO:** Na comparação entre os instrumentos não houve diferença significativa, sendo as médias de R24h e RA, respectivamente, para calorias totais (1382,36 kcal/dia±390,32 e 1347,14 kcal/dia±308,68), carboidrato (167,2 g/dia±54,29 e 166,7g/dia±92,34), proteína (85,9 g/dia±27,39 e 93,3 g/dia±25,59) e lipídeo (41,7 g/dia±18,76 e 40,2 g/dia±14,90). **CONCLUSÃO:** O recordatório alimentar de 24 horas demonstrou-se correspondente aos dados dietéticos obtidos com a aplicação de registros alimentares na determinação de energia e macronutrientes. Dessa forma, sua aplicação em indivíduos obesos pode ser considerada suficiente para o monitoramento da ingestão dietética.

### REFERÊNCIAS

GEORGE, S.M.S.; HORN, L.V.; LAWMAN, H.G. e WILSON, D.K. Reliability of 24-Hour Dietary Recalls as a Measure of Diet in African-American Youth. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics**, Carolina do Sul, DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jand.2016.05.011>, p.1-9, maio. 2016.

- 
- BUENO, A.L. e CZEPIELEWSKI, M.A. O recordatório de 24 horas como instrumento na avaliação do consumo alimentar de cálcio, fósforo e vitamina D em crianças e adolescentes de baixa estatura. **Revista de Nutrição**, Porto Alegre, v.23, n.1, p.65-73, janeiro. 2010.
- KYE, S.; SUNG-OK, K.; SOON-YOUNG, L. *et al.* Under-reporting of Energy Intake from 24-hour Dietary Recalls in the Korean National Health and Nutrition Examination Survey. **Osong Public Health and Research Perspectives**, Suwon, v.5, n.2, p.85-91, fevereiro. 2014.
- FISBERG, R.M.; MARCHIONI, D.M.L. e COLLUCI, A.C.A. Avaliação do consumo alimentar e da ingestão de nutrientes na prática clínica. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia**, São Paulo, v.53, n.5, p.617-624, julho. 2009.
- YUNSHENG, M.A.; OLENDZKI, B.C.; PAGOTO, S.L. *et al.* Number of 24-hour diet recalls needed to estimate energy intake. **Annals of Epidemiology**, Massachusetts, v.19, p.553-559, agosto. 2009.

## AUTO PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE INDIVÍDUOS COM EXCESSO DE PESO

VANESSA MENESES COSTA  
ANA CAROLINA SANTOS BARBOSA MACHADO (CRN5 6030);  
BÁRBARA LÚCIA FONSECA CHAGAS (CRN5 6018);  
MARINA DE MACEDO RODRIGUES LEITE (CRN5 6923);  
RAQUEL SIMÕES MENDES NETTO (CRN5 2158);  
Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil  
vanessamenezes.nutri@gmail.com  
**PALAVRAS-CHAVE:** Obesidade. Sobrepeso. Qualidade de vida

**INTRODUÇÃO:** Para a Organização Mundial da Saúde, qualidade de vida é uma percepção do indivíduo de sua posição na sua cultura, no sistema de valores que ele vive em relação aos seus objetivos, expectativas padrões e preocupações e não meramente ausência de doença<sup>4</sup>. Embora ainda não haja um consenso na definição do termo qualidade de vida, todos os conceitos a consideram multidimensional, envolvendo elementos como bem-estar físico, material, social, emocional/psicológico<sup>2</sup>. Dentre os fatores que afetam a qualidade de vida das pessoas, está o excesso de peso. Algumas das repercussões negativas são limitações nas atividades diárias individuais, ansiedade, baixa autoestima, distúrbios do sono, satisfação com a imagem corporal<sup>3</sup>.  
**OBJETIVO:** Avaliar a auto percepção da qualidade de vida de indivíduos obesos ou sobrepesados, de ambos os sexos. **METODOLOGIA:** Estudo transversal em uma comunidade universitária de ambos os sexos participantes de um Programa de Perda de Peso Saudável com acompanhamento nutricional e atividade física. Para a avaliação da qualidade de vida foi utilizado o Questionário de Qualidade de Vida auto aplicado na versão abreviada e adaptada para português (WHOQOL-BREF)<sup>5,1</sup>, desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde e constituído por 26 itens constituídos por duas questões gerais sobre a qualidade de vida e da saúde e as demais baseadas em quatro domínios: físico, psicológico, meio ambiente e relações sociais. O questionário avalia como o indivíduo se sentiu nas duas últimas semanas. A análise estatística foi feita utilizando o Programa *Statistical Package for Social Science* (SPSS) para Windows, versão 20.0. Para análise da comparação dos scores de cada domínio por gênero, idade e IMC foi realizado o Teste T student. Dados considerados significativos para valores de  $p \leq 0,05$ . **RESULTADOS:** Participaram do estudo 67 indivíduos de ambos os sexos com idade entre 19 e 50 anos e IMC entre 25 e 34,9 Kg/m<sup>2</sup>. A percepção global da qualidade de vida foi considerada “nem ruim nem boa” por 44,8% dos indivíduos. A satisfação com a saúde foi vista como “nem satisfeito nem insatisfeito” por 38,8%. Apenas 1,5 % afirmou estar muito insatisfeito com a saúde. Em relação a aparência física mais da metade apresentou grau intermediário de satisfação com seu corpo e cerca de 66% admitiu ter sentimentos negativos como mau humor, desespero, ansiedade e depressão. A análise dos scores de cada domínio ajustada pelo IMC indicou que indivíduos obesos apresentaram score no domínio psicológico, significativamente maior que o score de sobrepesados ( $p < 0,05$ ). Não houve diferenças significativas para idade e gênero. **CONCLUSÃO:** Apesar de estarem com maior peso corporal, indivíduos obesos apresentam melhor qualidade de vida no domínio psicológico quando comparados aos sobrepesados, isto é, estão mais satisfeitos com esse aspecto das suas vidas.

### REFERÊNCIAS

FLECK M.P.A.; LOUZADA S. XAVIER, M. CHACHAMOVICH, E., VIEIRA, G., SANTOS, L., PINZON, V. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida “WHOQOL-bref”. **Revista Saúde Pública**, São Paulo, v.34, n.2, p.178-183, abril. 2000.

---

PEREIRA, E.F.; TEIXEIRA, C.F.; SANTOS, A. dos. Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação. **Revista brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.26, n.2, p.241-250, abril/junho. 2012.

TINETTI M.E.; MCAVAY G.; CHANG S.S.; NING Y.; NEWMAN A.B.; FITZPATRICK A.; et al. Effect of chronic disease-related symptoms and impairments on universal health outcomes in older adults. **Journal American Geriatrics Society**, v.59, n.9, p.1618-1627, Agosto. 2011.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Constitution of the World Health Organization**. Basic Documents. WHO. Genebra. 1946

World Health Organization (WHO), The WHOQOL Group. Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF quality of life assesment. **Psychological Medicine**, v.28, n.3, p.551-558, maio. 1998.

## **ALTERAÇÃO HEMATOLÓGICA EM PACIENTES COM HIV DE UMA CAPITAL DO NORDESTE BRASILEIRO**

CARLA TATIANE DO NASCIMENTO DE JESUS;  
LETICIA CRISTINA BATISTA DOS SANTOS;  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 -4139).  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil

**PALAVRAS-CHAVES:** HIV. Anemia. Alterações hematológicas. Hemoglobina. Hematócrito.

**INTRODUÇÃO:** O vírus da Imunodeficiência humana (HIV) é o causador da Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (SIDA), conhecida como AIDS, sendo que esta doença compromete o sistema imunológico, responsável pela defesa do organismo de doenças. Nela ocorre alterações hematológicas e a mais comum entre elas é a anemia que pode ser gerada de vários fatores, podendo estar associada a infecções oportunistas, deficiências nutricionais e determinados medicamentos. **OBJETIVO:** Revisar os estudos da prevalência e valores dos equivalentes que podem gerar ou identificar anemia nos grupos estudados identificados com AIDS. **METODOLOGIA:** Participaram 120 pacientes HIV/AIDS, sendo 116 adultos e 4 idosos de ambos os sexos que recebem atendimento em uma Casa de Assistência a pessoas com AIDS localizada na capital sergipana. Os dados pertinentes ao trabalho foram coletados através de um questionário e aplicados pelos pesquisadores no mesmo dia da aferição dos dados antropométricos dos avaliados. Apenas exames realizados no intervalo máximo de três meses anterior à coleta de dados foram considerados. A anemia foi diagnosticada com Hb < 13,0 g/dL para homens, e Hb < 12,0 g/dL, para mulheres, de acordo com recomendações da Organização Mundial de Saúde (OMS) de 2001. Os dados foram analisados descritivamente através de frequências absolutas e percentuais para as variáveis com categorias. **RESULTADOS:** Os dados encontrados nos exames bioquímicos foram que 52,3% possuíam o valor de hemoglobina abaixo do recomendado, identificando assim, a presença da anemia. **CONCLUSÃO:** Assim como descrito na literatura, anemia é a alteração hematológica mais frequente em pacientes HIV positivos. Então, conforme os resultados encontrados foram possíveis detectar as desordens da hemoglobina e hematócrito que levam a descoberta da anemia. Devido à alta prevalência dessas alterações, tem grande importância o pedido de hemograma em pacientes HIV positivas, visando acompanhar tais alterações para maior redução de doenças oportunistas.

### **REFERÊNCIAS**

- JANOTTA, CAROLINA DA COSTA. **Alterações hematológicas em pacientes portadores do vírus HIV**. Academia de Ciência e Tecnologia de São José do Rio Preto SP, 2015.
- LEITE, O. H. M. Alterações hematológicas associadas a infecção pelo HIV, ainda um problema? **Rev.bras.hematol.hemoter.** v. 32, n. 1, p. 3-4, 2010.
- SILVA, CLEBER LUÍS MAIA DA. **Associação entre infecção pelo HIV e anemia** – revisão de literatura. Monografia – Universidade Federal da Bahia. Faculdade de Medicina da Bahia, 2012.
- CANÇADO, RODOLFO D.; CHIATTONE, CARLOS S. Anemia de doença crônica. **Rev.bras.hematol.hemoter.** v.24, n.2, p. 127-36; 2002.
- ALVES, L. A. G. B. et al. Prevalência de alterações hematológicas em mulheres com HIV/Aids assistidas em serviço especializado: relato de série de casos. **Revista da AMRIGS**, 2011; v. 55, n. 4, p. 324-26.

## EDUCAÇÃO NUTRICIONAL ATRAVÉS DE ATIVIDADES LÚDICAS PARA ESCOLARES – RELATO DE EXPERIÊNCIA

LUCIANA SANTOS MACHADO  
HELEN COSTA PEREIRA DE MENEZES  
MAYARA RAYANE NASCIMENTO DE JESUS  
SANDRA CRISTINA DA CRUZ MAIA – CRN 5ª 1659  
Universidade Tiradentes – UNIT, Aracaju / SE, Brasil.  
sandraju2@yahoo.com.br

**Palavras Chaves:** Educação Alimentar, Lúdico, Hábitos Alimentares.

**INTRODUÇÃO:** A educação alimentar exerce uma função relevante no que diz respeito ao processo de transformação, recuperação e promoção de hábitos alimentares saudáveis, pois possibilita ao sujeito desenvolver autonomia de escolha do seu alimento (GARCIA, 1992). É importante aliar essa educação e o emprego de metodologias lúdicas e dinâmicas em sala de aula, explorando na criança a criatividade e a imaginação, bem como iniciando um processo de afirmação da identidade alimentar (COSTA et al., 2009; ALBIERO; ALVES, 2007). Sendo assim, entende-se que para educação nutricional ser eficaz e efetiva deve ser elaborada estrategicamente para que despertem interesse e alcancem nível de compreensão do público alvo. **OBJETIVO:** Esse trabalho tem como objetivo relatar experiências vivenciadas pelos acadêmicos do curso de nutrição da Universidade Tiradentes Aracaju-SE, acerca de atividades lúdicas de educação nutricional para crianças escolares numa creche municipal, com o intuito de promover alimentação saudável. **METODOLOGIA:** A atividade foi realizada para um público de 60 crianças na faixa etária de quatro a seis anos. A didática foi embasada numa peça teatral e leitura articulada de livro infantil, cujo enredo era sobre uma menina que ao cair em sonho dentro da geladeira, passou a conhecer as frutas e hortaliças e importância de uma alimentação saudável. Para enfatizar a abordagem lúdica os personagens foram interpretados pelos acadêmicos devidamente caracterizados com máscaras de EVA dos personagens da história; ao passo que contavam a história interagiam com as crianças, promovendo a participação dos mesmos. Em seguida foram oferecidos sucos de beterraba intitulado suco rosa Amanda e com couve Suco do Hulk, associando o lúdico a educação nutricional. Para recrear os alunos foram distribuídos desenhos, lápis de cor, massa de modelar e lembranças temáticas.



**RESULTADOS:** O resultado foi realizado de forma subjetiva no qual constatou-se que ações de educação nutricional tem impacto positivo sobre os níveis de conhecimento de escolares a cerca de uma alimentação saudável. A interação dos alunos constitui-se diálogo informal com perguntas que demonstravam interesse sobre o tema, bem como aceitação dos sucos de frutas naturais oferecidos sob reforço positivo da abordagem educativa. Destacamos que a abordagem foi fundamentada no Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2006).

**CONCLUSÃO:** Concluiu-se que trabalhos de educação nutricional contribuem expressivamente para formação de hábitos saudáveis. Outro mais é que ações educativas lúdicas transmitem conhecimentos dentro do nível de compreensão das crianças. Todavia é importante salientar que é imprescindível a conscientização dos pais/responsáveis com vistas no esclarecimento e incentivo a alimentação saudável e qualidade de vida para toda família.

## REFERÊNCIAS

Brasil Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para população brasileira promovendo a alimentação saudável.** Série A Normas e Manuais técnicos. Promovendo a alimentação saudável. Secretaria de Atenção à saúde. Departamento de atenção básica.

GARCIA, R. W. D. **Um enfoque simbólico do comer e da comida nas doenças.** Rev Nutr., v. 5, n. 1, p. 70-80, 1992.

ALBIERO, K.A.; ALVES, F.S. **Formação e desenvolvimento de hábitos alimentares em crianças pela educação nutricional.** Rev. Nutrição em Pauta, São Paulo, ano 15, n. 82, p. 17- 21, 2007.

COSTA, A. G. M.; GONÇALVES, A. dos R.; SUART, D. A.; SUDA, G.; PIERNAS, P.; LOURENA, L. R.; CORNACINI, M. C. M. **Avaliação da influência da educação nutricional no hábito alimentar de ciências.** Ver Inst. Ciênc. Saúde, v. 27, n. 3, p. 237- 43, 2009.

## AVALIAÇÃO NUTRICIONAL E CONSUMO ALIMENTAR DE ATLETAS DE JUDÔ DE ARACAJU-SE

Aldini de França Neves,  
Karina Moraes Dias,  
Tatiana Maria Palmeira dos Santos (CRN 5 -4139),  
Cynthia Barbosa Albuquerque Dos Santos (CRN5 -5943)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: aldini\_aju@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Judô. Avaliação nutricional. Consumo alimentar.

**INTRODUÇÃO:** O Judô é um esporte que possui como característica o confronto entre dois oponentes que visam ganhar a competição. É uma modalidade esportiva de curta duração e de alta intensidade, que exige um elevado aporte calórico e uma alimentação balanceada com uma distribuição de carboidratos, proteínas e lipídios adequados para cada atleta individualmente visando aumentar rendimento e a performance já que, essas modalidades esportivas necessita de substratos que forneçam energia de forma rápida e eficaz. Outro fator primordial para esses atletas é a avaliação da composição corporal a partir de avaliações antropométricas, pois a composição corporal inadequada pode alterar desempenho do atleta devido ao desgaste físico em treinos e competições. **OBJETIVO:** Avaliar o estado nutricional e o consumo alimentar de atletas praticantes de judô de um centro de treinamento da cidade de Aracaju-SE. **METODOLOGIA:** Tratou-se de um estudo transversal realizado em um centro de judô. Participaram do estudo judocas de ambos os sexos e com idade a partir dos 14 anos de Aracaju-SE. A coleta de dados foi realizada após a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido pelos atletas e pelos responsáveis legais dos menores. A avaliação do consumo alimentar foi realizada através da aplicação de recordatório alimentar de 24 horas onde foi calculada a quantidade calórica diária consumida e analisada a distribuição dos macronutrientes. A avaliação antropométrica foi realizada através da mensuração de dobras cutâneas (dobras cutâneas triptal (DCT), subescapular (DCSE), suprailíaca (DCSI) e abdominal (DCA)) e aferição de circunferências da cintura (CC) e circunferência do braço (CB), peso e estatura, onde foi calculado IMC e percentual de gordura. Os dados foram tabulados no programa Excel® e analisados estatisticamente no SPSS®, os resultados foram expressos em média, desvio padrão e percentuais. **RESULTADOS:** Foram avaliados 19 atletas sendo 10 adultos e 9 adolescentes, com idade média de  $18,74 \pm 4,92$  anos. A amostra é composta em sua maioria por atletas do sexo masculino, onde no total apenas 20% dos adultos apresentaram riscos associados a CC. De acordo com o IMC, dentre os adultos, 80% encontra-se com sobrepeso e entre os adolescentes 33,33%. Analisando o percentual de gordura corporal, 60% dos adultos encontra-se acima da média e 30% muito alto. Entre os adolescentes 55,55% estavam com o percentual de gordura corporal adequado. Foi observado que a ingestão calórica e de carboidratos estavam abaixo das recomendações diárias, enquanto a proteína e lipídeos apresentaram percentuais adequados a ingestão, embora a consumo de proteínas esteja associado ao uso de suplementos como whey protein e BCAA. **CONCLUSÃO:** Um planejamento alimentar adequado pode proporcionar melhorias na ingestão calórica e na composição corporal dos judocas. Dessa forma, torna-se necessário uma orientação nutricional individualizada a fim de retificar as inadequações, melhorar o desempenho físico e a qualidade de vida desses atletas.



---

## REFERENCIAS

CARMO, Mônica Cristina Lopes do; MARINS, João Carlos Bouzas; PELUZIO, Maria do Carmo Gouveia. Intervenção Nutricional em Atletas de Jiu-Jitsu. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, v.22, n.1, p. 97-110, Jan. 2014.

DETANICO, Daniele; SANTOS, Saray Giovana dos. Avaliação específica no judô: uma revisão de métodos. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v.14, n.6, p. 738-748, Jan., 2012.

FRANCHINI, Emerson. **Judô: desempenho competitivo**. 2 ed. Barueri, São Paulo. Manole, 2010. 462 p.

ROSSI, L. et al. Perfil antropométrico e nutricional de atletas de kung fu. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte** – 2010, 9 (2): 83-89.

SOUZA, Juliana Andrade; NAVARRO, Francisco. Avaliação do perfil antropométrico e nutricional de atletas de futsal do clube rio branco-es. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**. São Paulo. v.9, n.50, p.111-119, Mar./Abril. 2015.

## PERFIL NUTRICIONAL DE PACIENTES ONCOLÓGICOS DE UM HOSPITAL PÚBLICO DE ARACAJU-SE

AMMNDÁ ARAGÃO ALVES  
KAREN BLANDA REIS DO NASCIMENTO  
ANA LETÍCIA SOUZA SILVEIRA  
AMANDA BATISTA RESENDE  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 -4139)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
ammandinhaaragao@hotmail.com

**Palavras-Chaves:** Estado nutricional. Neoplasias. Adulto. Idoso.

**INTRODUÇÃO:** O câncer é uma doença crônica não transmissível que provoca, anualmente, 7 milhões de óbitos em todo o mundo. No câncer, o estado nutricional, principalmente no que se diz respeito a desnutrição, tem se revelado um potente fator interferente e a prevalência desse déficit nutricional em pacientes oncológicos tem sido tão significativa que, hoje, ele é visto como parte inerente a patologia. Isto configura um agravo à saúde do paciente oncológico, pois o déficit nutricional é capaz de reduzir a resposta terapêutica, transformar sua autoimagem, predispor a maiores riscos infecciosos pós-operatórios e elevar a morbi-mortalidade, reduzindo, assim, sua qualidade de vida. A avaliação nutricional de pacientes oncológicos é de grande importância, já que dos problemas nutricionais que essa enfermidade pode causar contribui de modo impactante no prognóstico da doença. A desnutrição é frequentemente associada a carcinomas de cabeça e pescoço e trato digestivo superior. Entretanto os efeitos terapêuticos e tóxicos dos agentes antineoplásicos dependem do tempo de exposição e da concentração plasmática da droga. A toxicidade é variável para os diversos tecidos e depende da droga utilizada. O tratamento quimioterápico se constituiu de medicamentos que controlam ou curam essa patologia, porém, podem causar desconfortos no sistema digestório como: náuseas, vômitos, anormalidades no paladar, alterações de preferências alimentares, mucosite, estomatite, diarreia e constipação, proporcionando redução da ingestão alimentar e conseqüentemente depleção do estado nutricional, elevando assim os índices de morbi-mortalidade. **OBJETIVO:** Verificar a prevalência de desnutrição em pacientes oncológicos internados em um hospital de urgências de Aracaju-SE. **MATERIAL E MÉTODO:** A pesquisa foi realizada com 38 pacientes adultos e idosos internados, de ambos os gêneros. Analisou-se o peso e a estatura, que posteriormente foram utilizados para calcular o Índice de Massa Corporal (IMC) e classificar o estado nutricional. **RESULTADOS:** Foram estudados 38 pacientes adultos com idade média de 52,94±11,95 anos, dos quais, de acordo com a classificação da IMC, 11 (28,94%) estavam desnutridos; 8(21,05%) estão com sobrepeso/obesidade e 19(50%) estão eutróficos. A desnutrição deve ser descrita como um processo contínuo, desencadeado pela ingestão alimentar inadequada em relação às necessidades de nutrientes, progredindo com uma série de alterações funcionais que precedem as alterações de composição corporal. **CONCLUSÃO:** Diante do que foi encontrado, destaca-se que a desnutrição é um aspecto de extrema importância a ser considerado no tratamento oncológico, visto que ela pode interferir diretamente no prognóstico da doença. A Análise do estado nutricional do paciente oncológico é uma ferramenta de apoio essencial ao tratamento antineoplásico que deve ser utilizada precocemente, de modo a atuar como medida preventiva melhorando a resposta ao tratamento, evitar/minimizar riscos infecciosos pós-operatórios aumentando a qualidade de vida do paciente.

---

## REFERÊNCIAS

- BRITO LF, SILVA LS, FERNANDES DD, PIRES RA, NOGUEIRA ADR, SOUZA CL, CARDOSO LGV. Perfil Nutricional de pacientes com câncer assistidos pela casa de Acolhimento de pacientes oncológicos do sudeste da Bahia. **Rev. Brasileira de Cancerologia** v. 58, n.2, p.163-71; 2012.
- RABITO EI, VANNUCCHI GB, SUEN VMM, NETO LLC, MARCHINI JS. Weight and height prediction of immobilized patients. **Rev Nutr** v.19, n. 6, p. 655-61; 2006.
- ULSENHEIMER A, SILVA ACP, FORTUNA FV. Perfil nutricional de pacientes com câncer segundo diferentes indicadores de avaliação. **Rev bras nutr clin**. V. 22, n. 4, p. 292-7; 2007.
- SILVA MPN. Síndrome da anorexia-caquexia em portadores de câncer. **Rev bras cancerol**. V. 52, v.1, p. 59; 2006.
- DIAS MV, BARRETO APM, COELHO SC, FERREIRA FMB, VIEIRA GBS, CLÁUDIO MM, et al. O grau de interferência dos sintomas gastrintestinais no estado nutricional do paciente com câncer em tratamento quimioterápico. **Revista brasileira de nutrição clínica** v.21, n.3, p. 211-8; 2006.

## **RASTREAMENTO NUTRICIONAL ATRAVÉS DA MINI AVALIAÇÃO NUTRICIONAL EM PACIENTES IDOSOS HOSPITALIZADOS**

CARLA TATIANE DO NASCIMENTO DE JESUS;  
CRISTIANI ALVES BRANDÃO;  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE (CRN 5 -5943);  
HUGO JOSÉ XAVIER SANTOS (CRN 5 -8232);  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 -4139);  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju, Sergipe, Brasil.  
Ca-tatiane@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVES:** Envelhecimento; Idoso; Desnutrição; Avaliação Nutricional; Rastreamento.

**INTRODUÇÃO:** O envelhecimento é um fenômeno mundial. Os idosos representam o segmento da população que mais cresce no mundo. As alterações fisiológicas, sociais, psicológicas e econômicas, assim como a perda da capacidade funcional e da autonomia, são responsáveis pelos distúrbios nutricionais observados nessa faixa etária. A desnutrição no idoso é responsável por diversas complicações, como o aumento do tempo de internação hospitalar e das taxas de morbimortalidade. Nesse contexto, a avaliação nutricional do paciente idoso é essencial, de modo que a desnutrição seja precocemente diagnosticada e que sejam adotadas medidas eficazes para reversão desse quadro. Diante disso, a Mini Avaliação Nutricional (MAN) foi criada com o objetivo de detectar a presença de desnutrição e de risco nutricional entre os idosos em tratamento domiciliar e/ou ambulatorial e em hospitais. Este método de triagem afirma detectar a desnutrição e subnutrição em sua fase inicial em pacientes idosos, de forma a facilitar a intervenção nutricional. Portanto, o rastreamento nutricional identifica indivíduos que estão mal nutridos ou que em risco de desenvolver desnutrição, e que podem se beneficiar de suporte nutricional específico. Para tanto, é necessária a aplicação de uma ferramenta simples, efetiva e validada para utilização em hospital.

**OBJETIVO:** verificar a prevalência de desnutrição em pacientes idosos internados em um hospital de urgências de Aracaju-SE. **MATERIAL E MÉTODO:** A pesquisa foi realizada com 56 pacientes idosos internados, de ambos os gêneros. O tipo de triagem aplicado foi a MAN que consiste em um questionário dividido em duas partes, a primeira denominada Triagem (MNA-SF) e a segunda denominada de MAN. A Triagem é composta por questões que englobam alterações da ingestão alimentar (por perda de apetite, problemas digestivos ou dificuldade de mastigação ou deglutição), perda de peso, mobilidade; ocorrência de estresse psicológico ou doença aguda, problemas neuropsicológicos e IMC. A Avaliação global inclui, por sua vez, questões relativas ao modo de vida, lesões de pele ou escaras, medicação, avaliação dietética (perguntas relativas ao número de refeições, ingestão de alimentos e líquidos e autonomia na alimentação), auto-avaliação (autopercepção da saúde e da condição nutricional) e a antropometria é então complementada com o perímetro braquial e de perna. A margem de erro utilizada nas decisões do teste estatístico foi de 5,0%. **RESULTADOS:** Foram estudados 56 pacientes idosos com idade média de 63,52±6,15 anos, dos quais, de acordo com a classificação da MAN, 47 (83,9%) estavam desnutridos ( $p < 0,001$ ). A desnutrição deve ser descrita como um processo contínuo, desencadeado pela ingestão alimentar inadequada em relação às necessidades de nutrientes, progredindo com uma série de alterações funcionais que precedem as alterações de composição corporal. **CONCLUSÃO:** O idoso apresenta maior número de fatores de erro para a interpretação da avaliação nutricional, o que torna necessário a realização de uma avaliação mais complexa. Como as alterações funcionais precedem as alterações de composição corporal na evolução da desnutrição de um indivíduo, os métodos de avaliação nutricional subjetivos são úteis no diagnóstico precoce de risco nutricional.

---

## REFERENCIAS

Beghetto MG, Luft VC, Mello ED, Polanczyk CA. Accuracy of nutritional assessment tools for predicting adverse hospital outcomes. *Nutr Hosp.* 2009; 24(1):56-62.

Raslan M, Gonzales MC, Dias MCG, Paes-Barbosa FC, Cecconello I, Waitzberg DL. Aplicabilidade dos métodos de triagem nutricional no paciente hospitalizado. *Rev Nutr.* 2008 Set/Out; 21(5):553-561.

Guigoz Y. The mini nutritional assessment (MNA®) review of the literature – What does it tell us? *J Nutr Health & Aging.* 2006; 10(6):466-487.

Izaola O, Roman DAL, Cabezas G, Rojo S, Cuellar L, Terroba MC et al. Mini Nutritional Assessment (MNA) como método de evaluación nutricional en pacientes hospitalizados. *Anál de med Int.* 2005; 22(7):313-316.

Guigoz Y, Vellas B, Garry PJ. Assessing the nutritional status of the elderly: the Mini Nutritional Assessment as part of the geriatric evaluation. *Nutr Rev.* 1996; 54(1 Pt 2):S59-65

## RELAÇÃO ENTRE PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E FATORES DE RISCO CARDIOMETABÓLICO EM PACIENTES DIABÉTICOS

KAREN PRICYLA CRUZ SANTOS (CRN:6888)

MARINA COSTA SALGADO (CRN:6954)

HISYS RAVELLY SANTOS DE SOUZA

HELLYNE ISABEL MARQUES BARBOSA

DEISE ARANHA SAMPAIO (CRN:5399)

Hospital Universitário de Sergipe (Hu-Ufs), Aracaju, Sergipe, Brasil.

E-mail: karen\_nutriufs@hotmail.com

**PALAVRA-CHAVE:** atividade física; risco; diabetes.

**INTRODUÇÃO:** As Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT) representam um problema de saúde pública em nível nacional (KREUZBERG; AGUILAR e LIMA, 2016). O diabetes mellitus é uma das principais doenças crônicas degenerativas com alta prevalência na população adulta brasileira e que pode ser controlada, dentre outras intervenções, por meio de uma alimentação equilibrada e atividade física (KREUZBERG; AGUILAR e LIMA, 2016; SILVA *et al.*, 2015). Assim, a inatividade física é um fator de risco independente para as doenças crônicas não transmissíveis, sendo que a prática regular de exercício físico altera favoravelmente alguns fatores de risco cardiometabólico, como controle glicêmico, redução do peso corporal, controle da pressão arterial, dentre outros, prevenindo assim as complicações agudas e crônicas do diabetes que são as principais responsáveis pela morbidade e mortalidade desses pacientes (SANTANA *et al.*, 2015; MACEDO *et al.*, 2012; PASQUALOTO ET al., 2012). **OBJETIVO:** Avaliar a relação entre prática regular de atividade física e fatores de risco cardiometabólico em pacientes portadores de diabetes mellitus. **METODOLOGIA:** trata-se de um estudo transversal realizado no Hospital Universitário de Sergipe (HU-UFS) em adultos e idosos portadores de diabetes mellitus. Para avaliação do risco cardiometabólico desses pacientes foram coletados os seguintes dados: peso, altura, circunferência da cintura (cc), lipidograma completo, glicemia de jejum, glicemia pós-prandial e o nível de atividade física. Para análise dos dados utilizou-se o programa spss® versão 20.0 e foi extraído frequência das variáveis quantitativas e aplicado o teste qui-quadrado adotando nível de significância  $p < 0,05$ . O presente estudo foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa com número do parecer nº16895213.5.0000.5546. Os participantes que aceitaram contribuir com a pesquisa assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. **RESULTADOS:** O estudo foi composto por 254 participantes, sendo 77,6% do sexo feminino com média de idade de aproximadamente 59 anos. A média dos dados antropométricos foi: peso  $78,09 \pm 20,3$  kg; CC  $100,13 \pm 15,38$  cm e IMC  $31,86 \pm 10,45$  kg/m<sup>2</sup>. Ao exame bioquímico os participantes apresentaram média de: Glicemia de jejum  $133,11 \pm 63,5$  mg/dL; Colesterol Total  $184,07 \pm 49,7$  mg/dL, LDL-c  $105,5 \pm 49,7$  mg/dL e HDL-c  $47,9 \pm 17,2$  mg/dL. Com relação à prática de atividade física 39,7% referiram fazer algum tipo de atividade física, sendo a caminhada o exercício mais frequente. A média semanal de realização de atividade física foi de três vezes por semana com duração de aproximadamente 5 horas semanais. Foi observada correlação negativa entre atividade física e CC ( $p < 0,001$ ), atividade física e dislipidemia ( $p < 0,001$ ) e atividade física e pressão arterial ( $p < 0,001$ ). **CONCLUSÃO:** O presente estudo evidenciou que a prática regular de atividade física interfere negativamente em alguns fatores de risco cardiometabólico.

### REFERÊNCIAS:

KREUZBERG, J. T. N.; AGUILAR A. M. M.; LIMA, M. M. Riscos para complicações cardiovasculares em portadores de diabetes mellitus. **Revista de Enfermagem UFSM**. vol. 6, n.1, 2016.

---

MACEDO, C. S. G. Benefícios da exercício físico na qualidade de vida. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**. vol. 8, n. 2, 2012.

SANTANA, O.S., et al. Atividade física e escore de risco de Framingham entre idosos: Projeto Bambuí. **Caderno de Saúde Pública**. vol. 31, n.10, Rio de Janeiro, 2015.

SILVA, M.A.V., et al. Impacto da ativação da intenção na prática da atividade física em diabéticos tipo II: ensaio clínico randomizado. **Ciência & Saúde Coletiva**. vol. 20n. 3, 2015.

PASQUALOTTO, K. R., et al. Diabetes mellitus e Complicações. **Journal of Biotechnology and Biodiversity**. v. 3, n.4, 2012.

## ALTERAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL, CAPACIDADE FUNCIONAL E GLICEMIA DE JEJUM EM IDOSAS

Luiza Carla Nascimento Dantas<sup>1</sup> (CRN 5 9046/P),  
Paula Nascimento Brandão Lima<sup>2</sup>,  
Liliane Viana Pires<sup>3</sup>,  
Renata Rebello Mendes<sup>3</sup>  
Universidade Federal de Sergipe (UFS)  
Departamento de Nutrição, São Cristóvão – SE, Brasil  
luizanascdantas.nutri@gmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** composição corporal; envelhecimento; capacidade funcional; idosas; parâmetros antropométricos; glicemia de jejum.

**INTRODUÇÃO:** O envelhecimento ou senescência caracteriza-se pela redução progressiva de reserva funcional do indivíduo, tal situação quando associada a alguma condição patológica denomina-se senilidade. Do ponto de vista biológico e fisiológico, o envelhecimento altera a composição corporal, ou seja, há redução progressiva e acentuada da massa muscular esquelética e aumento do tecido adiposo. Associado a isto, há aumento da ocorrência de sarcopenia consequente redução da capacidade funcional assim como aumento do estresse oxidativo e processo inflamatório. Concomitantemente, no envelhecimento há produção de citocinas pró-inflamatórias pelos adipócitos ativos as quais interferem no metabolismo da glicose aumentando a resistência insulínica (RI). **OBJETIVOS:** Avaliar a composição corporal, a força muscular, o desempenho físico e relacioná-los com níveis séricos da glicemia de jejum de idosas. **METODOLOGIA:** Estudo analítico, observacional e transversal realizado com 42 idosas de um grupo religioso de Aracaju/SE. Foram avaliadas as variáveis antropométricas (peso; estatura; dobra cutânea tricipital; circunferências do braço, da cintura, da panturrilha, muscular do braço; e área muscular do braço), capacidade funcional por meio de testes de força muscular (dinamometria) e desempenho físico (*Timed Up and Go Test*), e glicemia de jejum. As idosas foram distribuídas em dois grupos etários: G1 (60 a 69 anos) e G2 (70 a 79 anos). Utilizou-se o teste-*T student* para comparação entre os grupos e a correlação linear de Pearson entre as variáveis estudadas. Adotou-se o nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** Observou-se entre os grupos etários uma diferença significativa do peso corporal ( $p=0,05$ ), da estatura ( $p=0,01$ ), da dobra cutânea tricipital ( $p=0,04$ ), bem como da força da preensão palmar ( $p=0,01$ ) e do desempenho físico ( $p<0,001$ ). Este último correlacionou-se negativamente com todas as variáveis antropométricas, com exceção da área muscular do braço corrigida. Dentre os principais desvios do estado nutricional, a eutrofia (44,8%) e sarcopenia (27,6%) foram as mais prevalentes. Quanto à glicemia de jejum, observou-se que 48,3 % das idosas possuem tolerância à glicose reduzida. **CONCLUSÃO:** O envelhecimento está associado à redução de parâmetros antropométricos, da força muscular, do desempenho físico e da tolerância à glicose.

### REFERÊNCIAS

- BERNARDO, S.C. **Estado Nutricional dos Idosos que Frequentam os Centros de Dia e Centros de Convívio do Concelho de Paços de Ferreira**. 63 p. Dissertação (Mestrado em Nutrição Clínica). Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto em Nutrição Clínica. Porto, Portugal, 2013.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. Caderno de Atenção Básica: Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa**. Brasil, Brasília, 2007. 192 p.



- CABRAL, A.L.L. **Tradução e validação do Teste *Timed Up and Go* e sua correlação com diferentes alturas da cadeira.** 2011. 101 p. Dissertação ( Mestrado do Programa de Pós Graduação “Stricto Sensu” em Gerontologia). Universidade Católica de Brasília, Brasília.
- MOTA, J.F. **Determinantes antropométricos, dietéticos, bioquímicos e físicos (aptidões aeróbia e muscular) da resistência insulínica.** 78 p. Fevereiro, 2007. Dissertação (Pós-graduação em Patologia). Faculdade de Medicina de Botucatu, Universidade Estadual Paulista- UNESP. Botucatu, São Paulo, Brasil.
- OLIVEIRA, de P.A. Cap. Sarcopenia. . In: MAGNONI, Daniel; CUKIER, Celso; - OLIVEIRA, Patrícia Amante de. **Nutrição na Terceira Idade.** São Paulo: Sarvier, Cap. 21, 2010. P. 168173.
- PIERINE DT, NICOLA M, OLIVEIRA E.P. Sarcopenia: alterações metabólicas e consequências no envelhecimento. **Revista brasileira de Ciência e Movimento.** v.17.n.3, p: 96-103. Maio/ Novembro. 2009.
- SCHRAGER, M.A.; METTER, E.J.; SIMONSICK, E.; BLE, A.; LI, S.B.; LAURETANI, F; FERRUCCI, L. . Sarcopenic obesity and inflammation in the InCHIANTI study. **Journal of Applied Physiology .** v. 102, n. 3, p. 919-925, 2007.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES (SBD). **Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes: 2014-2015.** Org. OLIVEIRA, J.E.P. DE; VENCIO, S. São Paulo, 2015.

## INFLUÊNCIA DO PERFIL NUTRICIONAL E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NA OBESIDADE ABDOMINAL E SUA RELAÇÃO COM VARIÁVEIS HEMODINÂMICAS EM IDOSOS

TALITA LEITE DOS SANTOS MORAES  
ELENILTON CORREIA DE SOUZA  
JOYCE EVELYN SANTOS DE OLIVEIRA  
OLGA SUELI MARQUES MOREIRA  
PROF. DRA. FISIOTERAPIA (CREFITO:13256-F)

Universidade Federal de Sergipe, São Cristovão-SE, Brasil. [talitaleite.fisioterapia@gmail.com](mailto:talitaleite.fisioterapia@gmail.com)  
PALAVRAS-CHAVE: obesidade abdominal; doenças cardiovasculares; idoso; atividade física

**INTRODUÇÃO:** A obesidade é uma doença crônica, complexa, que está cada vez mais presente em indivíduos idosos. No entanto, o acúmulo de gordura na região abdominal, independente do peso corpóreo, têm sido considerada um dos melhores preditores no desfecho de cardiopatias, pois está fortemente associada à hipertensão arterial (HA), diabetes mellitus (DM), dislipidemia, entre outros distúrbios. O envelhecimento fisiológico somado à inatividade física favorecem alterações no perfil nutricional dos idosos tornando essa condição de risco à saúde cada vez mais presente nessa população. **OBJETIVOS:** Conhecer a prevalência de obesidade abdominal em um grupo de idosos, e a partir desse dados analisar sua relação com o perfil nutricional, nível de atividade física e com alterações na hemodinâmica cardiovascular. **MÉTODOS:** Foi realizado estudo prospectivo, transversal e descritivo, por meio de inquéritos domiciliares com 105 idosos, idade  $\geq 60$  anos, de ambos os sexos, que residiam no bairro América, Aracaju-SE. Foram coletados dados clínicos (PA, FC) e antropométricos (CC, CQ, peso e altura) para a análise da prevalência de obesidade central e fatores associados. O IMC foi utilizado como indicador do perfil nutricional e a medida de CC e o RCQ como indicador de obesidade central. Para análise estatística utilizou-se o programa SPSS versão 20.0. As variáveis contínuas foram descritas em forma de médias e desvios padrão. As variáveis numéricas foram observadas quanto à distribuição de normalidade por meio do teste de Shapiro-Wilk. As variáveis categóricas, por meio de frequências absolutas e relativas, estudando-se a prevalência e o intervalo de confiança, com nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** Os resultados demonstram uma elevada prevalência de obesidade abdominal na população estuda, tanto pela classificação a partir de CC quanto por RCQ, sendo maior no sexo feminino CC (90,2%) e RCQ (83,3%), que no masculino CC (39,3%) e RCQ (36,3%). A medida de CC se correlacionou com IMC ( $p=0,000$ ) no sexo masculino e feminino ( $p=0,001$ ). Já o RCQ associou-se com PAD ( $p=0,000$ ) e idade ( $p=0,044$ ). Não foram encontradas correlações significativas de obesidade central com a FC e nem com o nível de atividade física. **CONCLUSÃO:** As associações entre o IMC e os indicadores de obesidades central obtidas no presente estudo, evidenciam a influência do perfil nutricional na adiposidade central, no entanto indivíduos eutróficos podem apresentar tal comorbidade. Sendo assim, é de extrema importância a investigação criteriosa dos prováveis fatores associados, com a finalidade de planejamento de estratégias de intervenção com metas no controle do surgimento e agravamento de males, abrangendo os três níveis em saúde.

### REFERÊNCIAS

SILVEIRA, Erika Aparecida; KAC, Gilberto; BARBOSA, Larissa Silva. Prevalência e fatores associados à obesidade em idosos residentes em Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil: classificação da obesidade segundo dois pontos de corte do índice de massa corporal. **Cad Saúde Pública**, v. 25, n. 7, p. 1569-77, 2009.

- OLIVEIRA, Carolina Nazareth; COSTA, R. G.; RIBEIRO, R. L. Obesidade abdominal associada a fatores de risco à saúde em adultos. **Saúde & Ambiente**, v. 3, n. 1, p. 34-43, 2008.
- GOMES, Mayara Negrão et al. Relação entre Variáveis Antropométricas, Bioquímicas e Hemodinâmicas de Pacientes Cardiopatas. **Int J CardiovascSci**, v. 28, n. 5, p. 392-399, 2015.
- CASTRO, Simone Henriques de; MATO, Haroldo José de; GOMES, Marília de Brito. Parâmetros antropométricos e síndrome metabólica em diabetes tipo 2. **Arq. bras. endocrinol. metab**, v. 50, n. 3, p. 450-455, 2006.
- OLIVEIRA, Carolina Nazareth; COSTA, R. G.; RIBEIRO, R. L. Obesidade abdominal associada a fatores de risco à saúde em adultos. **Saúde & Ambiente**, v. 3, n. 1, p. 34-43, 2008.
- PITANGA, Francisco José Gondim; LESSA, Ines. Associação entre indicadores antropométricos de obesidade e risco coronariano em adultos na cidade de Salvador, Bahia, Brasil. 2007.
- DE PINHO<sup>1</sup>, Priscila Matos et al. Correlação entre variáveis nutricionais e clínicas de idosos cardiopatas. **RevBrasCardiol**, v. 25, n. 2, p. 132-140, 2012.
- MATSUDO, Sandra Mahecha; MATSUDO, Victor Keihan Rodrigues; BARROS NETO, Turíbio Leite. Impacto do envelhecimento nas variáveis antropométricas, neuromotoras e metabólicas da aptidão física. **Revista brasileira de ciência e movimento**, v. 8, n. 4, p. 21-32, 2000.

## SECAGEM EM LEITO DE ESPUMA DE POLPA DE KIWI (ACTINIDIA DELICIOSA)

ANNE KAROLINE DE SOUZA OLIVEIRA<sup>1</sup>, CRN 7674/P  
ADRIANA SANTOS SILVA<sup>1</sup>, CFQ 17200139  
GABRIELA TEIXEIRA XAVIER<sup>1</sup>

ELMA REGINA SILVA DE ANDRADE WARTHA<sup>1</sup>

ALESSANDRA ALMEIDA CASTRO PAGANI<sup>1</sup>

<sup>1</sup>UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE – UFS – SÃO CRISTÓVÃO/SE – BRASIL

[karol\\_olyveira@outlook.com](mailto:karol_olyveira@outlook.com)

**PALAVRAS CHAVE:** polpa de kiwi, conservação, fenólicos, vitamina c.

**INTRODUÇÃO:** A secagem em camada de espuma é uma técnica que vem se destacando, principalmente para obtenção de polpa de fruta em pó, sendo a temperatura de secagem, tipo e concentração de estabilizantes, fatores determinantes para a estabilidade da emulsão formada, bem como para sua qualidade final do produto. O kiwi (*Actinidia deliciosa*) é uma fruta originária das regiões montanhosas do sul da China (CHAGURI, 2014; TRICHES & SEBEN, 2004). Dentre as várias espécies existentes, a *Actinidia deliciosa* tem grande destaque por apresentar um equilíbrio entre a acidez e a quantidade de açúcares. É uma fruta de alta perecibilidade que necessita de cuidados adequados em relação ao transporte e sua conservação, a secagem da fruta in natura pode constituir em um meio alternativo para sua comercialização (BASTOS et al., 2005; RAJKUMAR et al., 2007). **OBJETIVOS:** Aplicar e avaliar o método em camada de espuma para obtenção de polpa de kiwi em pó. **METODOLOGIA:** O experimento foi conduzido no Laboratório de Técnica e Dietética (LTD), do Departamento de Nutrição e as análises físico-químicas foram realizadas Laboratório de Análise de Alimentos (LAA), no Departamento de Engenharia de Alimentos, ambos localizados na Universidade Federal de Sergipe (UFS). Foram testadas formulações compostas de polpa de kiwi e emulsificantes nas concentrações de 1,5% e 3% m/m, sendo as espumas obtidas analisadas quanto ao percentual de expansão, densidade, capacidade de incorporação de ar e estabilidade após formação de espuma, após os testes, a formulação selecionada foi a contendo 3% de emulsificante, devido suas melhores características de incorporação de ar, densidade e estabilidade. Para secagem foram utilizadas temperaturas de 60°, 70° e 80°, sendo a espuma obtida com a presente disposta em bandejas de alumínio e desidratadas em estufa nas temperaturas supracitadas, até massa constante. O material seco foi desintegrado e armazenado em potes de polietileno, protegidos da luz e a temperatura ambiente. Foram realizadas análises físico-químicas de vitamina C e fenólicos totais na polpa in natura e no pó obtido. **RESULTADOS:** Após secagem verificou-se, que o efeito da temperatura de secagem, associado à concentração de emulsificante à 3%, contribuiu para retenção de componentes nutricionais de interesse nesse produto, como fenólicos totais e vitamina C. Outro efeito positivo está relacionado a conservação da polpa, por se tratar de um processo de secagem, com conseqüente remoção de água presente no meio, água de possível uso por microrganismos (MELO et al., 2013). **CONCLUSÃO:** A secagem em camada de espuma, mostrou-se um método eficiente de para remoção de água em alimentos, mantendo características nutricionais da polpa, como teor de fenólicos totais e vitamina C.

### REFERÊNCIAS

BASTOS, D. S.; SOARES, D. M. B. G.; ARAÚJO, K. G. L.; VERRUMABERNARDI, CHAGURI, L.; PINA, A. G.; INTROPIDI, L; MAEDA, V. **Cinética de Secagem de Kiwi (*Actinidia Deliciosa* Var. Hayward)**. Universidade Federal de São Paulo, Departamento de Engenharia Química. Florianópolis-SC, 2014.

---

CHAGURI, L.; PINA, A. G.; INTROPIDI, L; MAEDA, V. **Cinética de Secagem de Kiwi (Actinidia Deliciosa Var. Hayward)**. Universidade Federal de São Paulo, Departamento de Engenharia Química. Florianópolis-SC, 2014.

MELO, K. S.; FIGUEIREDO, R. M. F.; QUEIROZ, A. J. M.; FERNADES, T. K. S.; BEZERRA, M. C. T. Secagem em camada de espuma da polpa do fruto do mandacaru: experimentação e ajustes de modelos matemáticos. **Revista Caatinga**, Mossoró, v. 26, n. 2, p. 10-12 17, abr.-jun., 2013.

RAJKUMAR, P.; KAILAPPAN, R.; VISWANATHAN, R.; RAGHAVAN, G. S. V. Drying characteristics of foamed alphonso mango pulp in a continuous type foam mat dryer. **Journal of Food Engineering**, v.79, p. 1452-1459, 2007b.

TRICHES, D; SEBBEN, M. **Análise da cultura do kiwi e seu papel para o desenvolvimento da região de Farroupilha RS – 1990/2000**. Rio Grande do Sul. 2004. Disponível em: [http://www.ucs.br/site/midia/arquivos/IPES\\_TS\\_012\\_NOV\\_2004.pdf](http://www.ucs.br/site/midia/arquivos/IPES_TS_012_NOV_2004.pdf) Acesso em 18/07/2016.

## CHARACTERIZATION AND ANTIOXIDANT EFFECT OF ETHANOL EXTRACT OF *LEONURUS SIBIRICUS* L

LUANA MENDONÇA CERCATO,  
ALAN SANTOS OLIVEIRA,  
BRUNO DOS SANTOS LIMA,  
ANA MARA DE OLIVEIRA E SILVA,  
ENILTON APARECIDO CAMARGO

Federal University of Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brazil.

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

Keywords: *Leonurus sibiricus* L., antioxidant, *in vitro*.

**Introduction:** The use of natural antioxidants in the treatment and prophylaxis of diseases induced by free radicals has certain advantages. The great need for new compounds to treat this condition is imminent. Medicinal plants represent a viable alternative for this purpose. *Leonurus sibiricus* L. is a plant traditionally used to treat inflammation and few studies have described the effect of this plant.

**Aim:** This study aimed to characterize and to investigate the antioxidant effects of the ethanol extract of arterial parts of *L. sibiricus* (EELs). **Methods:** Total phenolic and total flavonoid contents and HPLC analysis, as well as the antioxidant capacity by elimination of DPPH, ABTS and NO radicals, inhibition of lipid peroxidation and the ferric reducing antioxidant power (FRAP) were measured for EELs (in triplicates). Results were expressed as mean $\pm$ SEM, and analyzed by ANOVA followed by Tukey's test. P values <0.05 were considered as significant. **Results:** Total phenol and total flavonoid contents in the extract were 60.1  $\pm$  0.1 mg/g of gallic acid equivalents and 15.4  $\pm$  0.1 mg/g of quercetin equivalents, respectively. In the HPLC analysis of extract were found five phenolic compounds such as phenolic acids and flavonoids: Chlorogenic acid, caffeic acid, ferulic acid, *p*-coumaric acid and quercetin were identified. A significant decrease of DPPH radical (relative to the reaction system) was observed at concentrations of 50, 100, 250 and 500 $\mu$ g/mL of EELs (8.9 $\pm$ 0.7, 18.3 $\pm$ 0.2, 46.2 $\pm$ 0.2 and 64.2 $\pm$ 0.8%, respectively). Trolox (100 $\mu$ g/mL) also produced antioxidant capacity as it reduced (p<0.001) the DPPH radical (77.5 $\pm$ 3.5%). For the radical ABTS was observed difference at concentrations of 2500 and 5000 $\mu$ g/mL of EELs (9.2 $\pm$ 0.6 and 26.8 $\pm$ 3.4%, respectively). Trolox (1000 $\mu$ g/mL) also produced antioxidant capacity as it reduced (p<0.001) the ABTS radical (63.0  $\pm$  3.1%). For the radical NO was observed difference at concentrations of 50, 100, 250 and 500 $\mu$ g/mL of EELs (52.3 $\pm$ 3.2, 41.2 $\pm$ 3.1, 33.1 $\pm$ 1.4 and 30.1 $\pm$ 0.4 nitrite produced (NP), respectively). Trolox (100 $\mu$ g/mL) also produced antioxidant capacity as it reduced (p<0.001) the NO radical (27.4 $\pm$ 0.1 NP). A significant increase in the reducing potential was detected through FRAP assay for the concentrations of 50, 100, 250 and 500 $\mu$ g/mL of EELs (52.7 $\pm$ 9.4, 103.4 $\pm$ 5.3, 236.7 $\pm$ 1.1 and 431.2 $\pm$ 3.4 ferrous sulfate equivalent (FSE), respectively). Trolox (100 $\mu$ g/mL) also increased (p<0.05) this parameter (721.4 $\pm$ 1.4 FSE). The basal lipid peroxidation was inhibited at 100, 250, 500, 1000 and 1500 $\mu$ g/mL of EELs (16.4 $\pm$ 0.8, 35.0 $\pm$ 0.7, 48.0 $\pm$ 2.4, 70.6 $\pm$ 0.5 and 84.0 $\pm$ 0.7% respectively). These concentrations of EELs also inhibited the lipid peroxidation induced by FeSO<sub>4</sub> (19.1 $\pm$ 1.9, 29.8 $\pm$ 0.8, 33.1 $\pm$ 1.0, 46.7 $\pm$ 1.3 and 52.3 $\pm$ 0.6% respectively). Trolox (100 $\mu$ g/mL) also reduced (p<0.05) the basal and induced lipid peroxidation (55.9 $\pm$ 1.7 and 42.6 $\pm$ 0.6% respectively). **Conclusions:** The present study showed that EELs possesses antioxidant activity, mainly by neutralizing free radicals and inhibiting lipid peroxidation.

---

## REFERENCIAS

CASTELLUCCI, S. et al. Plantas medicinais relatadas pela comunidade residente na estação ecológica de Jataí, município de Luís Antônio/SP: uma abordagem etnobotânica. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**, v. 3, p. 51-60, 2000.

ISLAM, M.A. et al. Analgesic and anti-inflammatory activity of *Leonurus sibiricus*. **Fitoterapia**, p. 359– 362, 2005.

SILVA, J.F.M.; MENEZES, F.S.; ELEUTHERIO, E.C.A. Evaluation of antioxidant activity of Brazilian plants, **Pharmacol. Res.**, v. 52, p. 229–233, 2005.

HARVEY, A.L. Natural products in drugs Discovery. **Drug Discovery Today**, v. 13, p. 385-40, 2008.

FRIES, A.T.; PEREIRA, D.C. Teorias do envelhecimento humano. **Revista Contexto & Saúde**, v. 11, n. 20, p. 507-514, 2013.

**CHARACTERIZATION AND ANTIOXIDANT EFFECT OF AQUEOUS EXTRACT OF *ANNONA MURICATA* L.**

LUANA MENDONÇA CERCATO

ALAN SANTOS OLIVEIRA

ALLAN JOHN DE OLIVEIRA MELO

ANA MARA DE OLIVEIRA E SILVA

MÁRCIO ROBERTO VIANA DOS SANTOS

Federal University of Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brazil.

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

**Keywords:** *Annona muricata* L., antioxidant, *in vitro*.

**Introduction:** The use of natural antioxidants in the treatment and prophylaxis of diseases induced by free radicals has certain advantages. The great need for new compounds to treat this condition is imminent. Medicinal plants represent a viable alternative for this purpose. *Annona muricata* L. is a plant traditionally used to treat obesity and diabetes mellitus and few studies have described the effect of this plant. **Aim:** This study aimed to characterize and to investigate the antioxidant effects of the aqueous extract of leaves of *A. muricata* (AEAM). **Methods:** Total phenolic and total flavonoid contents and HPLC analysis, as well as the antioxidant capacity by elimination of DPPH, ABTS and NO radicals, inhibition of lipid peroxidation and the ferric reducing antioxidant power (FRAP) were measured for AEAM (in triplicates). Results were expressed as mean $\pm$ SEM, and analyzed by ANOVA followed by Tukey's test. P values <0.05 were considered as significant. **Results:** Total phenol and total flavonoid contents in the extract were 164.52 $\pm$ 1.13 mg/g of gallic acid equivalents and 77.02 $\pm$ 0.00 mg/g of quercetin equivalents, respectively. In the HPLC analysis of extract were found five phenolic compounds such as phenolic acids and flavonoids: quercetin 3-glicoside, rutin, chlorogenic acid, catechin and gallic acid were identified. A significant decrease of DPPH radical (relative to the reaction system) was observed at concentrations of 12.5, 25, 50, 100 and 200 $\mu$ g/mL of AEAM (21.06 $\pm$ 1.50, 29.60 $\pm$ 2.20, 48.74 $\pm$ 0.36, 54.51 $\pm$ 3.44 and 71.84 $\pm$ 0.96%, respectively). Trolox (100 $\mu$ g/mL) also produced antioxidant capacity as it reduced (p<0.001) the DPPH radical (77.5 $\pm$ 3.5%). For the radical ABTS was observed difference at concentrations of 1000 and 2000 $\mu$ g/mL of AEAM (38.2 $\pm$ 3.2 and 64.2 $\pm$ 1.7%, respectively). Trolox (1000 $\mu$ g/mL) also produced antioxidant capacity as it reduced (p<0.001) the ABTS radical (63.0 $\pm$ 3.1%). For the radical NO was observed difference at concentrations of 12.5, 25, 50, 100 and 200 $\mu$ g/mL of AEAM (69.5 $\pm$ 2.5, 53.3 $\pm$ 1.6, 33.2 $\pm$ 1.1, 28.5 $\pm$ 0.1 and 23.6 $\pm$ 0.2 nitrite produced (NP), respectively). Trolox (100 $\mu$ g/mL) also produced antioxidant capacity as it reduced (p<0.001) the NO radical (27.4 $\pm$ 0.1 NP). A significant increase in the reducing potential was detected through FRAP assay for the concentrations of 25, 50, 100 and 200 $\mu$ g/mL of AEAM (53.8 $\pm$ 7.1, 99.5 $\pm$ 7.6, 224.1 $\pm$ 9.0 and 472.8 $\pm$ 4.0 ferrous sulfate equivalent (FSE), respectively). Trolox (100 $\mu$ g/mL) also increased (p<0.001) this parameter (402.8 $\pm$ 14.1 FSE). The basal lipid peroxidation was inhibited at 50, 100 and 200 $\mu$ g/mL of AEAM (19.68 $\pm$ 1.89, 48.94 $\pm$ 2.79 and 77.59 $\pm$ 1.89%, respectively). The concentrations 100 and 200 $\mu$ g/mL of AEAM also inhibited the lipid peroxidation induced by FeSO<sub>4</sub> (11.86 $\pm$ 3.59 and 24.98 $\pm$ 3.36%, respectively). Trolox (100 $\mu$ g/mL) also reduced (p<0.05) the basal and induced lipid peroxidation (55.9 $\pm$ 1.7 and 42.6 $\pm$ 0.6%, respectively). **Conclusion:** The present study showed that AEAM possesses antioxidant activity, mainly by neutralizing free radicals and inhibiting lipid peroxidation.

**REFERÊNCIAS:**

CERCATO, L.M. et al. A systematic review of medicinal plants used for weight loss in Brazil: is there potential for obesity treatment?. 2015.



- 
- COTINGUIBA, G.G. et al. Método de Avaliação da Defesa Antioxidante: Uma Revisão de Literatura. **UNOPAR Científica Ciências Biológicas e da Saúde**, v. 15, n. 3, 2014.
- DORNAS, W.C. et al. Flavonóides: potencial terapêutico no estresse oxidativo. **Revista de Ciências Farmacêuticas Básica e Aplicada**, v. 28, n. 3, p. 241-249, 2009.
- LIPORACCI, H.S.N.; SIMÃO, D.G. Ethnobotanical survey of medicinal plants from home gardens of Bairro Novo Horizonte, Ituiutaba, MG. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**, v. 15, n. 4, p. 529-540, 2013.
- NEWSHOLME, P. et al. Diabetes associated cell stress and dysfunction: role of mitochondrial and non-mitochondrial ROS production and activity. **The Journal of physiology**, v. 583, n. 1, p. 9-24, 2007.

## CORRELAÇÃO ENTRE CONSUMO ALIMENTAR E ANEMIA EM PACIENTES HOSPITALIZADOS

DAVID JOSÉ LEAL DOS SANTOS  
GABRIELLE GOMES DA FONSECA COREN-SE 261457  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE (CRN 5 -5943)  
HUGO JOSÉ XAVIER SANTOS (CRN 5 -8232)  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 -4139)  
Universidade Tiradentes (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
[davidleal.s92@gmail.com](mailto:davidleal.s92@gmail.com)

**Palavras-chaves:** Anemia. Ferro. Ácido fólico. Cianocobalamina.

**INTRODUÇÃO:** Segundo a Organização Mundial de Saúde, a anemia é definida pela baixa concentração de hemoglobina no sangue decorrente da ausência de um ou mais nutrientes essenciais. O ferro é um dos minerais mais importantes para a manutenção do nosso organismo, transportando oxigênio para as células a partir de proteínas como hemoglobina. A deficiência de ferro prolongada leva à anemia ferropriva e seus elevados índices é considerada um problema de saúde pública, cuja prevalência nos idosos é de 45%, nas mulheres adultas, 42% e nos homens, 30%. A anemia megaloblástica ocorre devido à deficiência de duas vitaminas essenciais na formação do DNA, a vitamina B12 e o folato. Desse modo, ocorre uma síntese do DNA incomum, originando hemácias maiores que o normal – megaloblastos. **OBJETIVO:** Avaliar a associação existente entre anemia e o consumo de Fe, B9 e B12 de pacientes adultos e idosos hospitalizados. **MÉTODOS:** Trata-se de um estudo transversal, realizado com pacientes adultos e idosos, de ambos os sexos admitidos entre o período de julho de 2014 a janeiro de 2015, em um Hospital público de Aracaju-Sergipe. As informações dietéticas quanto ao consumo das vitaminas B<sub>12</sub> e folato e do mineral Fe foram obtidas a partir de inquérito dietético recordatório de 24 horas (IDR24h) (ANEXO 3). A análise da composição nutricional dos IDR24h foi realizada através do programa Virtual-Nutri<sup>®</sup> versão 1.0, complementadas com dados de tabelas de composição química e medidas caseiras. O diagnóstico da anemia foi feito baseado na hemoglobina coletada de prontuário, que, segundo a OMS, é definida como nível de hemoglobina abaixo de 13,0g/dL para homens e 12g/dL para mulheres não grávidas. Os dados foram expostos em frequências absolutas e percentuais para as variáveis categóricas e estatísticas: média e desvio padrão para as variáveis numéricas e foram usados os testes estatísticos: Qui-quadrado de Pearson ou o Exato de Fisher, quando a condição para utilização do teste Qui-quadrado não foi verificada nas variáveis categóricas e t-Student com variâncias iguais ou t-Student com variâncias desiguais na comparação das médias das variáveis numéricas. Para as análises estatísticas, adotou-se como significativo  $p \leq 0,05$ . **RESULTADOS:** A amostra foi composta por 123 participantes hospitalizados, sendo 41,46% (n=51) mulheres e 58,54% (n=72) homens. A média de idade foi de  $49,67 \pm 18,05$  anos, sendo em sua maioria adultos 34,15% (n=81). Foi observada uma elevada prevalência de anemia (81,30%) na população estudada. Quanto à correlação entre ingestão dos nutrientes e anemia, verificou-se associação positiva para Cianocobalamina em adultos ( $p=0,040$ ) e idoso ( $p=0,049$ ) e Ácido Fólico ( $p=0,005$ ) para adultos. Não houve correlação entre ferro e anemia na amostra estudada em adultos ( $p=0,501$ ) e idosos ( $p=0,484$ ). **CONCLUSÃO:** A detecção precoce da anemia e do consumo insuficiente de micronutrientes é de suma importância para promover um tratamento dietético adequado, seja com ou sem a necessidade da suplementação, resultando na melhora do quadro clínico e da qualidade de vida dos pacientes. Assim, tornam-se necessários mais estudos que avaliem e controlem os fatores relacionados ao desenvolvimento da anemia em pacientes hospitalizados.

## REFERÊNCIAS

- WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Prevention and control of iron deficiency anaemia in women and children.** Geneva: WHO/UNICEF; 2001. Disponível em: <<http://www.who.int/vmnis/indicators/haemoglobin.pdf>>. Acesso em: 01 ago 2016.
- CAVALCANTI, DS; Vasconcelos, PN; Muniz, VM; Santos, NF; Osório, MM. Iron intake and its association with iron-deficiency anemia in agricultural workers' families from the *Zona da Mata of Pernambuco*. Brazil. **Rev. Nutr.** 2014; 27(2): 219-221.
- ZAGO, MA; Falcão, RP; Pasquini R; Spector, N; Covas, DT; Rego, EM. **Tratado de Hematologia.** Editora: Atheneu, São Paulo, 2013.
- VENTURINI, CD. **Uso de fármacos e consumo de nutrientes por idosos.** 2012. Dissertação (Pós-Graduação em Gerontologia Biomédica) 86 f. Porto Alegre: Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 2012.
- BATISTA FILHO, M; Souza, AI; Miglioli, TC; Santos, MC. Anemia e obesidade: um paradoxo da transição nutricional brasileira. **Cad. Saúde Pública.** V.24, supl.2, S247-S57; 2008.

## ANÁLISE DA ESTRUTURA FÍSICA DE UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO DA CIDADE DE ARACAJU-SE

MACIELE DA CRUZ TAVARES  
THAYNARA PRISCILA DOS SANTOS  
JANAINA ALVES DA CRUZ  
RODOLFO DE JESUS FILHO  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN5 -5943)  
Universidade Tiradentes (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: [maciele20@hotmail.com](mailto:maciele20@hotmail.com)

**Palavras-chave:** Unidades de Alimentação e Nutrição, planejamento físico funcional, lista de verificação.

**INTRODUÇÃO:** O planejamento físico funcional inclui o dimensionamento e planejamento dos diferentes setores como a determinação dos fluxos de matéria-prima, de pessoal, de lixo e da utilização dos equipamentos. Estes precisam, necessariamente, levar em consideração os seus cruzamentos e as interferências dentro de uma ótica voltada não somente para tempos e métodos, mas também para questões de saúde e para os possíveis riscos de contaminação alimentar. Em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) independente dos cardápios serem diversificados, deve haver um grande cuidado em relação à qualidade dos serviços oferecidos aos clientes e com os seus funcionários, o que envolve a estrutura física do ambiente para um melhor conforto e segurança. **OBJETIVO:** Verificar a adequação da estrutura física de duas UAN localizadas na cidade de Aracaju - SE. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal realizado em duas UAN de Aracaju, onde uma unidade era do tipo comercial e a outra institucional, no período de outubro e novembro de 2015. Para facilitar a análise das UAN, as mesmas foram divididas em UAN 1 e UAN 2 respectivamente. Para a coleta de dados foi aplicado uma lista de verificação (*check list*) baseado na RDC nº. 275, de 21 de outubro de 2002 a fim de analisar as conformidades e não conformidades dessas UAN referente à estrutura física. O *check list* possuía 44 itens, sendo avaliados: piso, teto, portas, paredes e divisórias, janelas e outras aberturas, escadas, elevadores de serviço, monta cargas e estruturas auxiliares, instalações sanitárias e vestiários para manipuladores, instalações sanitárias para visitantes, lavatórios na área de produção, iluminação e instalação elétrica, ventilação e climatização. Após a coleta, os dados foram tabulados no programa Excel®, classificados segundo os percentuais da RDC nº. 275/ 2002 e os resultados foram expressos em percentuais. **RESULTADOS:** Na UAN 1 verificou-se um percentual de 89% de itens conformes e 11% não conformes. Com base nesses resultados, observou-se que a maioria dos itens relacionados ao planejamento físico estava de acordo com o que é preconizado pela legislação vigente. O estabelecimento 1 foi classificado no grupo 01 (76 a 100% de adequação). Na UAN 2, 5 itens do *check list* não se aplicavam a sua realidade. Nesta mesma Unidade 2, após a verificação dos itens, foi observado 76,9% de conformidades e 23,1% de não conformidades, sendo classificada no grupo 1. **CONCLUSÃO:** Independente do tipo de UAN, comercial ou institucional, a classificação segundo de acordo com a conformidade foi a mesma. Entretanto é importante a implantação de medidas contínuas que visem a garantia e segurança do local e de sua produção para se obter um adequado planejamento físico funcional que promova a saúde dos funcionários e dos clientes destas Unidades.

### REFERÊNCIAS

ABREU, Edeli Simioni de; SPINELLI, Monica Gloria Neumann; PINTO, Ana Maria de Souza. **Gestão de Unidades de Alimentação e Nutrição**. 5ª ed., São Paulo: Editora Metha, 2013.

---

BRASIL. ANVISA – Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução RDC nº 275, de 21 de outubro de 2002**. Diário Oficial da União. Brasília, 23 de outubro de 2003.

CARNEIRO, Patrícia; VENANTE, Bruna; LEITE, Damaris Godoy. Avaliação de Layout de uma Unidade de Alimentação e Nutrição em um hotel da cidade de Piraí do Sul. **Revista Nutrir**. v.1, n. 2, jan/jul, 2015.

MELLO, Aline Gomes; SALES, Gizene Luciana Pereira; JAEGER, Lucia Maria; COLARES, Luciléia Granhen. Estrutura físico-funcional de restaurantes populares do estado do Rio de Janeiro: influência sobre as condições higiênico-sanitárias. **Demetra: alimentação, nutrição e saúde**. v. 8, n. 2, p. 91-101, 2013.

MEZOMO, Iracema Fernandes de Barros. **Os Serviços de Alimentação: Planejamento e Administração**. São Paulo: Manole; 2002.

SANT'ANA, Helena Maria Pinheiro. **Planejamento Físico-Funcional de Unidades de Alimentação e Nutrição**. Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2012.

## ANÁLISE DA ESTRUTURA FÍSICA DE UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO DA CIDADE DE ARACAJU-SE

MACIELE DA CRUZ TAVARES  
THAYNARA PRISCILA DOS SANTOS  
JANAINA ALVES DA CRUZ  
RODOLFO DE JESUS FILHO  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN5 -5943)  
Universidade Tiradentes (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: [maciele20@hotmail.com](mailto:maciele20@hotmail.com)

**Palavras-chave:** Unidades de Alimentação e Nutrição, planejamento físico funcional, lista de verificação.

**INTRODUÇÃO:** O planejamento físico funcional inclui o dimensionamento e planejamento dos diferentes setores como a determinação dos fluxos de matéria-prima, de pessoal, de lixo e da utilização dos equipamentos. Estes precisam, necessariamente, levar em consideração os seus cruzamentos e as interferências dentro de uma ótica voltada não somente para tempos e métodos, mas também para questões de saúde e para os possíveis riscos de contaminação alimentar. Em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) independente dos cardápios serem diversificados, deve haver um grande cuidado em relação à qualidade dos serviços oferecidos aos clientes e com os seus funcionários, o que envolve a estrutura física do ambiente para um melhor conforto e segurança. **OBJETIVO:** Verificar a adequação da estrutura física de duas UAN localizadas na cidade de Aracaju - SE. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal realizado em duas UAN de Aracaju, onde uma unidade era do tipo comercial e a outra institucional, no período de outubro e novembro de 2015. Para facilitar a análise das UAN, as mesmas foram divididas em UAN 1 e UAN 2 respectivamente. Para a coleta de dados foi aplicado uma lista de verificação (*check list*) baseado na RDC nº. 275, de 21 de outubro de 2002 a fim de analisar as conformidades e não conformidades dessas UAN referente à estrutura física. O *check list* possuía 44 itens, sendo avaliados: piso, teto, portas, paredes e divisórias, janelas e outras aberturas, escadas, elevadores de serviço, monta cargas e estruturas auxiliares, instalações sanitárias e vestiários para manipuladores, instalações sanitárias para visitantes, lavatórios na área de produção, iluminação e instalação elétrica, ventilação e climatização. Após a coleta, os dados foram tabulados no programa Excel®, classificados segundo os percentuais da RDC nº. 275/ 2002 e os resultados foram expressos em percentuais. **RESULTADOS:** Na UAN 1 verificou-se um percentual de 89% de itens conformes e 11% não conformes. Com base nesses resultados, observou-se que a maioria dos itens relacionados ao planejamento físico estava de acordo com o que é preconizado pela legislação vigente. O estabelecimento 1 foi classificado no grupo 01 (76 a 100% de adequação). Na UAN 2, 5 itens do *check list* não se aplicavam a sua realidade. Nesta mesma Unidade 2, após a verificação dos itens, foi observado 76,9% de conformidades e 23,1% de não conformidades, sendo classificada no grupo 1. **CONCLUSÃO:** Independente do tipo de UAN, comercial ou institucional, a classificação segundo de acordo com a conformidade foi a mesma. Entretanto é importante a implantação de medidas contínuas que visem a garantia e segurança do local e de sua produção para se obter um adequado planejamento físico funcional que promova a saúde dos funcionários e dos clientes destas Unidades.

### REFERÊNCIAS

ABREU, Edeli Simioni de; SPINELLI, Monica Gloria Neumann; PINTO, Ana Maria de Souza. **Gestão de Unidades de Alimentação e Nutrição**. 5ª ed., São Paulo: Editora Metha, 2013.

---

BRASIL. ANVISA – Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução RDC nº 275, de 21 de outubro de 2002**. Diário Oficial da União. Brasília, 23 de outubro de 2003.

CARNEIRO, Patrícia; VENANTE, Bruna; LEITE, Damaris Godoy. Avaliação de Layout de uma Unidade de Alimentação e Nutrição em um hotel da cidade de Piraí do Sul. **Revista Nutrir**. v.1, n. 2, jan/jul, 2015.

MELLO, Aline Gomes; SALES, Gizene Luciana Pereira; JAEGER, Lucia Maria; COLARES, Luciléia Granhen. Estrutura físico-funcional de restaurantes populares do estado do Rio de Janeiro: influência sobre as condições higiênico-sanitárias. **Demetra: alimentação, nutrição e saúde**. v. 8, n. 2, p. 91-101, 2013.

MEZOMO, Iracema Fernandes de Barros. **Os Serviços de Alimentação: Planejamento e Administração**. São Paulo: Manole; 2002.

SANT'ANA, Helena Maria Pinheiro. **Planejamento Físico-Funcional de Unidades de Alimentação e Nutrição**. Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2012.

## EFEITO DE UM SUCO DE UVA, ACEROLA E BETERRABA NA RECUPERAÇÃO PÓS TREINO EM CORREDORES

MANOEL MIRANDA NETO (CRN: 14826)  
RAIANE CARMÉLIA  
ANDERSON IGOR SILVA DE ROCHA  
ANA PAULA (CREF: 003376G/PB)  
ALEXANDRE SÉRGIO SILVA (CREF: 926G/PB)  
UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA, JOÃO PESSOA, PARAÍBA, BRASIL  
manolverdao@hotmail.com

**Palavras chave:** Recuperação, exercício, suplementação

**INTRODUÇÃO:** Uva, beterraba e acerola são consideradas potenciais fontes na prevenção e tratamento de doenças, principalmente por serem ricas em polifenóis, nitrito e vitaminas A e C, que são reconhecidos antioxidantes. Este efeito antioxidante poderia ser benéfico também do ponto de vista esportivo, uma vez que reduzir o estresse oxidativo é uma estratégia capaz de melhorar o desempenho de atletas. **OBJETIVOS:** Avaliar se a suplementação de um suco mix de uva, acerola e beterraba acelera a recuperação de atletas corredores recreacionais. **METODOLOGIA:** Um estudo piloto, realizado com 7 sujeitos, corredores masculinos com  $41,1 \pm 13,4$  anos,  $23,1 \pm 2,2$  kg/m<sup>2</sup>, capacidade aeróbia:  $55,2 \pm 8,3$  ml/min/kg e percentual de gordura  $10,04 \pm 5,87\%$ . Os corredores fizeram um treino de uma hora em esteira a uma intensidade de 70% da sua capacidade aeróbia, seguido de um período de recuperação de 4 horas. Em seguida, realizaram um teste até a exaustão (70% da sua capacidade aeróbica). Todos os corredores foram suplementados com 7 ml/kg de peso corporal do suco mix ou uma bebida de carboidrato isocalórica, isoglicídica e isovolumétrica antes do treino, imediatamente após o treino e na segunda hora do período de recuperação. **RESULTADOS:** Enquanto no procedimento com a bebida controle, eles conseguiram se manter  $72,26 \pm 12,52$  min no teste até a exaustão realizado quatro horas depois do treino, no procedimento com ingestão do suco mix eles aumentaram este tempo para  $86,42 \pm 27,05$  min ( $p=0,12$ ). Apesar do suco mix não se mostrar com tendência estatística para melhorar o desempenho após recuperação de 4 horas em teste de exaustão, houve um aumento de 20% nesse tempo, sendo muito considerável para a performance desses corredores. **CONCLUSÃO:** a ingestão de um suco mix de acerola, uva e beterraba antes, durante e depois de um treino de corrida tende a acelerar a recuperação e, conseqüentemente melhorar a capacidade de desempenho em um teste realizado apenas quatro horas após a sessão de treino.

### REFERÊNCIAS:

- ALI, K.; MALTESE, F.; CHOI, Y.H.; VERPOORTE, R.; **Metabolic constituents of grapevine and grape-derived products. Phytochem. Rev.** 2010; 9(3): 357–378. doi: 10.1007/s11101-009-9158-0.
- GEORGIEV, V.G.; WEBER, J.; KNESCHKE, E.M.; DENEV, P.N.; BLEY, T.; PAVLOV, A.I.; Antioxidant activity and phenolic content of betalain extracts from intact plants and hairy root cultures of the red beetroot *Beta vulgaris* cv. Detroit dark red. **Plant Foods Hum Nutr.** 2010; 65(2):105-11. doi: 10.1007/s11130-010-0156-6.
- JONES, A.M. Dietary Nitrate Supplementation and Exercise Performance. **Sports Med.** 2014; 44 (1):35–S45. doi 10.1007/s40279-014-0149-y.
- YUAN, L.; MENG, L.; MA, W.; XIAO, Z.; ZHU, X.; FENG, J.F. et al. Impact of apple and grape juice consumption on the antioxidant status in healthy subjects. **Int J Food Sci Nutr.** 2011; 62 (8): 844-50. doi: 10.3109/09637486.2011.587399. Epub 2011 Jun 6.



---

DA SILVA, D.V.T.; SILVA, F.O.; PERRONE, D.; PIERUCCI, A.P.T.R.; CONTE-JUNIOR, C.A.; ALVARES, T.S. ET AL. Physicochemical, nutritional, and sensory analyses of a nitrate-enriched beetroot gel and its effects on plasmatic nitric oxide and blood pressure. **Food Nutr Res.** 2016; 60.

## CORRELAÇÃO ENTRE DESNUTRIÇÃO E ANEMIA EM PACIENTES HOSPITALIZADOS

DAVID JOSÉ LEAL DOS SANTOS  
GABRIELLE BARROZO NOVAIS  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE (CRN 5 -5943)  
HUGO JOSÉ XAVIER SANTOS (CRN 5 -8232)  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 -4139)  
Universidade Tiradentes (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
[davidleal.s92@gmail.com](mailto:davidleal.s92@gmail.com)

**Palavras-chaves:** Anemia. Estado Nutricional. Adultos. Idosos.

**INTRODUÇÃO:** Segundo a Organização Mundial de Saúde, a anemia é definida pela baixa concentração de hemoglobina no sangue decorrente da ausência de um ou mais nutrientes essenciais. A anemia é um importante indicador de desnutrição podendo afetar pessoas de todas as faixas etárias. Sua prevalência é de uma a cada quatro pessoas, o que representa 24,8% da população mundial. **OBJETIVO:** avaliar a associação existente entre a anemia e o estado nutricional de pacientes adultos e idosos de um hospital de Urgências de Sergipe. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal, realizado com pacientes adultos e idosos, de ambos os sexos admitidos entre o período de julho de 2014 a janeiro de 2015, em um Hospital público de Aracaju-Sergipe. O estado nutricional foi avaliado pela circunferência do braço (CB) e o diagnóstico da anemia foi feito baseado na hemoglobina coletada de prontuário, que, segundo a OMS, é definida como nível de hemoglobina abaixo de 13,0g/dL para homens e 12g/dL para mulheres não grávidas. Os dados foram expostos em frequências absolutas e percentuais para as variáveis categóricas e estatísticas: média e desvio padrão para as variáveis numéricas e foram usados os testes estatísticos: Qui-quadrado de Pearson ou o Exato de Fisher. Para as análises estatísticas, adotou-se como significativo  $p \leq 0,05$ . **RESULTADOS:** A amostra foi composta por 123 participantes hospitalizados, sendo 41,46% (n=51) mulheres e 58,54% (n=72) homens. A média de idade foi de  $49,67 \pm 18,05$  anos, sendo em sua maioria adultos 34,15% (n=81). A prevalência de desnutrição de acordo com a CB foi de 50% e 81,30% estavam anêmicos. Não houve correlação entre estado nutricional pela CB e anemia. **CONCLUSÃO:** Foi observado um elevado índice de anemia na população estudada. A detecção precoce da anemia é de suma importância para promover um tratamento dietético adequado, seja com ou sem a necessidade da suplementação, resultando na melhora do quadro clínico e da qualidade de vida dos pacientes. Assim, tornam-se necessários mais estudos que avaliem e controlem os fatores relacionados ao desenvolvimento da anemia em pacientes hospitalizados.

### REFERÊNCIAS

- WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Prevention and control of iron deficiency anaemia in women and children.** Geneva: WHO/UNICEF; 2001. Disponível em: <<http://www.who.int/vmnis/indicators/haemoglobin.pdf>>. Acesso em: 01 ago 2016.
- CAVALCANTI, DS; Vasconcelos, PN; Muniz, VM; Santos, NF; Osório, MM. Iron intake and its association with iron-deficiency anemia in agricultural workers' families from the *Zona da Mata of Pernambuco*. Brazil. **Rev. Nutr.** V. 27, n. 2, p. 219-21; 2014.
- HEYMSFIELD SB, McManus C, Smith J, Stevens V, Nixon DW. Anthropometric measurement of muscle mass: revised equations for calculating bone-free arm muscle area. **Am J Clin Nutr** v.36, p. 680-90; 1982.
- CORONA, LP; Duarte, YAO; Lebrão, ML. Prevalência de anemia e fatores associados em idosos: evidências do Estudo SABE. **Rev. Saúde Pública** v.48, n.5, p. 723-31; 2014.

---

ROSA, COB; Silva, BP; Balbino, KP; Ribeiro, SMR; Ribeiro, AQ; Firmino, HH. Avaliação Nutricional de indivíduos internados em um hospital geral. **O Mundo da Saúde**. V.38, n.4, p.430-8; 2014.

## PREVALÊNCIA DE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS EM MULHERES NA FASE DO CLIMATÉRIO

MÔNICA KAROLINE BARRETO SOUZA (CRN5 5902)  
SUELLEN DE MELO DANTAS (CRN5 7837/P)  
MARYZE VALÉRIA DANTAS LIMA (CRN5 9275/P)  
MARINA COSTA SALGADO (CRN5 6954)  
MÁRCIA FERREIRA CÂNDIDO DE SOUZA (CRN5 0769)  
mkbsouza@hotmail.com

Hospital Universitário de Sergipe, Aracaju/SE, Brasil

**PALAVRAS-CHAVE:** Mulheres; climatério; avaliação nutricional.

**INTRODUÇÃO:** A fase do climatério é caracterizada por várias alterações hormonais e suas respectivas implicações biológicas, psicossociais, familiares e culturais, o que acaba repercutindo na saúde física, no bem-estar emocional e psicossocial da mulher. Estudos mostram a prevalência de síndrome metabólica no climatério, sendo as alterações mais frequentes HDL baixo, hipertensão arterial, obesidade visceral, hipertrigliceridemia e *diabetes mellitus*. Como consequência da diminuição do estrogênio, ocorre aumento no risco de aparecimento de cardiopatias, neoplasias, problemas urinários, osteoporose e doenças autoimunes. Especialmente nos anos que antecedem a menopausa, as mulheres tendem a ganhar 0,8 kg/ano, aumentando ainda mais o risco de aparecimento das doenças crônicas não-transmissíveis. Esse aumento, no final da menopausa, pode corresponder a 20% da gordura total do corpo. **METODOLOGIA:** Tratou-se de um estudo transversal, realizado no ambulatório multidisciplinar de um Hospital Universitário. Foram incluídas mulheres na fase do climatério, com idade entre 40 e 65 anos que estivessem aguardando atendimento. Para avaliação antropométrica, foram utilizados o Índice de Massa Corporal, Circunferência da cintura. Foi solicitado que os participantes do estudo assinassem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O projeto foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa do Hospital Universitário de Sergipe, sob o número do CAAE 55601916.9.0000.5546. **RESULTADOS:** O perfil da população estudada constituiu-se de 92 mulheres, com idade entre 40 e 65 anos e média de  $51,97 \pm 7,08$  anos. Quanto as comorbidades, as que estavam presentes foram: Hipertensão Arterial Sistêmica (56%), Diabetes Mellitus (37%), Esteatose hepática (24%), Doenças renais (9%), Cardiopatias (8%), Doenças ósseas (5%), outras patologias (35%) e somente 7% da amostra não tinha nenhuma comorbidade. Em relação aos parâmetros antropométricos, os resultados do IMC demonstraram que a maioria das mulheres (59%) estavam obesas, 28% estavam com sobrepeso e 16% eutróficas. Foi observado também que em 60% da amostra a circunferência da cintura evidenciou um risco muito elevado para doenças metabólicas. **CONCLUSÃO:** Na população estudada, foi possível constatar uma prevalência de Hipertensão, Diabetes Mellitus e Esteatose hepática. Além disso, os parâmetros antropométricos evidenciaram uma prevalência de obesidade e consequentemente, risco muito elevado para desenvolvimento de doenças metabólicas.

### REFERÊNCIAS

- GALLON, CW; WENDER, COM. Estado nutricional e qualidade de vida da mulher climatérica. **Rev Bras Ginecol Obstet**, 2014; 34 (4): 175-81.
- DELORENZI, DRS; BASSO, E; FAGUNDES, PO; SACILOTO, B. Prevalência de sobrepeso e obesidade no climatério. **Rev. Bras. Ginecol. Obstet.**, v.27, n.8, Rio de Janeiro, 2005.
- FACIROLI, CAT; MOREIRA, APB. **Climatério: alterações metabólicas e intervenção nutricional**. Juiz de Fora, 2014.
- JESSE, Cs. **Terapia nutricional durante o climatério e a menopausa**. Ijuí, 2012.

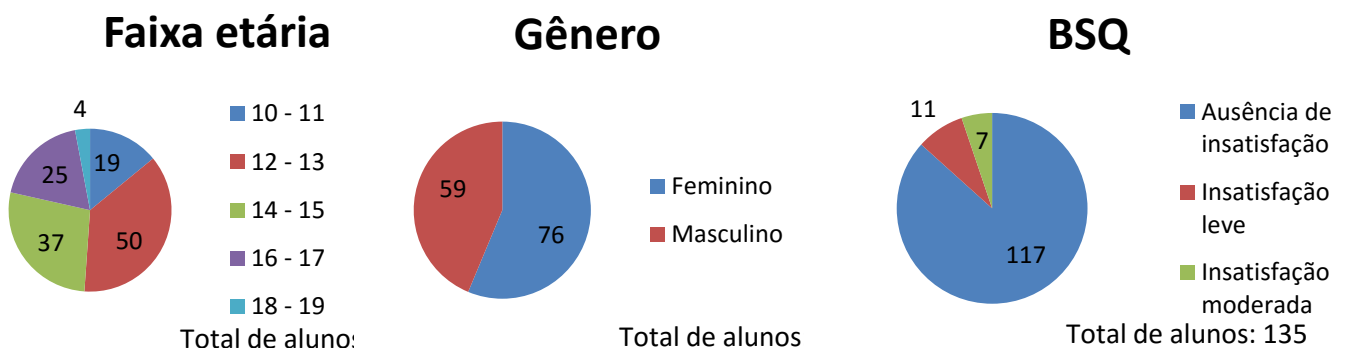
---

FIGUEIREDO NETO, JA; FIGUERÊDO, ED; BARBOSA, JB; BARBOSA, FF; COSTA, GRC, NINA, VJS. Síndrome metabólica e menopausa: estudo transversal em ambulatório de ginecologia. **Arq Bras Cardiol.** 2010; 95 (3): 339-45.

## BSQ EM ADOLESCENTES DE ESCOLAS ESTADUAIS DA CIDADE DE ARACAJU NO ESTADO DE SERGIPE

MARIANA CALDAS SANTOS  
TAMIRES FREIRE;  
TATIANA MARIA PALMEIRA;  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE;  
e-mail: marianacaldassh@gmail.com;  
UNIVERSIDADE TIRADENTES, ARACAJU, SERGIPE, BRASIL  
**PALAVRAS CHAVE:** Imagem corporal, adolescentes, instrumento, avaliar.

**INTRODUÇÃO:** A adolescência é considerada o período de transição entre a infância e a idade adulta, caracterizado por intenso crescimento e desenvolvimento que se manifesta por marcantes transformações anatômicas, fisiológicas, mentais e sociais (COLLI, 1978). Dessa forma, muitos são os distúrbios encontrados nessa fase da vida, pois os adolescentes muitas vezes, idealizam-se em padrões preestabelecidos pela sociedade e mídia. Um dos fatores que mais são comprometidos é a imagem corporal, a qual é discriminada como a capacidade de representação do próprio corpo, correspondente a cada indivíduo, sendo assim suas características relacionadas à estrutura física e aparência, dentre outros componentes como o psicológico, que inclui tanto a avaliação do corpo como o investimento no mesmo. O “Body Shape Questionnaire” (BSQ) é um dos instrumentos mais visados para avaliar aspectos referentes a esta imagem, e foi autenticado para a população portuguesa e brasileira. **OBJETIVO:** Verificar a validade do meio para uma amostra de adolescentes estudantes de escolas estaduais da cidade de Aracaju, no estado de Sergipe. **METODOLOGIA:** Foi realizada a aplicação do BSQ em 135 estudantes dentre as faixas etárias de 12 a 17 anos da Escola Estadual Santos Drummond, nesta etapa. O mesmo apresentou compreensão de 100% dos adolescentes. Para determinar a validade do instrumento, foi solicitado que os mesmos respondessem sozinhos antes de passar para as etapas seguintes do protocolo. Após isto, verificou-se que podemos confirmar de forma segura a sua eficácia, conforme esperado. **RESULTADOS:** Após a aplicação do questionário, foram analisados os dados e chegamos aos seguintes resultados:



**CONCLUSÃO:** O instrumento BSQ obteve grande validade na fase da adolescência, principalmente com a população estudada, de menor requisito econômico, e mostrou-se adequada para se confiar quando aplicada. Vimos também que os estudantes se mantêm em níveis adequados de aceitação de si mesmo, porém não podemos desprezar que com frequência os

jovens têm insatisfação com a imagem corporal, sendo assim negativos os meios que muitos seguem de práticas irregulares e prejudiciais ao organismo e a saúde.

## REFERÊNCIAS

**Versão conciliada Brasil/Portugal do Body Shape Questionnaire – BSQ**, artigo internet, disponível em <http://seer.fcfar.unesp.br/aen/index.php/aen/article/view/107>, visto em 20 de julho de 2016);

**Distorção da imagem corporal em adolescentes: um estudo de comparação entre dois instrumentos**, artigo internet, disponível em [https://www.researchgate.net/publication/230604827\\_Distorcao\\_da\\_imagem\\_corporal\\_em\\_adolescentes\\_um\\_estudo\\_de\\_comparacao\\_entre\\_dois\\_instrumentos\\_Adolescents'\\_body\\_image\\_distortion\\_a\\_comparison\\_study\\_between\\_two\\_instruments](https://www.researchgate.net/publication/230604827_Distorcao_da_imagem_corporal_em_adolescentes_um_estudo_de_comparacao_entre_dois_instrumentos_Adolescents'_body_image_distortion_a_comparison_study_between_two_instruments), visto em 16 de julho de 2016;

**Questionário sobre a imagem corporal (BSQ)**, artigo internet, disponível em [http://consultaps.dominiotemporario.com/escalas/ConsultaPQ\\_BSQ.pdf](http://consultaps.dominiotemporario.com/escalas/ConsultaPQ_BSQ.pdf), visto em 26 de julho de 2016.

## RELATO DE EXPERIÊNCIA: REFLEXÕES SOBRE ATIVIDADES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO CONTEXTO DE UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE (UBS)

MACIELE DA CRUZ TAVARES  
THAYNARA PRISCILA DOS SANTOS  
SANDRA CRISTINA DA CRUZ MAIA (CRN 5ª 1659)  
TALITA KIZZY BARBOSA BARRETO (CRN 5 4307)  
Universidade Tiradentes- UNIT, Aracaju/Se, Brasil  
maciele20@hotmail.com

**Palavras Chaves:** Educação Nutricional; Promoção da Saúde; Alimentação Saudável

**INTRODUÇÃO:** A educação nutricional é ferramenta de instrução para indivíduos que pode contribuir para a construção de bons hábitos alimentares no tocante a promoção da saúde e qualidade de vida. A promoção da saúde visa à capacitação da comunidade para atuar na melhoria de sua qualidade de vida e saúde, incluindo maior participação no controle desse processo (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2002). Esta é um grande auxílio para dar ao profissional nutricionista sustentação a sua atuação no campo da Saúde Pública (BOOG, 2008). Trata-se, portanto, de um profissional apto a participar efetivamente da produção e reprodução das práticas de atenção à saúde no Brasil (MOREIRA; FREITAS, 2010). Sendo assim, este trabalho refere-se a um relato de experiência de práticas educativas realizadas pelos acadêmicos de Nutrição em Unidades Básicas de Saúde (UBS). A finalidade das ações educativas foi ressaltar a importância da alimentação saudável na promoção da saúde. **OBJETIVO:** Este relato tem como objetivo descrever as ações educativas realizadas na UBS Aracaju/SE, descrevendo abordagem e orientações para público da sala de espera no tocante a prática de uma alimentação saudável. **METODOLOGIA:** A elaboração das atividades foi pautada na educação nutricional visando incentivar hábitos alimentares saudáveis. A temática englobou seis módulos, com duração de 30 minutos de atividades interativas. Dentre as ações desenvolvidas podemos citar: rodas de conversa, dinâmicas, orientação nutricional e oficinas culinárias com degustação, com objetivo de estimular práticas alimentares saudáveis. Os temas abordados: 10 passos da alimentação saudável, composição de cardápios, dicas culinárias e alimentos detox. Toda didática aplicada de forma interativa e participação do público alvo. **RESULTADOS:** Mediante interação do público e receptividade nas atividades realizadas, percebeu-se que as ações de educação nutricional é de fundamental importância, pois propicia a comunicação, discussão, elucidação de temas que, por conseguinte promovem adoção de práticas alimentares saudáveis, ressaltando que estratégias interativas e dinâmicas facilitam a troca de conhecimentos e aconselhamento nutricional. **CONCLUSÃO:** As atividades desenvolvidas obtiveram participação efetiva do público sala de espera, pela interação podemos classificar com efetiva e gratificante no quesito aprendizado individual e coletivo, caracterizando partilha de conhecimentos pautadas no contexto alimentação saudável. Assim, vê-se a importância do profissional Nutricionista sendo um colaborador da saúde e no processo educativo.

### REFERÊNCIAS

MOREIRA, Patricia Vasconcelos Leitão; FREITAS, Cláudia Helena Soares de Moraes. **Educação em saúde nos cenários de práticas dos estudantes de nutrição.** Revista de APS, v. 13, n. 4, Juiz de fora (2010). Disponível em: <http://www.aps.ufjf.br/index.php/aps/article/view/854/395>.  
BOOG, Maria Cristina Faber. **Atuação do nutricionista em saúde pública na promoção da alimentação saudável.** Revista Ciência & Saúde, Porto Alegre, v. 1, n. 1, 2008.



---

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. **Projeto Promoção da Saúde**. As Cartas da Promoção da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde; 2002.

Brasil Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para população brasileira promovendo a alimentação saudável**. Série A Normas e Manuais técnicos. Promovendo a alimentação saudável. Secretaria de Atenção à saúde. Departamento de atenção básica.

## **PADRÃO ALIMENTAR ASSOCIADO A FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR EM PACIENTES DIABÉTICOS ASSISTIDOS NO AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO DO HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE SERGIPE**

EMILY CRISTINA SANTOS;  
ELENICE OLIVEIRA SANTOS FILHA;  
RAMMYZE FERREIRA LIMA;  
VIVIANE FERREIRA ARAÚJO CRN5 7842/P;  
MARCIA FERREIRA CANDIDO DE SOUZA CRN 0769/5.  
Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
emily\_cristinasantos@hotmail.com

**PALAVRAS CHAVE:** Risco Cardiovascular; consumo alimentar; Diabetes Mellitus.

**INTRODUÇÃO:** As doenças cardiovasculares (DCV) são as principais causas de morte em mulheres e homens no Brasil. São responsáveis por cerca de 20% de todas as mortes em indivíduos acima de 30 anos. (MANSUR, 2001; MARINHO DE SOUZA, 2001; MANSUR E FAVARATO, 2012). Pacientes com diabetes mellitus estão sujeitos a um aumento no risco de doenças cardiovasculares quando em comparação com não diabéticos (BERTOLUCI, 2014). Tanto a quantidade como a qualidade dos carboidratos constitui um importante fator preditor de doenças cardiovasculares e diabetes (WILLETT; MANSON; LIU, 2002; LAU, *et al.* 2005). **OBJETIVOS:** Associar o consumo alimentar aos fatores de riscos para doenças cardiovasculares em usuários do ambulatório de nutrição do hospital universitário de Sergipe. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal, descritivo e de abordagem quali e quantitativa. A amostra foi composta por adultos e idosos. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe sob número do CAAE 45524615.0.0000.5546. Foram utilizados para avaliação nutricional o questionário de frequência alimentar, diagnóstico clínico no prontuário médico da presença de fatores de risco cardiovascular e exames bioquímicos. **RESULTADOS:** Dentre os 50 pacientes com DM2, 80% foi do sexo feminino. A média de idade foi de  $57,5 \pm 13,4$  anos. Com relação às comorbidades, 84% dos pacientes apresentavam hipertensão, 62% dislipidemia e 16% doenças cardiovasculares. A média do IMC foi de  $32,72 \pm 10,15$  kg/m<sup>2</sup>, sendo que 72% da população apresentaram-se acima do peso. A média da circunferência abdominal foi de  $109,01 \pm 17,94$  cm entre as mulheres e  $94,85 \pm 8,91$  cm nos homens. A média da circunferência do pescoço verificada foi  $37,19 \pm 3,57$  cm. A classificação do risco cardiometabólico avaliado pela CA, verificou-se que 66% da população apresentaram risco muito elevado para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares e 18% risco elevado. Ao analisar os indicadores de risco cardiovascular, CP e relação Cintura/Estatura, 72% e 90% dos entrevistados apresentaram risco elevado para complicações metabólicas, respectivamente. A média de glicemia de jejum ( $145,98 \pm 55,71$  mg/dL) e hemoglobina glicada ( $8,15 \pm 1,83$  %) mostrou que os pacientes encontravam-se em uma fase de descompensação da doença. As médias das demais variáveis bioquímicas foram: colesterol total ( $189,48 \pm 49,52$  mg/dL), triglicerídeos ( $168,51 \pm 87,94$  mg/dL) e LDL-c ( $112,16 \pm 42,61$  mg/dL). A média de HDL-c no sexo masculino foi de  $40,20 \pm 9,10$  mg/dL e no feminino  $43,58 \pm 10,62$  mg/dL, abaixo dos valores de referência. Ao analisar o consumo dos grupos alimentares observou-se que as medianas do consumo de cereais, hortaliças, leite e derivados, se encontraram abaixo da recomendação. Com relação à associação entre consumo e indicadores de risco cardiovascular foi encontrada uma associação positiva entre o relato de consumo de alimentos fontes de carboidratos simples e a presença de hipertensão arterial e alterações da circunferência do pescoço. **CONCLUSÃO:** As associações encontradas entre o baixo consumo dos grupos alimentares cereais, hortaliças, leites e derivados e a presença do risco cardiovascular tais como, alterações

antropométricas e alterações metabólicas apontam um risco elevado para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares.

## REFERÊNCIAS

- BERTOLUCI, M.C.; PIMAZONI-NETTO, A.; PIRES, A.C.; PESARO, A.E.; SCHAAN, B.D.; CARAMELLI, B. Diabetes and cardiovascular disease: from evidence to clinical practice—Position Statement 2014 of Brazilian Diabetes Society. **Diabetology and Metabolic Syndrome**. 2014;46-58.
- LAU, C., FERCH, K.; GLÜMER, C.; TETENS, I.; PEDERSEN, O.; CARSTENSEN, B. Dietary glycemic index, glycemic load, fiber, simple sugars, and insulin resistance. **Diabetes Care**.2005, 28(6):1397-1403.
- MANSUR, A.P.; FAVARATO, D.; SOUZA, M.F.; AVAKIAN, S.D.; ALDRIGHI, J.M.; CÉSAR, L.A. Tendência da mortalidade por doenças circulatórias no Brasil de 1979 a 1996. **Arq Bras Cardiol**. 2001;76(6):497-510. 2.
- MANSUR, A.P.; FAVARATO, D. Mortalidade por Doenças Cardiovasculares no Brasil e na Região Metropolitana de São Paulo: Atualização 2011. **Arq Bras Cardiol**. 2012; [online].ahead print, PP.0-0.
- MARINHO DE SOUZA MF, TIMERMAN A, SERRANO CV JR, SANTOS RD, DE PÁDUA MANSUR A. Tendências do risco de morte por doenças circulatórias nas cinco regiões do Brasil no período de 1979 a 1996. **Arq Bras Cardiol**. 2001;77(6):562-75.
- WILLETT, W.C.; MANSON J.; LIU, S. Glycemic index, glycemic load, and risk of type 2 diabetes. **Am. J. Clin. Nutr**.2002, 76.:274-280.

## INTERVENÇÃO NUTRICIONAL EM JUDOCAS NOS PERÍODOS DE PRÉ-COMPETIÇÃO

LOUYSE BARROS ARAUJO DE CARVALHO  
MATHEUS EDUARDO AZEVEDO CRUZ  
WELLINGTON PATRICIO DOS SANTOS JUNIOR  
TALITA KIZZY BARBOSA BARRETO (CRN5-4307)

**PALAVRAS-CHAVE:** atletas. competição. hidratação. intervenção. judocas. nutrição. períodos. treinamento.

**INTRODUÇÃO:** Em período de pré-competição, os judocas são submetidos à altas cargas de treinamento que visam obter uma constante na massa corporal já que este é um dos critérios de divisão dos atletas nas categorizações. Dessa forma a nutrição tem como objetivo intervir neste processo de evolução antropométrica no atleta. **OBJETIVO:** Entender os processos de intervenção nutricional para melhor aplicá-los nos atletas de judô nas práticas de seus treinamentos pré-competitivos. **METODOLOGIA:** O presente trabalho é uma revisão bibliográfica de estudos que abordam a evolução antropométrica e a redução de massa corporal focados em atletas do Judô que visam melhorar seu desempenho em competições. **DESENVOLVIMENTO:** Em um primeiro estudo participaram atletas do sexo masculino e feminino e em valores absolutos, notou-se a distinção entre os resultados dos gêneros. Pode-se inferir que a maioria dos judocas adota estratégias severas de perda de peso, porém estes necessitam seguir boas práticas de nutrição e hidratação e sob a orientação de um nutricionista utilizar os suplementos dietéticos somente se necessário. Minimizar práticas severas de perda de peso e consumir em percentuais adequados os macro nutrientes é de suma importância. São comuns os casos em que atletas desejam alterar seu peso corporal para atender as demandas do esporte, essas mudanças de peso devem ser graduais, em períodos anteriores aos torneios e grandes competições. Outro estudo foi realizado com atletas também de gêneros distintos que almejavam o ganho de peso e necessitavam de uma evolução na massa magra para se adequar a categorias requeridas, esses atletas apresentaram inadequações nutricionais, no entanto, foram submetidos ao acompanhamento nutricional. Após a orientação, o grupo masculino e feminino obteve como resultado o aumento da massa corporal, da massa magra, da área muscular do braço e da coxa. Esse tipo de supervisão pode ser realizado pela incorporação de energia adicional na dieta em conjunto com o aumento na duração do treinamento, para promover o desenvolvimento tecidual. **CONCLUSÃO:** Dessa forma, se conclui que os atletas em períodos competitivos realizam importantes mudanças no peso corporal, as quais trazem consigo evoluções significativas a níveis antropométricos, e a intervenção nutricional é a mais eficaz das influencias para a obtenção desses resultados.

### REFERÊNCIAS:

- FABRINI,P.et al. **Práticas de redução de massa corporal em judocas nos períodos pré-competitivos.** Universidade Federal de Viçosa,2010.
- NASCIMENTO,M. **Programa nutricional entre atletas competitivos : perfil e mudanças alimentares após aconselhamento nutricional.** Universidade Federal de Sergipe, 2015.
- BARBOSA.P. **Estado de Hidratação e rendimento de judocas submetidos a diferentes formas de reposição hídrica.** Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, São Paulo. v. 5. n. 25. p. 79-87. Janeiro/Fevereiro, 2011.
- GARCIA,H.et al. **Evolución antropométrica y electrolítica en un periodo competitivo en judokas de elite.** Departamento de ciencias de la actividad física y del deporte. Universidad de Granada,2009.

## ASSOCIAÇÃO ENTRE CIRCUNFERÊNCIA DO PESCOÇO E LIPIDEOGRAMA EM MULHERES ATENDIDAS NO AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO DO HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE SERGIPE

SUELLEN DE MELO DANTAS CRN5 7837/P;  
ADELSON ALVES DE OLIVEIRA JUNIOR CRN5 7663/P;  
MÔNICA KAROLINE BARRETO SOUZA CRN5 5902;  
FELIPE ALEXANDRE MILET DE ANDRADE ;  
MÁRCIA FERREIRA CÂNDIDO DE SOUZA CRN5 0769.  
HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE SERGIPE, ARACAJU, SERGIPE, BRASIL.  
[nutri.suellendantas@outlook.com](mailto:nutri.suellendantas@outlook.com)

**Palavras-chave:** Circunferência do pescoço, HDL-c, triglicerídeos, mulheres.

**INTRODUÇÃO** A dislipidemia é considerada fator de risco de doenças cardiovasculares. Concentrações séricas elevadas de colesterol total, LDL-colesterol e triglicerídeos, adjuntas a concentrações séricas reduzidas de HDL-colesterol, estão associadas ao risco de desenvolvimento de doença arterial coronariana. Estudos em adultos têm sugerido que a circunferência do pescoço, representante da gordura subcutânea na parte superior do organismo, apresenta associação positiva com risco cardiovasculares, tanto quanto a gordura visceral abdominal. **OBJETIVOS** Verificar a associação entre a circunferência do pescoço e lipideograma em mulheres atendidas no ambulatório de Nutrição do Hospital Universitário de Sergipe. **METODOLOGIA** Tratou-se de um estudo transversal realizado no ambulatório de Nutrição do Hospital Universitário de Sergipe com amostra constituída somente por mulheres. Para avaliação antropométrica, foram aferidos o peso, altura, circunferência abdominal, circunferência do pescoço e calculado o Índice de Massa Corporal. Os resultados dos exames laboratoriais, colesterol total, LDL-c, HDL-c, triglicerídeos e glicemia de jejum, foram coletados durante a consulta no ambulatório. Os dados foram analisados por meio do software Statistical Package for the Social Scienses (SPSS) versão 18.0 e foram descritos por média  $\pm$  desvio padrão. Para verificar a associação entre a circunferência do pescoço e HDL-c e triglicerídeos foi utilizado a correlação de Spearman. Foi solicitado que os participantes do estudo assinassem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O projeto foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe, sob o número do CAAE 32346214.8.0000.5546. **RESULTADOS** A amostra foi composta por 67 mulheres com idade média de  $49,3 \pm 15,6$  anos. Em relação aos parâmetros antropométricos, observou-se média de peso de  $83,7 \pm 26,5$  kg, média de IMC  $34,4 \pm 9,6$  kg/m<sup>2</sup>, média de circunferência abdominal de  $109,3 \pm 23,9$  cm e média de circunferência do pescoço  $36,0 \pm 5,0$  cm. Quanto à média dos parâmetros laboratoriais, foi encontrado glicemia de jejum  $103,3 \pm 37,3$  mg/dL, colesterol total  $202,5 \pm 46,9$  mg/dL, LDL-colesterol  $133,8 \pm 52,1$ , HDL-colesterol  $49,2 \pm 12,7$  mg/dL e triglicerídeos  $145 \pm 81,9$  mg/dL. Apenas o HDL-colesterol se correlacionou negativamente ( $r = -0,041$ ) e os triglicerídeos se correlacionaram positivamente ( $r = 0,01$ ) com a circunferência do pescoço. **CONCLUSÃO** Conclui-se que a circunferência do pescoço apresentou correlação negativa e positiva com HDL-colesterol e triglicerídeos, respectivamente. A circunferência do pescoço deve ser uma opção para avaliação do risco cardiovascular.

### REFERÊNCIAS

KOLANKIEWICZ, F.; GIOVELLI, F.M.; BELLINASSO, M.L. Estudo do perfil lipídico e da prevalência em adultos. **RBAC**. v. 40, n.4, p. 317-20, 2008.  
KURTOGLU, S. et al. Neck circumference as a novel parameter to determine metabolic risk factors in obese children. **Eur J Clin Invest**. n. 42, p. 623-30, 2011.

---

PEREIRA, D. C.R. et al. Circunferência do pescoço como possível marcador para síndrome metabólica em universitários. **Revista Latino Americana de Enfermagem**. v. 22, n. 6, p. 973-979, 2014.

PREIS, S.R. et al. Abdominal subcutaneous and visceral adipose tissue and insulin resistance in the Framingham heart study. **Obesity (Silver Spring)**. v. 18, n. 11, p: 2191-8, 2010.

Sociedade Brasileira de Cardiologia. V Diretriz Brasileira de Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose. **Arquivo Brasileiro de Cardiologia**. v. 101, n. 4, suplemento 1, p. 1-30, 2013.

## EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM PRÉ-ESCOLARES: EFEITO NO RECONHECIMENTO, PREFERÊNCIAS, ATITUDE E CONSUMO DE ALIMENTOS REGIONAIS

DAMARES DE JESUS ALMEIDA,  
RITA DE CÁSSIA LISBOA,  
ANDHRESSA ARAUJO FAGUNDES (CRN 6995),  
DANIELLE GÓES DA SILVA (CRN 3091)

Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Sergipe. São Cristóvão, Se, Brasil

**PALAVRAS-CHAVE:** Pré-escolares. Estudo de Intervenção. Educação Alimentar e Nutricional.

**INTRODUÇÃO:** Educação Alimentar e Nutricional (EAN) com pré-escolares é visto como um importante instrumento para a formação de hábitos alimentares saudáveis, uma vez que é nessa fase da vida onde os hábitos, gostos e preferências alimentares são iniciados e consolidados até a fase adulta. **OBJETIVO:** Avaliar o impacto de um programa de educação nutricional no reconhecimento, preferência, atitude e consumo de alimentos regionais por pré-escolares. **METODOLOGIA:** Trata-se de estudo de intervenção, realizado em duas creches filantrópicas de Aracaju. O plano intervencional foi construído a partir da Teoria Social Cognitiva, foram trabalhados 4 alimentos regionais (abóbora, macaxeira, couve e laranja) através de atividades lúdicas semanais e mensais de EAN com as crianças durante período letivo de 1 ano. Escala Hedônica facial, Observação Direta e Pesagem Direta de Alimentos foram os métodos utilizados para avaliar o reconhecimento, preferência, atitude e consumo dos alimentos pelas crianças. Foram analisados os dados de antes e depois da intervenção de 355 pré-escolares. **RESULTADOS:** Constatou-se após a intervenção, aumento significativo no reconhecimento e preferência para todos os alimentos regionais ( $p > 0,05$ ). Quanto a atitude alimentar, não houve diferença estatisticamente significativa nos dois momentos para todos os alimentos, exceto a abóbora que teve aumento da rejeição. Verificou aumento no consumo e redução do desperdício para todos os alimentos trabalhados, com maior destaque para a couve e laranja. **CONCLUSÃO:** O Programa de EAN trouxe resultados positivos, com melhora na preferência, consumo e conhecimento sobre alimentação regional com pré-escolares. Se considerarmos que o processo educativo se constrói no dia-a-dia de cada criança na creche, há motivos suficientes para insistir na proposta eleita.

**APOIO:** CNPq/MDS-SESAN, PIBIC/UFS

### REFERÊNCIAS

- Bock DF, Breitenstein L, Fischer JE. Positive impact of a pre-school-based nutritional intervention on children's fruit and vegetable intake: results of a cluster-randomized trial. *Public Health Nutr.* 2012;15:466-475.
- Vio F, Salinas J, Montenegro E, González CG, Lera L. Impact of a nutrition education intervention in teachers, preschool and basic school-age children in valparaiso region in chile. *Nutr Hosp.* 2014;29:1298-1304.
- Cunha DT, Gonçalves HVB, Lima AFA, Martins PA, Rosso VV, Stedefeldt E. Regional food dishes in the Brazilian National School Food Program: Acceptability and nutritional composition. *Rev. Nutr.* 2014;27:423-434.
- Fildes A, Jaarsveld C, Wardle J, Cooke L. Parent-Administered Exposure to Increase Children's Vegetable Acceptance: A Randomized Controlled Trial. *Journal Of The Academy Of Nutrition And Dietetics.* 2014;114:881-888.
- Schindler JM, Corbett D, Catherine A. Forestell Assessing the effect of food exposure on children's identification and acceptance of fruit and vegetables. *Eating Behaviors.* 2013;14:53-56.

---

Botelho LP, Zanirati VF, Paula, DV, Lopes, ACS, Santos LC. Promoção da alimentação saudável para escolares: aprendizados e percepções de um grupo operativo. *Nutrire Rev. Soc. Bras. Aliment. Nutr.* 2010;35:103-116.

Mikkelsen MV, Husby S, Skov LS, Perez-Cueto FJA. A systematic review of types of healthy eating interventions in preschools. *Nutrition Journal.* 2014;3:56-74.



## CONSUMO DE MACRONUTRIENTES EM PACIENTES RENAIIS

ANNA CAROLYNA RAMOS SEIXAS  
ANDREZA MELO DE ARAUJO,  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE (CRN 5 -5943),  
HUGO JOSÉ XAVIER SANTOS (CRN 5 -8232);  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 -4139).  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
e-mail: [karolynaseixas@gmail.com](mailto:karolynaseixas@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVES:** estado nutricional, insuficiência renal crônica, macronutrientes.

**INTRODUÇÃO:** Os rins são responsáveis, principalmente, por filtrar cerca de 180 litros de sangue por dia, excretando catabólitos resultantes do metabolismo da uréia, do ácido úrico e da creatinina, e, ainda fazer o equilíbrio do volume sanguíneo, de eletrólitos, da osmolaridade e o equilíbrio ácido-básico. Mas, as doenças renais, muito comum nas populações do mundo, consideradas silenciosas, de alta mortalidade e alto custo de tratamento, comprometem essas funções, o que a torna atualmente um problema de saúde pública mundial. Existe uma grande relação entre a doença e o consumo alimentar, estudos comprovam que: uma dieta hipoproteica tende a reduzir a uréia sérica e aumento da filtração glomerular, uma dieta rica em lipídio associada com a doença aumenta o risco de doença cardiovascular e que o alto consumo de carboidrato esta relacionada com a *diabetes melittus* em pacientes renais. **OBJETIVO:** Avaliar o consumo de macronutrientes de pacientes renais em hemodiálise na cidade de Aracaju-SE. **METODOLOGIA:** Foi realizado um estudo transversal com 167 pacientes em tratamento de hemodiálise – atendidos, em uma clínica de nefrologia, localizada no município de Aracaju-SE, durante os meses de março à setembro de 2015. Para análise dos macronutrientes, foram avaliados através da AMDR (*Acceptable Macronutrient Distribution Range* - Intervalo de Distribuição Aceitável de Macronutrientes) e potássio e sódio, através da AI (*Adequate Intake*). **RESULTADOS:** Foi observado que a maioria da população conseguiu atingir as recomendações de macronutrientes. Sendo que, os carboidratos (CHO) apresentaram ainda 23,95% abaixo da recomendação, onde sua AMDR é de 45%-65%. A ingestão proteína (PTN) apenas 2,39% da população consumiram abaixo do recomendado, (AMDR = 10%-35%). E o Lipídio (LIP) que obteve 9,58% dos pacientes consumiu menos que o recomendado (AMDR = 20%-35%). **CONCLUSÃO:** Várias adequações no consumo alimentar foram encontradas nesta pesquisa, indicando que os pacientes mantêm uma alimentação adequada, como é recomendado para a doença de base. O acompanhamento nutricional pode ter influenciado esta adequação. No entanto, é preciso utilizar esses dados com cautela, pois a qualidade da alimentação é de extrema importância para esses pacientes. E aumentar o consumo energético de forma desordenada, sem uma orientação pautada nas recomendações, pode afetar negativamente o estado geral do paciente.

### REFERÊNCIAS:

- SÍLVIA, PATRÍCIA SOARES ZAMBUJO. **Necessidades nutricionais para doentes com doença renal crônica: uma revisão dos últimos quatro anos.** FCNAUP - Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação. Porto, p.5-16; 2010
- BERBEL, MARIA NOGUEIRA;PINTO, MILENE PERON RODRIGUES; PONCE, DANIELE;BALBI, ANDRÉ LUÍS. **Aspectos nutricionais na lesão renal aguda.** Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina, SP, p. 604-605; 2011
- VALENZUELA, ROLANDO GUILHERMO VERMEHREN; GIFFONI, ÂNGELA GIZELI; CUPPARI, LILIAN; CANZIANI, MARIA EUGÊNIA FERNANDES **ESTADO NUTRICIONAL NUTRICIONAL DE**

---

**PACIENTES ACIENTES COM INSUFICIÊNCIA INSUFICIÊNCIA RENAL CRÔNICA CRÔNICA EM HEMODIÁLISE HEMODIÁLISE NO AMAZONAS.** Trabalho realizado na Clínica Renal de Manaus, Manaus, AM, p. 72-74; 2003.

VIANA, MÁILLA REBOUÇAS; RODRIGUEZ, TÂNIA T. **Complicações cardiovasculares e renais no diabetes mellitus.** Faculdade de Medicina da Bahia, p.290-295; 2011

SILVA, JANIARA DAVID. **Teor de energia, macronutrientes e minerais em dietas hospitalares orais prescritas a pacientes renais crônicos em tratamento conservador: estimativa de ingestão e avaliação da dieta.** Universidade Federal de Ouro Preto, p.19-33; 2014

## PERFIL NUTRICIONAL DE FUNCIONÁRIOS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E ATIVIDADE FÍSICA NO HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE SERGIPE

SUELLEN DE MELO DANTAS CRN5 7837/P;  
ADELSON ALVES DE OLIVEIRA JUNIOR CRN5 7663/P;  
MÔNICA KAROLINE BARRETO SOUZA CRN5 5902;  
MÔNICA FERREIRA BATISTA DOS SANTOS CRN5 7942/P ;  
MÁRCIA FERREIRA CÂNDIDO DE SOUZA CRN5 0769.  
HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE SERGIPE, ARACAJU, SERGIPE, BRASIL.  
nutri.suellendantas@outlook.com

**Palavras-chave:** Funcionários, estado nutricional, trabalho.

**INTRODUÇÃO** O estado nutricional é resultante do equilíbrio entre consumo alimentar e gasto energético do organismo. Muitos estudos afirmam que o estado nutricional influencia o rendimento do trabalhador, relatando que um funcionário com bom estado nutricional apresenta uma melhor produtividade e rendimento. **OBJETIVO** Avaliar o perfil nutricional de funcionários participantes de um programa de Alimentação Saudável e Atividade Física no Hospital Universitário de Sergipe. **METODOLOGIA** Tratou-se de um estudo transversal, realizado no primeiro encontro do Programa de Alimentação Saudável e Atividade Física com funcionários participantes no Hospital Universitário de Sergipe. Para avaliação antropométrica, foram utilizados o Índice de Massa Corporal (IMC), Circunferência do braço, Circunferência do pescoço e Circunferência da cintura. Os participantes responderam um protocolo que continha informações relacionadas à prática e duração de atividade física, comorbidades e tabagismo. Os dados foram analisados por meio do software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 18.0 e foram descritos por média  $\pm$  desvio padrão e percentuais. Foi solicitado que os participantes do estudo assinassem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O projeto foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa do Hospital Universitário de Sergipe, sob o número do CAAE 0218.0.107.000-11. **RESULTADOS** O perfil da população estudada constituiu-se de 81 funcionários, de ambos os sexos, com média de idade de  $38,47 \pm 7,57$  anos. Quanto as comorbidades presentes, as que mais prevaleceram foram Hipertensão Arterial Sistêmica (11,1%), Dislipidemias (9,9%) e Diabetes Mellitus (1,2%). Em relação ao tabagismo, 4,9% eram fumantes e 3,7% ex-fumantes. Foi observado que 46,9% da amostra praticavam atividade física, destes 81,3% afirmaram tempo de duração maior que 1 hora. Quanto à média dos parâmetros antropométricos, foi encontrado peso de  $73,63 \pm 13,69$ kg, IMC  $27,60 \pm 4,18$  kg/m<sup>2</sup>, Circunferência do braço  $31,35 \pm 4,64$  cm, Circunferência da cintura  $87,72 \pm 13,71$  e Circunferência do pescoço  $34,65 \pm 3,48$ cm. Estudos semelhantes encontraram resultados antropométricos próximos ao do presente estudo. **CONCLUSÃO** Conclui-se que o diagnóstico de sobrepeso apresentou relevância segundo a média do Índice de Massa Corporal. Diante disso, é de suma importância o Programa de Alimentação Saudável e Atividade Física no Hospital Universitário para auxiliar na melhora do perfil antropométrico, na redução e prevenção de doenças crônicas e conseqüentemente no rendimento e produtividade no trabalho.

### REFERÊNCIAS

- BOCLIN, K.L.S.; BLANK, N. Prevalência de sobrepeso e obesidade em trabalhadores de cozinhas dos hospitais públicos estaduais da Grande Florianópolis, Santa Catarina. **Ver. Bras. Saúde Ocup.**, p. 124-130, 2010.
- ROCHA, C. V. S. *et al.* Perfil nutricional de funcionários de hospital público do município de Picos-Piauí. **Revista interdisciplinar NOVAFAPI**, v. 5. N. 1, p. 37-41, 2012.

---

SIMON, M. I. S. S *et al.* Avaliação nutricional dos profissionais do serviço de nutrição e dietética de um hospital terciário de Porto Alegre. **Card. Saúde Colet.**, v. 22, n. 1, p. 69-74, 2014.

WIELEWSKI, D. C; CEMIN, R. N. A; LIBERALI, R. Perfil antropométrico e nutricional de colaboradores de unidade de alimentação e nutrição do interior de Santa Catarina. **Rev Bras Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v.1, n. 1, p. 39-52, 2007.

VIZZOTTO, M. N.; SPINELLI, R. B. Perfil nutricional de funcionários de uma instituição de longa permanência de um município do Norte do Rio grande do Sul. **Vivências**, v.10, n. 19, p. 104-112, 2014.

## PERFIL NUTRICIONAL DE PACIENTES ATENDIDOS NO AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO DE UM HOSPITAL UNIVERSITÁRIO

MÔNICA KAROLINE BARRETO SOUZA,  
SUELLEN DE MELO DANTAS  
NATASSYA SANTANA SANTOS FERREIRA,  
RAISSA TAYNARA COUTO LIMA,  
KAREN PRYCILIA CRUZ SANTOS  
CRN5 5902, CRN5 7837/P, CRN5 6869, CRN5 6755, CRN5 6888  
MKBSOUZA@HOTMAIL.COM

HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE SERGIPE, ARACAJU/SE, BRASIL  
**PALAVRAS-CHAVES:** Estado nutricional; gordura abdominal; doenças crônicas.

**INTRODUÇÃO:** Marcadores antropométricos para gordura abdominal, como por exemplo, a circunferência da cintura (CC) e a relação cintura-estatura (RCEst) tem sido amplamente utilizados em estudos epidemiológicos. A CC expressa a concentração, principalmente de gordura visceral, o qual caracteriza-se como importante preditor de risco para doenças crônicas não transmissíveis, principalmente para as doenças cardiovasculares (DCV) e *diabetes mellitus* (DM). Já a RCEst baseia-se no pressuposto de que para determinada estatura há um grau aceitável de gordura armazenada na porção superior do corpo. **METODOLOGIA:** Tratou-se de um estudo transversal, realizado no ambulatório de Nutrição de um Hospital Universitário, onde foram coletados dados dos prontuários de pacientes adultos, com idade entre 20 e 60 anos, de ambos os gêneros. Os dados coletados foram: clínicos (presença de hipertensão arterial sistêmica - HAS, dislipidemia, DM), antropométricos (peso, altura, CC, RCEst) e hábitos de vida (prática de atividade física, tabagismo e etilismo). O trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa sob o número do CAAE 22759113.0.0000.5546. **RESULTADOS:** A maioria dos pacientes eram do sexo feminino (82,2%), com média de idade de  $42,62 \pm 10,10$  anos, enquanto que o sexo masculino (17,8%) apresentou média de idade de  $44,23 \pm 12,10$  anos. Quanto às comorbidades, as mais presentes eram: HAS (30,8%), DM (25,3%), Infarto Agudo do Miocárdio (16,4%), câncer e DCV (15,1%) e dislipidemia (12,3%). Em relação a antropometria, a média de peso foi  $95,22 \pm 25,59$  kg e do IMC foi  $36,75 \pm 8,06$  kg/m<sup>2</sup>. De acordo com a CC, 83,7% dos pacientes estavam com risco aumentado de desenvolvimento de doenças metabólicas. E, em 95,9% da população a RCEst também estava acima do recomendado. Quanto ao estilo de vida, 24,8% dos pacientes eram fumantes e 24,7% raramente consumiam bebidas alcoólicas. Além disso, a maioria da população (58,9%) era sedentária. **CONCLUSÃO:** O perfil da população estudada mostrou que a maioria dos pacientes eram hipertensos e obesos e, conseqüentemente, estavam com risco aumentando de desenvolvimento de outras doenças metabólicas, a partir da medida da CC e da RCEst estarem acima do recomendado.

### REFERÊNCIAS

- Pitanga, FJG. Antropometria na avaliação da obesidade abdominal e risco coronariano. Rev. Bras. Cienantropom. Desempenho Hum. 2011; 13(3): 238-241.
- Sousa AFM, Nogueira JAD. Intervenções em Atividade Física e seus impactos nos fatores de risco e nas doenças crônicas não transmissíveis em adultos no Brasil. Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde. 2011; 16(3): 255-260.
- Duncan BB, Chor D, Aquino EML, Bensenor IM, Mill JG, Schmidt MI, Lotufo PA, Vigo A, Barreto SM. Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil: prioridade para enfrentamento e investigação. Rev. Saúde Pública 2012; 46(Supl):126-34.

---

Nascente FMN, Jardim PCBV, Peixoto MRG, Monego ET, Moreira HG, Vitorino PVO, Kunz W, Souza SB, Scala LN. Hipertensão Arterial e sua Correlação com alguns Fatores de Risco em Cidade Brasileira de Pequeno Porte. Arq. Bras. Cardiol. 2010; 95(4): 502-509.

Liu J, Fox CS, Hickson D, Bidulescu A, Carr J, Taylor HA. Fatty Liver, Abdominal Visceral Fat and Cardiometabolic Risk Factors: the Jackson Heart Study. Arterioscler. Thromb. Vasc. Biol. 2011; 31(11): 2715–2722.

## COMPREENSÃO DA ENFERMAGEM VISANDO ASPECTOS NUTRICIONAIS DA TERAPIA ENTERAL DO PACIENTE HOSPITALIZADO

ROSA GABRIELA SANTOS,  
CRISTIANI BRANDÃO (CRN 5 – 4697),  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 - 4139),  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN5 - 5943)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: rosaagabriela@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVES:** enfermagem, aspectos nutricionais, pacientes hospitalizados, terapia enteral.

**INTRODUÇÃO:** O cuidado nutricional de um indivíduo é essencial para a prevenção e manutenção da saúde, como também para a diminuição do tempo de internação em âmbito hospitalar. Uma equipe de saúde é primordial para a realização da assistência nutricional do paciente, como a equipe de enfermagem, cuja função é assegurar que as metas nutricionais sejam aferidas a esses pacientes. Muitas vezes a alimentação por via oral não é a mais adequada, sendo necessária a introdução da alimentação por via terapêutica enteral. Este procedimento mostra a importância do trabalho do profissional de enfermagem em assegurar que não haja falhas na assistência nutricional do paciente. **OBJETIVO:** Identificar a compreensão da equipe de enfermagem de um hospital público de Aracaju, SE, no que se refere à nutrição enteral, relacionados a recuperação e os cuidados do paciente hospitalizado. **METODOLOGIA:** Estudo transversal realizado com funcionários de enfermagem da área assistencial de um hospital de urgência de Sergipe. Utilizou-se questionários contendo perguntas sobre avaliação da percepção da nutrição em ambiente hospitalar a respeito de técnicas, condutas e conhecimento envolvidos na dieta enteral. Os dados foram analisados no Programa SPSS® e tabulados no Microsoft Excel®, os resultados foram expressos em média, desvio-padrão e percentuais. **RESULTADOS:** Participaram da pesquisa 75 funcionários de enfermagem, dentre eles: enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem de 28 a 64 anos ( $38,8 \pm 8,1$ ) de idade de ambos os sexos, sendo 12% do gênero masculino e 88% feminino. Quanto ao questionamento sobre a nutrição ser essencial para a recuperação da diarreia e da saúde no paciente hospitalizado 97,3% disseram que sim e 25,3% acreditam que a dieta seja um fator que pode interferir no trato gastrointestinal. 37,3% dos indivíduos consideraram a diarreia como principal sintoma relacionado a dieta enteral. Em relação a alimentação enteral 24% afirmaram que é possível que o paciente se recupere de distúrbios como diarreia ou constipação sem a oferta da mesma e 21,3% dos entrevistados consideraram que a prescrição de dieta contínua pelo nutricionista não é a ideal para o paciente hospitalizado. **CONCLUSÃO:** Verificou-se que os profissionais de enfermagem avaliados neste estudo apresentaram um determinado grau de desconhecimento sobre os aspectos que envolvem a terapia nutricional enteral, assim é necessário um melhor monitoramento nutricional, como também capacitação profissional, visando uma melhor recuperação do paciente e diminuição do tempo de internamento.

### REFERENCIAS

BASSOUL, Eliane; BRUNO, Paulo; KRITZ, Sônia. Nutrição e Dietética. 2ª ed. Rio de Janeiro. Editora Senac Nacional, 2008.  
BORGES, S L; PINHEIRO, B V; PACE, F H L, CHEBLI, J M F. Diarreia Nosocomial em unidade de terapia intensiva: incidência e fatores de risco. **Arquivos de Gastroenterologia**, v. 45, n. 2, p. 117-123, 2008.

---

FIGUEIREDO, LP. Complicações da Terapia Nutricional Enteral (TNE) e fatores associados em pacientes hospitalizado [dissertação de mestrado]. São Paulo: Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo; 2011.

KNOBEL, E.; OLIVEIRA, R. M. C.; CAL, R. G. R. **Nutrição Terapia Intensiva**. São Paulo: Ateneu, 2005.

MARSHALL, A P; CAHILL, N E; GRAMLICH L, MACDONALD G, ALBERDA C, HEYLAND DK. Optimizing nutrition in intensive care units: empowering critical care nurses to be effective agents of change. Acesso em 01 de maio de 2016. Disponível em: <http://ajcc.aacnjournals.org/content/21/3/186.short>.

PINOTTI, Henrique Walter. **Nutrição enteral em cirurgia**. 1 ed. São Paulo. Editora Byk,1997.



## **CORRELAÇÃO ENTRE O ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS DE OBESIDADE ABDOMINAL EM PORTADORES DE DIABETES MELLITUS TIPO 2**

KAREN PRICYLA CRUZ SANTOS (CRN/5- 6888),  
DEISE ARANHA SAMPAIO (CRN/5- 5399),  
ELENICE DE OLIVEIRA SANTOS FILHA,  
MÔNICA FERREIRA BATISTA DOS SANTOS (CRN/5- 7942/P)  
MÁRCIA FERREIRA CÂNDIDO DE SOUZA (CRN/5-0769)  
HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE SERGIPE, ARACAJU, SERGIPE, BRASIL  
karen\_nutriufs@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** diabetes mellitus tipo 2; índice de massa corporal; obesidade abdominal.

**INTRODUÇÃO:** O índice de massa corporal (IMC) é um indicador simples de estado nutricional e não distingue o peso associado à gordura corporal, por isso torna-se importante investigar a distribuição de gordura corporal por meio dos indicadores antropométricos de obesidade abdominal. A concentração excessiva de gordura na região abdominal relaciona-se com diversas disfunções metabólicas e aumenta o risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares.

**OBJETIVOS:** Avaliar a correlação entre o índice de massa corporal e os indicadores antropométricos de obesidade abdominal em portadores de diabetes mellitus tipo 2 atendidos em um ambulatório de nutrição de um Hospital Universitário de Sergipe.

**METODOLOGIA:** Estudo transversal, realizado com portadores de diabetes mellitus tipo 2 acompanhados em um ambulatório de nutrição do Hospital Universitário de Sergipe. Foi aplicado um questionário específico sobre a presença de comorbidades. Para avaliação antropométrica foram utilizadas as medidas de peso e de estatura, o cálculo do IMC e a medida da circunferência abdominal (CA). Os indicadores de obesidade abdominal utilizados no estudo foram: relação cintura estatura (RCE) e índice de conicidade (IC). Os parâmetros bioquímicos avaliados foram: colesterol total (CT), LDL-colesterol, HDL-colesterol, glicemia de jejum, glicemia pós prandial e hemoglobina glicada. Para análise dos dados, utilizou-se o programa estatístico SPSS® versão 20.0. A correlação entre o IMC e os indicadores antropométricos de obesidade abdominal foi verificada por meio do coeficiente de correlação de Pearson. Foi adotado  $p < 0,05$  como nível de significância. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética do Hospital Universitário de Sergipe, protocolo nº CAAE 45524615000005546. Os participantes que aceitaram contribuir com a pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

**RESULTADOS:** Foram avaliados 50 pacientes, sendo a maioria do sexo feminino (80%), com uma idade média de  $56,1 \pm 13,4$  anos. As comorbidades mais frequentes foram hipertensão arterial (84%), dislipidemias (62%) e cardiopatias (16%). Os resultados dos dados antropométricos da população de estudo foram: peso  $81,05 \pm 23,47$  Kg, IMC  $32,72 \pm 10,15$  Kg/m<sup>2</sup>, RCE  $0,67 \pm 0,12$  cm para ambos os sexos, IC  $1,21 \pm 0,23$  cm para homens e  $1,13 \pm 0,12$  cm para mulheres, CA  $125,31 \pm 17,42$  cm para homens e  $112,15 \pm 13,45$  cm. Os valores médios encontrados na análise bioquímica foram CT  $189,50 \pm 55,71$  mg/dL, LDL-colesterol  $112,16 \pm 42,61$  mg/dL, HDL-colesterol  $42,92 \pm 10,31$  mg/dL, glicemia de jejum  $145,98 \pm 55,71$  mg/dL, glicemia pós prandial  $189,21 \pm 94,18$  mg/dL, hemoglobina glicada  $10,51 \pm 16,10$ %. Foi observada uma correlação positiva entre IMC e RCE ( $r = 0,917$ ;  $p < 0,001$ ) e entre IMC e CA ( $r = 0,917$ ,  $p < 0,001$ ).

**CONCLUSÃO:** O estudo evidenciou que o índice de massa corporal se correlacionou positivamente com a CA e com a RCE, mas não com o IC. Os indicadores antropométricos de obesidade abdominal avaliados mostraram-se acima dos pontos de corte de referência para ambos os sexos, indicando risco elevado para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, o que reforça a necessidade de intervenção nutricional.

---

## REFERÊNCIAS

- COSTA, M. C., et al. Fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis identificados em trabalhadores atendidos em um ambulatório de nutrição. **Revista Baiana de Saúde Pública**. v.36, n.3, p.727-739, Salvador, 2012.
- GOMES E. B., et al. Fatores de risco cardiovascular em adultos jovens de um município do Nordeste brasileiro. **Revista Brasileira de Enfermagem**. v.65, n.4, p.594-600, Brasília, 2012.
- MACHADO, S., et al. Correlação entre o índice de massa corporal e indicadores antropométricos de obesidade abdominal em portadores de diabetes mellitus tipo 2. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**. v.25, n.4, p.512-520, Fortaleza, 2012.
- MEDEIROS, G. R., et al. Avaliação dos fatores de risco para doenças cardiovasculares relacionadas à obesidade abdominal. **Estudos**. v.41, n.3, p.495-505, Góias, 2014.
- OLIVEIRA, M., et al. Relação de indicadores antropométricos com fatores de risco para doença cardiovascular. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**. v.94, n.4, p.478-485, Rio de Janeiro, 2010.
- ROCHA, F. L., et al. . Correlação entre indicadores de obesidade abdominal e lipídeos séricos em idosos. **Revista da Associação Médica Brasileira**. v.59, n.1, p.48-55, São Paulo, 2013.

## PERFIL NUTRICIONAL E ESTILO DE VIDA DOS PACIENTES ATENDIDOS EM UM AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO NA CIDADE DE ARACAJU/ SE

GEIZILANE MACEDO LUZ VIEIRA ([geizinutri@gmail.com](mailto:geizinutri@gmail.com))

UNIVERSIDADE TIRADENTES; ARACAJU-SE BRASIL.

LUCILA MAGRI MILANI

UNIVERSIDADE TIRADENTES; ARACAJU-SE BRASIL.

MARIANE ALMEIDA MATOS DO NASCIMENTO

UNIVERSIDADE TIRADENTES; ARACAJU-SE BRASIL.

ORIENTADORES: ALAIDE GUILHERME DOS SANTOS (CRN 0812)

UNIVERSIDADE TIRADENTES; ARACAJU-SE BRASIL.

MÔNICA ARAÚJO ESPINHEIRA (CRN 2377)

UNIVERSIDADE TIRADENTES; ARACAJU-SE BRASIL.

**PALAVRAS-CHAVES:** Ambulatório; Estilo de vida; Perfil nutricional.

**INTRODUÇÃO:** É visível notar a influência da dieta e do estilo de vida sobre a saúde dos indivíduos. Atualmente a demanda de atendimento nutricional aumentou, principalmente pelos níveis elevados de sobrepeso e obesidade que podem ser visualizados em países de todas as regiões do mundo (TADDEI, et al, 2011). O excesso de peso é um fenômeno que afeta indivíduos de todas as idades, classes sociais e diferentes grupos étnicos (VITOLLO, 2008). O estilo de vida deve ser analisado, tendo em vista que esse é um dado fundamental para a compreensão de fatores responsáveis, por desencadear problemas alimentares e pelo agravamento de doenças crônicas. O sedentarismo, tabagismo, alta carga horária de trabalho estão intimamente relacionados ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. (BRASIL, 2005 e SCHRAMM, et al 2004). **OBJETIVO:** Verificar o perfil nutricional de pacientes adultos e idosos, bem como o estilo de vida dos pacientes atendidos no ambulatório de Nutrição do Centro de Reabilitação Ninota Garcia. **METODOLOGIA:** O estudo do tipo observacional descritivo foi desenvolvido no período de setembro de 2015 a junho de 2016, através da coleta de dados nas anamneses nutricionais utilizadas nos atendimentos. Foram verificados os dados como peso, altura, para cálculo do índice de massa corporal (IMC) e circunferência da cintura. Além disso, dados como idade, sexo, tabagismo, escolaridade, ingestão de bebida alcoólica, prática de atividade física, e objetivo da consulta. Os dados foram analisados através de média e estatística descritiva. **RESULTADOS:** Das 75 anamneses analisadas, 80% dos pacientes são do sexo feminino e 20% do masculino; O principal motivo que levou os pacientes a buscarem atendimento nutricional foi a redução de peso de 68,33% para mulheres e 53,33% para homens; predominou o consumo de álcool 40%, inatividade física 66,66%, e quantidade mínima de refeições 50% por parte do sexo masculino. Em relação ao índice de massa corporal, em ambos os grupos apresentaram excesso de peso; com maior incidência de 40% do sexo feminino. **CONCLUSÃO:** É de suma importância verificar a influência que o estilo de vida exerce sobre os indivíduos podendo causar problemas e danos à saúde, e a necessidade de uma maior abordagem a educação alimentar e nutricional, para que tenha melhor adesão e melhoria da saúde dos indivíduos.

### REFERÊNCIAS

BRASI. Ministério da Saúde. **A Vigilância, o controle e a prevenção das doenças crônicas não transmissíveis: DCNT no contexto do Sistema único de saúde brasileiro.** Brasil. Ministério da Saúde. Brasília: Organização Panamericana de Saúde; 2005.

BRASIL. Pesquisa de Orçamento Familiar 2002-2003. **Análise da Disponibilidade Domiciliar de Alimentos e do Estado Nutricional no Brasil.** Rio de Janeiro: Ministério do Planejamento

- Orçamento e Gestão Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística; 2004.
- BOOG, M. C. F. Educação nutricional em serviços públicos de saúde. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 2, p. 139-47, 1999.
- CASTRO, L. C. V. et al. Nutrição e doenças cardiovasculares: os marcadores de risco em adultos. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 17, n. 3, p. 369-377, 2004.
- FERREIRA A Vanessa, MAGALHÃES Rosana. Nutrição e promoção da saúde: perspectivas atuais. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 23(7):1674-1681, jul, 2007.
- ISOSAKI, M.; CARDOSO, E. Avaliação do estado nutricional e necessidades energéticas. In GRACIA, C. M.; VIEIRA, L. P.; FERREIRA, M. F. S. **Manual de dietoterapia e avaliação nutricional do serviço de nutrição e dietética do Instituto do Coração - HCFMUSP**. São Paulo: Atheneu, 2004. cap. 15, p. 173-89.
- JENOVESI, J.F. et al. Evolução no nível de atividade física de escolares observados pelo período de 1(um) ano. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**. Brasília, v. 12. n. 1, p. 19 - 24, jan./mar. 2004
- MENDONÇA CP, Anjos LA. Aspectos das práticas alimentares e da atividade física como determinantes do crescimento do sobrepeso/ obesidade no Brasil. **Cad. Saúde Pública**, 2004; 2013
- MONTEIRO CA, Mondini L, Costa RBL. Mudanças na composição e adequação nutricional da dieta familiar nas áreas metropolitanas do Brasil (1988-1996). **Rev. Saúde Pública**. 2000; 34:3, pag. 251-58.
- PELLANDA, L. C. Doenças cardiovasculares em crianças. **Revista da sociedade de Cardiologia do Rio Grande do Sul**, Ano XII, n. 3, p. 22-25, 2003.

## HÁBITOS ALIMENTARES E NÍVEL DE SEDENTARISMO EM CRIANÇAS EM IDADE ESCOLAR DE UMA ESCOLA PARTICULAR DO MUNICÍPIO DE ARACAJU

JOSÉ WELLINGTON GOMES SANTANA JÚNIOR  
AIRECÊ HOZANA SANTOS RAIMUNDO  
FLÁVIA REGINA FONSECA  
ALAIDE GUILHERME DOS SANTOS (CRN5-0812)  
Universidade Tiradentes, Aracaju/SE, Brasil  
[jwgsjunior@gmail.com](mailto:jwgsjunior@gmail.com)

**Palavras-Chave:** Hábitos Alimentares; Crianças em idade escolar; Obesidade; Sedentarismo.

**INTRODUÇÃO:** A alimentação inadequada e o sedentarismo na infância, além de comprometerem o estado nutricional, podem levar ao risco imediato ou em longo prazo de desenvolvimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT's), como a hipertensão, a doença arterial coronariana, as dislipidemias, a obesidade e o diabetes. A obesidade infantil tem se tornado um problema de saúde pública. **OBJETIVO:** O objetivo do estudo foi comparar dados antropométricos, nível de atividade física e hábitos alimentares em crianças em idade escolar de uma escola particular no município de Aracaju. **METODOLOGIA:** Foram avaliadas 109 crianças de 7 a 10 anos, sendo 49,54% (meninos) e 50,46% (meninas). Foram realizadas medidas de peso corporal e estatura, dos quais fora calculado o IMC. Considerou-se baixo peso IMC < 15, sobrepeso  $\geq 85$  e < 95 e obesidade, IMC  $\geq 95$ . As crianças responderam um questionário contendo perguntas ilustrativas sobre o registro alimentar de 24h, e outro de nível de atividade física. **RESULTADOS:** A prevalência de sobrepeso e obesidade fora maior em crianças do sexo masculino (48%, n= 54) em comparação com as do sexo feminino (37%, n=55). A maioria das crianças (64,62% n=109) relatou maior frequência em atividades com jogos eletrônicos e 36,70% praticam atividades físicas regularmente tais como: futebol, natação, tênis de mesa e ginástica rítmica na escola e brincadeiras de rua quando estão em casa. **CONCLUSÃO:** Obesidade, sobrepeso, hábitos alimentares não saudáveis e sedentarismo foram frequentes entre os escolares. Este fato reforça a necessidade de implantação de políticas públicas voltadas para a prevenção da obesidade, bem como a intensificação de atividades de educação alimentar e nutricional nas escolas.

### REFERÊNCIAS

- COSTA, R. F.; CINTRA, I. P.; FISBERG, M. Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares da cidade de Santos, SP. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia**, São Paulo, v. 50, n. 1, p. 60-67, 2006.
- FRISANCHO, A. R. **Anthropometric standards for the assessment of growth and nutritional status**. Ann. Arbor, Mich, University of Michigan Press, 1990.
- MIRANDA, J. M. Q.; ORNELAS, E. M.; WICHI, R. B. Obesidade infantil e fatores de risco cardiovasculares. **ComScientiae Saúde**, 2011;10(1):175-180.
- PHILIPPI, S.T. **Pirâmide dos alimentos**. Fundamentos básicos da nutrição. 1. ed. Barueri: Manole, 2008.
- SILVA, V. P.; ZUTIRA, R. C. M. Prevalência dos Fatores de Risco da Obesidade Infantil nos Centros Municipais de Educação Infantil do Município de Maringá - PR-2010. **Revista Saúde e Pesquisa**, v. 5, n. 1, p. 9-25, jan./abr. 2012 - ISSN 1983-1870.

## PERFIL DE OBESOS GRAVES CANDIDATOS A CIRURGIA BARIÁTRICA EM UM HOSPITAL PÚBLICO DE ARACAJU SERGIPE

JULIANA MENDES SIQUEIRA<sup>1</sup>,  
FABIANA MELO SOARES<sup>2</sup> (CRN:6072/5),  
MÁRCIA FERREIRA CÂNDIDO DE SOUZA<sup>2</sup> (CRN: 0769/5)

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes. Aracaju- Sergipe, Brasil.

<sup>2</sup>Hospital Universitário de Sergipe. Aracaju- Sergipe, Brasil.

juli\_ana.jere@hotmail.com

Palavras-chave: Obesidade, Cirurgia bariátrica, acompanhamento nutricional.

**Introdução** A cirurgia bariátrica é um tratamento da obesidade, que tem como finalidade a perda de ponderal, redução das comorbidades relacionadas e conseqüentemente a melhora na qualidade de vida (COSTA, 2009; SANTOS et al., 2015; MAGNO et al., 2014; SANTOS et al., 2014; SANTOS et al., 2015). **Objetivo** Analisar o perfil dos obesos graves candidatos a cirurgia bariátrica de um ambulatório de nutrição em um hospital público de Aracaju-SE. **Metodologia** Trata-se de um estudo transversal, em pacientes obesos graves em acompanhamento nutricional no pré-operatório da cirurgia bariátrica no ambulatório de Nutrição do Hospital Universitário-Se. Foram coletados dados antropométricos e dietéticos obtida através do Recordatório 24 horas. As análises estatísticas descritivas foram realizadas utilizando o Statistical Package for the Social Science, SPSS versão 15.0 para Windows. A pesquisa foi previamente aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe (CEP/UFS, sob registro do CAAE Nº 0065.0.107.000-11). **Resultados** Participaram 55 pacientes ambos os sexos. As comorbidades que frequentes foram hipertensão arterial sistêmica 81,8% para homens e 18,2% mulheres, esteatose hepática 34,5% para homens e 65,5% para mulheres, dislipidemia 34,5% homens e 65,5% mulheres, Diabetes Mellitus 58,2% homens e 41,8% mulheres. As médias do Índice de Massa Corporal feminina foi  $43,3 \pm 7,6$  kg/m<sup>2</sup> e masculina  $50,0 \pm 7,9$  kg/m<sup>2</sup>, e da circunferência da cintura feminina foi  $130 \pm 13,7$  cm e masculina  $24,45 \pm 23,02$  cm. O consumo de porções alimentares no grupo das carnes e ovos foi  $3,90 \pm 1,28$  homens e mulheres  $3,17 \pm 1,80$ . Consumo de açúcares e doces homens  $3,11 \pm 1,36$  e mulheres  $3,40 \pm 1,78$ . As hortaliças tiveram um baixo consumo de  $1,77 \pm 1,30$  homens e  $2,57 \pm 1,26$  porções para as mulheres. **Conclusão** Verifica-se que os pacientes ainda apresentam hábitos alimentares errôneos com elevado consumo de açúcares e doce, e baixo consumo de hortaliças.

### Refêrencias

COSTA, A.C.C; IVO, M.L; CANTERO, W.B; TOGNINI, J.R.F. Obesidade em pacientes candidatos a cirurgia bariátrica. Acta paul. enferm., São Paulo, v.22, n.1. Jan./Feb., 2009.

MAGNO, F. et al. Perfil nutricional de pacientes em programa multidisciplinar de tratamento da obesidade grave e em pré-operatório de cirurgia bariátrica. ABCD, arq. bras. cir. dig., São Paulo , v. 27, supl. 1, p. 31-34, 2014.

SANTOS, T.D.; BURGOS, M. G., LEMOS, M.D.; CABRAL, P.C. Aspectos clínicos e nutricionais em mulheres obesas durante o primeiro ano após bypass gástrico em y-de-roux. ABCD Arq Bras Cir Dig., n.28, Supl.1, p.56-60, 2015.

SANTOS, H.D.; LIMA, J.M.A.; DE SOUZA, M.F.C. Estudo comparativo da evolução nutricional de pacientes candidatos a cirurgia bariátrica assistidos pelo sistema único de saúde e pela rede suplementar de saúde. Ciência & Saúde Coletiva., v.19, n.5,p.1359-1365, 2014.

STUMPF, M.A.M. et al. Análise da tolerância alimentar em pacientes submetidos a cirurgia bariátrica através do questionário quality of alimentation. ABCD Arq Bras Cir Dig., n.28, Sup.1, p.79-83, 2015.

## **AVALIAÇÃO NUTRICIONAL EM PACIENTES INFECTADOS PELO VÍRUS DA IMUNODEFICIÊNCIA ADQUIRIDA**

GRACE MANUELA AGOSTINHO SANTOS (CRN 5 8151/P),  
MÔNICA FERREIRA BATISTA DOS SANTOS (CRN 5 7942/P),  
MARCIA FERREIRA CÂNDIDO DE SAUZA (CRN 0769),  
PAULA GUIMARÃES DE CARVALHO

Hospital Universitário- Universidade Federal de Sergipe/São Cristovão, Sergipe, Brasil.  
e-mail: gracemanuela@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVES:** Avaliação nutricional; HIV; Paciente hospitalizado.

**Introdução:** Pacientes com o vírus da imunidade adquirida frequentemente apresentam deficiência energética- proteico o que acarreta em desnutrição. O estado nutricional do paciente tem implicações diretas sobre a doença que o afeta. Logo, o tempo de internações e os riscos de complicações e mortalidades são maiores naqueles com diagnósticos nutricionais de desnutrição. É de fundamental importância a realização das avaliações nutricionais de forma precoce, com o objetivo diminuir os agravos decorrentes do estado nutricional. **Objetivo:** Avaliar o estado nutricional de pacientes infectados pelos vírus da imunidade adquirida internados em um hospital universitário **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal, no qual foram avaliados 68 pacientes internados no hospital Universitário de Sergipe. Para avaliação do estado nutricional foram aferidas medidas da circunferência do braço (CB), peso e altura para cálculo do índice de massa corpórea (IMC), que foi classificado de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) e para avaliação clínica do estado nutricional foi realizada em dois momentos avaliação subjetiva global (ASG), a primeira na internação imediata e a segunda no momento da alta hospitalar. **Resultados:** Ao avaliar o estado nutricional dos pacientes que compuseram a amostra deste estudo, verificou-se que a maioria apresentava-se em eutrofia, com média de IMC de  $20,69 \pm 3,59$  e uma maior prevalência de homens (76,6%) com idade de  $41,25 \pm 7,8$  anos, já a circunferência do braço foi de  $29,84 \pm 3,6$  considerado com desnutrição leve segundo Frisancho. A avaliação subjetiva global coletada nas primeiras horas de internação mostrou que 70,6% dos pacientes entrevistados encontravam-se moderadamente desnutridos e 17,6% gravemente desnutridos, após as intervenções nutricionais no período da internação ocorrem melhoras no estado nutricional de acordo com avaliação no momento de alta hospitalar, onde 35,5% dos pacientes apresentaram-se com desnutrição moderada e 52,9% bem nutridos, segundo a avaliação subjetiva global. **Conclusão:** Recomenda-se que todos pacientes infectados pelo vírus HIV passem por uma triagem nutricional, o que contribui para uma intervenção dietoterapêutica apropriada de forma precoce, pois influencia no prognóstico nutricional, visto que a desnutrição é um dos fatores que interfere no tempo de internação aumentando o risco de complicações e de mortalidade.

### **REFERÊNCIAS**

- SILVA, M.C.G.L.; BARROS, A.J.D. Avaliação nutricional subjetiva: Parte 2 - Revisão de suas adaptações e utilizações nas diversas especialidades clínicas. **ARQ. GASTROENTEROL.** vol.39 no.4 São Paulo Oct./Dec. 2002
- BARBOSA, R. M. R.; FORNÉS, N. S. Avaliação nutricional em pacientes infectados pelo Vírus da Imunodeficiência Adquirida. **REV. NUTRIÇÃO.** vol.16 no.4 Campinas Oct./Dec. 2003

---

PERRUT, J. F.; SANTOS, E. P.; OLIVEIRA, B. R.; et al. Risco nutricional e sua associação com o tempo e desfecho da internação de pacientes com aids em um hospital de referência em infectologia de belo horizonte. **REVISTA ESPAÇO PARA A SAÚDE**, Londrina v. 15 n. 1 p. 57-65 abr. 2014

SILVA, E. F. R.; LEWI, D. S.; et al. Estado nutricional, clínico e padrão alimentar de pessoas vivendo com HIV/Aids em assistência ambulatorial no município de São Paulo. **REVISTA BRASILEIRA DE EPIDEMIOLOGIA**, v.13, n.4, p.677-688, 2010

CURTI, M. L. R.; ALMEIDA, L. B.; JAIME, P. C. Evolução de parâmetros antropométricos em portadores do vírus da Imunodeficiência Humana ou com Síndrome da Imunodeficiência Adquirida: um estudo prospectivo. **REVISTA DE NUTRIÇÃO**, v.23, n.1, p.57-64, 2010



## ELABORAÇÃO E ANÁLISE SENSORIAL DE BALA TIPO JUJUBA VISANDO O APROVEITAMENTO TOTAL DE ACEROLA (*Malpighia glabra*)

Tacila Rayane Jericó Santos<sup>1\*</sup>,  
Maciele da Cruz Tavares<sup>1</sup>,  
Emanuela Monteiro Coelho<sup>2</sup>,

<sup>1\*</sup>Graduanda em Nutrição. Universidade Tiradentes - UNIT. Tecnóloga de Alimentos. Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sertão Pernambucano - IF SERTÃO-PE. Petrolina, Pernambuco, Brasil. E-mail: tacilarayane@hotmail.com.

<sup>2</sup>Docente. Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sertão Pernambucano - IF SERTÃO-PE. Petrolina, Pernambuco, Brasil.

**Palavras-chave:** Acerola, aproveitamento total de frutas, aproveitamento de resíduos, bala, análise sensorial.

**INTRODUÇÃO:** O Brasil é um dos maiores produtores de frutas do mundo (COSTA et al., 2007). A acerola é uma fruta muito apreciada por seu alto teor de vitamina C, além de ser fonte de carotenoides e antocianinas, sendo industrializada na forma de polpa congelada e processamento de suco (MAIA et al., 2007). A crescente preocupação com os impactos ambientais e o elevado índice de desperdício causado pelas indústrias de alimentos tem levado a busca de alternativas viáveis de aproveitamento dos seus resíduos (GARMUS et al., 2009). A quase totalidade desses resíduos é constituída pelas cascas e sementes da fruta e representam um problema tecnológico de grandes proporções para a indústria de alimentos (AQUINO et al., 2010). A transformação dos resíduos agroindústrias pode ser um processo viabilizador e propulsor (SANCHO et al., 2009).

**OBJETIVO:** Elaborar e avaliar as características sensoriais de balas tipo jujuba visando o aproveitamento total de acerola (*Malpighia glabra*). **METODOLOGIA:** O presente trabalho foi realizado no Laboratório de Processamento de Frutas e Hortaliças do Instituto Federal de Educação, Ciências e Tecnologia do Sertão Pernambucano, Campus Petrolina, Petrolina-PE. Inicialmente foi feita uma seleção das acerolas. O material selecionado foi imerso em solução clorada à 50ppm/15minutos. Os ingredientes utilizados foram 2kg de acerolas, 850 g de açúcar e 100 mL de água. Posteriormente, foi realizado o cozimento das acerolas durante um período de 20min. Após a etapa anterior foi triturada em um liquidificador durante 3min e devolvida ao fogo com 350g de açúcar. O restante do açúcar foi adicionado aos poucos até a mistura soltar da panela. Esse procedimento teve duração de 45min. Para o resfriamento, a mistura foi colocada numa bandeja durante 20min. E depois foi dada forma de jujuba, a qual foi coberta por açúcar cristalizado. A análise sensorial foi realizada no pátio do IF-SERTÃO-PE no total de 50 provadores não treinados com idades entre 16 e 50 anos. Para avaliação, foram distribuídas fichas de escala hedônica com os seguintes parâmetros: gostei, gostei muito, desgostei, desgostei muito, nem gostei nem desgostei (MINIM, 2006). **RESULTADOS:** A aprovação do público com a bala desenvolvida foi satisfatória, obtendo-se o resultado de mais de 70% de aprovação. Todavia, devido à ausência de gelatina na formulação, o atributo firmeza não foi tão apreciado. Foi comentado pelos provadores a falta de uma consistência firme, característica da jujuba. Os resultados deste trabalho contribuíram no desenvolvimento do produto. Pode-se perceber que existem consumidores que estão mudando seus pensamentos buscando uma alimentação diferenciada e acima de tudo pensando na utilização total de uma fruta. **CONCLUSÃO:** A bala desenvolvida com a acerola resultou em um produto que superou as expectativas iniciais em grande parte de seus atributos. Todas as médias obtidas através da análise sensorial foram plenamente satisfatórias, sendo que o único atributo que teve diferença foi a firmeza. Portanto, o desenvolvimento da bala tipo jujuba é

uma alternativa de utilização de resíduos para as indústrias, contribuindo assim para agregação de valor desta fruta.

## REFERENCIAS

- AQUINO, A.C.M.S.; LEÃO, K.M.M. Obtenção e caracterização físico-química da farinha de resíduos do processamento de polpa de acerola. **Revista Instituto Adolfo Lutz**, v. 69, n. 3, p. 379-386, 2010.
- COSTA, J. M. C.; FELIPE, E. M. F.; MAIA, G. A.; BRASIL, I. M.; HERNANDEZ, F. F. H. Comparação dos parâmetros físico-químicos de pós alimentícios obtidos de resíduos de abacaxi. **RCA**, v. 38, n. 2, p. 228-32, 2007.
- GARMUS, T. T.; BEZERRA, J. R. M. V.; RIGO, M.; CÓRDOVA, K. R. V. Elaboração de biscoitos com adição de farinha de casca de batata (*Solanum tuberosum* L.). **RBTA**, v. 3, n. 2, p. 56-65, 2009.
- MAIA, G. A.; SOUSA, P. H. M.; SANTOS, G. M.; SILVA, D. S.; FERNANDES, A. G.; PRADO, G. M. Efeito do processamento sobre componentes do suco de acerola. **Revista Ciência e Tecnologia de Alimentos**, v. 27, n. 1, p. 130-134, 2007.
- MINIM, V.P.R. **Análise Sensorial estudos com consumidores**. Viçosa: Editora UFV, 2006, 225p.
- SANCHO, S. O.; SILVA, M. G. V.; RODRIGUES, S.; MACIEL, T. C. Parâmetros físico-químicos dos resíduos desidratados de acerola (*Malpighia glabra* L.), abacaxi (*Ananas comosus* L. mer.) manga (*Mangifera indica* L.) e sapoti (*Achras sapota* L. mer). In: XI ENPPG, XI ENICIT, III SIMPIT – IFCE 2009. Disponível em: <[www.intv.ifce.edu.br/eventos2009/viewpaper.php?id=535&cf=2](http://www.intv.ifce.edu.br/eventos2009/viewpaper.php?id=535&cf=2)>. Acesso em: 17 de jan. 2010.

## ESTRATÉGIAS DE PERDA DE PESO ENTRE ATLETAS DE *JIU-JITSU*

RENATA COSTA MATOS (CRN5 6842)  
MARINA MENEZES DE ALMEIDA (CRN5 9264/P)  
DAYANNE DA COSTA (CRN1 11713)  
RAQUEL SIMÕES MENDES NETTO (CRN5 2158)

Universidade Federal de Sergipe - Avenida Marechal Rondon, s/n, Jardim Rosa Elze, São Cristóvão, Sergipe.

renata.cmatos@hotmail.com

**Palavras-chave:** jiu-jitsu; métodos; perda de peso.

**INTRODUÇÃO:** O *jiujitsu* é uma modalidade esportiva que vem ganhando destaque e torna-se cada vez mais popular<sup>1</sup>. Assim como outros tipos de luta, o *jiujitsu* é subdividido de acordo com a graduação e a massa corporal<sup>2</sup>. Muitos atletas optam pela redução ponderal na tentativa de competir com atletas menores e mais fracos, utilizando estratégias rápidas como: restrição calórica, restrição hídrica e desidratação<sup>3</sup>. Essas estratégias são praticadas por indivíduos de diferentes faixas etárias e categorias<sup>4</sup>, sendo que acredita-se que os atletas de categorias mais pesadas as realizem com maior frequência, devido a uma maior preocupação com a massa corporal. Contudo, os dados acerca dos métodos mais utilizados por atletas de *jiujitsu* foram pouco abordados na literatura. **OBJETIVO:** Avaliar a prevalência da utilização de métodos para a perda de peso e as estratégias mais frequentemente utilizadas pelos atletas federados do município de Aracaju, de acordo com a categoria de peso. **METODOLOGIA:** O estudo foi realizado com 35 indivíduos do sexo masculino de sete centros de treinamento do município de Aracaju. Todos tinham 18 anos ou mais, possuíam como graduação mínima a faixa azul, praticavam de 1,5 a 2h de treino por dia e de 4 a 5 vezes por semana. Os atletas foram contatados em seu local de treino e lá responderam a uma anamnese sobre nutrição e saúde e a um questionário validado sobre estratégias de perda de peso<sup>5</sup>. Para análise estatística foi utilizado o software SPSS, versão 20. Os indivíduos foram divididos em dois grupos de acordo com a massa corporal, sendo que o grupo 1 contemplava os indivíduos com peso até 82,3kg (pluma, pena, leve e médio) e o grupo 2 era composto por indivíduos de categorias acima de 82,3kg (meio pesado, pesado, superpesado e pesadíssimo). Para comparação entre grupos foi utilizado o teste *t de student* ( $p \leq 0,05$ ). **RESULTADOS:** Os resultados referem-se a 35 atletas de *jiu-jitsu* em nível competitivo. Os atletas possuíam média de idade de  $25 \pm 4,7$  anos. Os indivíduos do grupo 2 apresentavam maior peso (100,4 kg) e percentual de gordura (23,4%) quando comparados ao grupo 1 (respectivamente 76,1 kg e 16,4%). Dos 35 indivíduos, 21 (60%) afirmaram já ter perdido peso para competir. A maioria dos atletas que praticavam estratégias de perda de peso (66,7%) estavam em categorias mais leves. Os métodos mais realizados foram a redução de doces e gorduras (66,7%), pular refeições (47,7%) e fazer mais exercícios que o habitual (65,0%). Já os métodos menos realizados foram a utilização de laxantes e de diuréticos. Na comparação entre o grupo 1 e o grupo 2, não foram identificadas diferenças estatísticas. **CONCLUSÃO:** Observou-se que as estratégias mais adotadas estavam relacionadas à redução da ingestão alimentar e à prática de exercícios. Não foram identificadas diferenças entre os grupos para nenhuma estratégia.

## REFERÊNCIAS

AGRICOLLA, N. P. A.; GUILLO, L. A. Acute Hematological Changes in Jiu Jitsu Athletes, *American Journal of Sports Science and Medicine*, v. 3, n. 4, p. 70-76, 2015.

---

SÁ, C.A.G.; BENNEMANN, G.D.; SILVA, C.C.; FERREIRA, A.J.C. Consumo Alimentar, Ingestão Hídrica e uso de Suplementos Protéicos por Atletas de jiu-jitsu. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 9, n. 53, 2015.

Artioli, G.G.; Franchini, E.; Lancha Junior, A.H. Perda de Peso em Esportes de Combate de Domínio: Revisão e Recomendações Aplicadas. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v.8, n.2, 2006.

Pettersson, S.; Ekstroöm, P.M.; Berg, C.M. The food and weight combat. A problematic fight for the elite combat sports athlete. **Appetite**, v.59, n.2, 2012.

ARTIOLI, G.G.; SCAGLIUSI, F.B.; POLACOW, V.O.; GUALANO, B.; LANCHA JUNIOR, A.H. Magnitude e métodos de perda rápida de peso em judocas de elite. **Revista de Nutrição**, v. 20, n. 3, p. 307-315, 2007.

**SUPLEMENTAÇÃO COM CASTANHA-DO-BRASIL (*Bertholletia excelsa* H.B.K.) MELHORA STATUS DE SELÊNIO SEM ALTERAR A ATIVIDADE DA GPX EM PACIENTES COM DIABETES TIPO 1 NA PRESENÇA DO SNP PRO198LEU NO GENE DA GPX1**

LILIANE VIANA PIRES<sup>1, 2</sup> (CRN: 8056);  
LEILA LEIKO HASHIMOTO<sup>2</sup>;  
LUCIANE LUCA DE ALENCAR<sup>2</sup>;  
VERÔNICA DA SILVA BANDEIRA<sup>2</sup>;  
SILVIA MARIA FRANCISCATO COZZOLINO<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Departamento de Nutrição, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Brasil. <sup>2</sup> Departamento de Alimentos e Nutrição Experimental, Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Universidade de São Paulo, São Paulo, Brasil.

E-mail: lvianapires@gmail.com

**Palavras-chave:** Selênio; Polimorfismo genético; Diabetes *mellitus* tipo 1; Glutathione peroxidase.

**INTRODUÇÃO:** Estudos com abordagem nutrigenética sugerem que alterações nos genes das selenoproteínas, como a glutathione peroxidase (GPx), podem influenciar no aproveitamento do selênio dietético, podendo variar de um indivíduo para outro (FERGUSON; KARUNASINGHE, 2011; MÉPLAN, 2011; HESKETH, 2008). O primeiro polimorfismo de nucleotídeo único (SNP) identificado nos genes das glutathione peroxidases foi o Pro198Leu, o qual possui uma variação da base citosina, que codifica prolina, por timina (C>T), que codifica leucina, na região codificadora para a proteína no gene da GPx1 (rs1050450) (MOSCOW *et al.*, 1992). Associado a isso, tem-se buscado esse entendimento nas doenças crônicas, dentre elas, a diabetes *mellitus*, visto que a presença de polimorfismos nos genes que codificam a GPx pode influenciar no sistema de defesa antioxidante. **OBJETIVO:** Avaliar a influência do SNP Pro198Leu no gene da GPx1 no status de selênio e atividade da GPx de pacientes com diabetes tipo 1 (DM1), após a suplementação com castanha-do-brasil. **METODOLOGIA:** Estudo longitudinal, no qual foram avaliados 35 pacientes com DM1, idade entre 10 e 25 anos, que receberam suplementação com 290 µg/selênio/dia por meio da ingestão de castanha-do-brasil, durante 60 dias. A avaliação do *status* de selênio foi realizada por meio das concentrações de selênio no plasma e eritrócitos pelo método de Espectrofotometria de Absorção Atômica por Geração de Hidretos Acoplada à Cella de Quartzo (HAO *et al.*, 1996). A atividade da GPx no sangue total foi determinada pelo consumo de NADPH nas amostras, com auxílio de kit comercial (Ransel, Randox®). A genotipagem do SNP no gene da GPx1 (rs1050450) foi realizada pelo sistema *TaqMan SNP Genotyping Assays*. Os resultados foram agrupados de acordo com a presença de alelos polimórficos (CT e TT, n=15) e alelo selvagem (CC, n=20). A comparação foi feita por meio do teste T de *Student* com nível de significância de 95%. **RESULTADOS:** Em relação ao *status* de selênio, houve aumento significativo na concentração de selênio no plasma e eritrócitos após a intervenção (p<0,05), sem diferença entre os genótipos. A suplementação aumentou a atividade da GPx no grupo de pacientes com alelo selvagem (CC: *basal*: 36,51 ± 8,18 U/g Hb; *após suplementação*: 43,02 ± 13,91 U/g Hb, p<0,05). Alterações não foram observadas no grupo com alelos polimórficos (CT e TT). **CONCLUSÃO:** A suplementação com castanha-do-brasil melhorou o *status* de selênio, independente do genótipo. A presença do alelo polimórfico influenciou no aumento da atividade da GPx após a suplementação. Isto demonstra que o aproveitamento do selênio dietético está relacionado ao genótipo.

**REFERÊNCIAS:**

FERGUSON, L.; KARUNASINGHE, L. R. Nutrigenetics, nutrigenomics, and selenium. **Frontiers in Genetic**, v. 2, n. 15, 2011. doi: 10.3389/fgene.2011.00015

- 
- HAO, D. Q.; XIE, G. H.; ZHANG, Y. M.; TIAN, G. J. Determination of serum selenium by hydride generation flame atomic absorption spectrometry. **Talanta**, v. 43, p. 595-600, 1996.
- HESKETH, J. Nutrigenomics and selenium: gene expression patterns, physiological targets, and genetics. **Annual Review of Nutrition**, v. 28, p. 157-177, 2008.
- MÉPLAN, C. Trace elements and ageing, a genomic perspective using selenium as an example. **Journal Trace Element Medicine Biology**, v. 25, Suppl. 1, p. S11-S16, 2011.
- MOSCOW, J.A.; MORROW, C.S.; HE, R.; MULLENBACH, G.T.; COWAN, K.H. Structure and function of the 5-flanking sequence of the human cytosolic selenium-dependent glutathione peroxidase gene (hgp1). **Journal of Biological Chemistry**, v. 67, p. 5949-58, 1992.

## PERFIL NUTRICIONAL DE PACIENTES HOSPITALIZADOS

JANETTE KELLE SILVA DE ALMEIDA (UNIT/Aracaju/Sergipe/Brasil; e-mail: KELLINHA\_94@hotmail.com);  
DEYSE MIRELLE SOUZA SANTOS (UNIT/Aracaju/Sergipe/Brasil);  
TACIANE SILVEIRA PASSOS (UNIT/Aracaju/Sergipe/Brasil);  
LUCIANA SANTOS CARIRI (UNIT/Aracaju/Sergipe/Brasil);  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 54139; UNIT/Aracaju/Sergipe/Brasil).  
**PALAVRAS-CHAVE:** Antropometria; Avaliação; Índice de Massa Corpórea

**INTRODUÇÃO:** A antropometria, definida como a ciência que estuda os caracteres mensuráveis do corpo humano. As medidas antropométricas têm passado por um processo de transformação a nível global para um melhor entendimento do processo de crescimento e desenvolvimento do corpo humano, sendo um método importante para avaliação do estado nutricional de indivíduos e populações. A avaliação das características antropométricas e do estado nutricional, assim como a investigação dos hábitos alimentares, é uma ferramenta extremamente importante para propor estratégias de controle das doenças relacionadas ao acúmulo de gordura ou a baixa quantidade de peso. **OBJETIVOS:** Avaliar o estado nutricional dos pacientes internados em um hospital de urgências de Sergipe. **Metodologia:** Foi realizada uma pesquisa de campo, exploratória, descritiva com abordagem quantitativa. O local da pesquisa foi um Hospital de Urgências de Sergipe, localizado em Aracaju/Se, no qual foi avaliado 149 pacientes hospitalizados, com idades entre 18 a 60 anos. Foi realizada as medidas de peso e altura, para se obter o IMC (índice de massa corporal), que é calculado  $\text{Peso} \times \text{altura}^2$ , o IMC ideal é entre 18,5 até 24,99. Para a medição da circunferência do braço (CB) foi necessário que o paciente ficasse com o braço em um ângulo de 90° para se obter o ponto médio que é entre o acrômio e olecrano. A prega cutânea tricipital (PCT) foi realizada com o auxílio do adipometro e a circunferência muscular do braço (CMB) obtida a partir das medidas da CB e PCT. Para análise dos dados foi utilizado diferenças de médias entre grupos através do testes t-Student. As medidas de associação entre variáveis categóricas foram analisadas mediante o teste Qui-Quadrado de Pearson. O intervalo de confiança adotado foi de 95% e o critério de significância estatística foi o valor de p bicaudal  $< 0,05$ . **RESULTADOS:** 149 pacientes avaliados estavam com o IMC o índice de massa corporal eutrófico, eram (43,6%). A circunferência do braços estavam com (61,1%) com desnutrição leve. Pela circunferência muscular do braço (57,7%) também estavam desnutridos e as PCT (prega cutânea tricipital) estavam (55%) Eutroficos. **CONCLUSÃO:** Com o presente estudo conclui-se que os pacientes mesmo estando internados e com o IMC e a PCT eutrófico eles têm riscos de algumas doenças, pois os dados antropométricos (CB e CMB) mostraram um alto nível de pacientes desnutridos.

### Referências :

- BOTTONI, A.; HASSAN, D. Z.; NACARATO, A.; GARNES, S.A.; BOTTONI, A. Porque se preocupar com a desnutrição hospitalar?: revisão de literatura. J Health Sci Inst, São Paulo, n.32,v.3, p:314-7, São Paulo, 2014.
- SILVA,D.A; Santos,P.,A; NETO, C.S.P; VIEIRA,F.S; PETROSKI,E.L;O antropometrista na busca de dados mais confiáveis, Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum 2011.
- STEINER,M. L; AZEVEDO,L. H; BONACORDI,C.L; BARROS, A.Z.;STRUFALDI,R; FERNANDES, C. E.; Avaliação de consumo alimentar, medidas antropométricas e tempo de menopausa de mulheres na pós-menopausa; Rev Bras Ginecol Obstet. 2015; 37(1):16-23
- MONTARROYOS, E.C. L.; COSTA, K.R.L; FORTES,C. R. Antropometria e sua importância na avaliação do estado nutricional de crianças escolares.Com CiênciasSaúde.2013

---

MENDES, W. A. A; CARMIN, S. E. M; PINHO, S. E. M; SILVA, A. C. M; MACHADO, L. M. M; ARAÚJO, M. S; Relação de Variáveis Antropométricas com os Perfis Pressórico e Lipídico em Adultos Portadores de Doenças Crônicas Não Transmissíveis; Faculdade de Nutrição, Instituto de Ciências da Saúde - Universidade Federal do Pará (UFPA) - Belém, PA – Brasil. 2012



## CARACTERIZAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL EM PACIENTES ATENDIDOS EM UM AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO

TICIANE CLAIR REMACRE MUNARETO LIMA (CRN 5 6661);  
LARISSA MARINA SANTANA MENDONÇA DE OLIVEIRA (CRN 5 6661);  
REBECA ROCHA DE ALMEIDA (CRN 5 5875);  
LARISSA COSTA MONTEIRO (CRN 5 6631);  
MÁRCIA FERREIRA CÂNDIDO DE SOUZA (CRN 5 0769).  
Hospital Universitário de Sergipe- HU/UFS, Aracaju, Sergipe, Brasil.

[ticiane.nutricionista@gmail.com](mailto:ticiane.nutricionista@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVES:** Antropometria; Sobrepeso; Obesidade

**INTRODUÇÃO:** Nos últimos anos houve um aumento da procura por orientação alimentar, a dietoterapia e o acompanhamento nutricional são indispensáveis na prevenção da obesidade e suas complicações. Dessa forma, a identificação do estado nutricional dos pacientes que frequentam determinado serviço de saúde permite direcionar meios de prevenção e tratamentos para os diferentes grupos etários e verificar os principais indicadores antropométricos alterados. **OBJETIVOS:** Caracterizar o estado nutricional em pacientes atendidos em um ambulatório de nutrição. **METODOLOGIA:** Estudo transversal com pacientes adultos, de ambos os gêneros. Os dados de identificação (nome, idade e sexo) e antropométricos (circunferência do pescoço (CP), circunferência abdominal (CA), peso corporal (kg) e altura (m) e IMC (kg/m<sup>2</sup>)) foram coletados através de formulários utilizados pelo serviço. O estado nutricional foi estabelecido pelo IMC de acordo com os pontos de corte estabelecidos pela OMS. A CA e CP foram classificadas: CA ≥ 94 cm para homens e CA ≥ 80 cm para mulheres e CP ≥ 37 cm para homens e CP ≥ 34 cm para mulheres, valores de referência para o risco cardiovascular. Para a análise dos dados utilizou-se programa R Core Team 2016, para comparação das médias foi utilizado o Teste de Mann-Whitney. Nº CAAE: 32346214.8.0000.5546. **RESULTADOS:** A amostra foi composta por 323 pacientes, sendo a maioria (81%) do gênero feminino, com média de idade de 40,9 ± 10,79 anos. Em relação ao estado nutricional pelo IMC homens e mulheres apresentaram os seguintes valores respectivamente: 4,8% e 3,4% eram desnutridos, 17,7% e 7,3% eutrofos, 25,8% e 21,5% sobrepeso, 21% e 27,6% Obesidade grau I, 4,8% e 19,5% Obesidade grau II, 25,8% e 20,7% Obesidade grau III. Com destaque para a alta prevalência de obesidade grau I no sexo feminino. Os valores médios (±DP) de peso corporal, estatura, IMC, CA e CP para o gênero masculino e feminino, respectivamente, foram de: 95,49 kg (± 34,58) e 86,74 kg (± 24,36); 1,7m (± 0,08) e 1,58 m (± 0,06); 32,87 kg/m<sup>2</sup> (± 10,89) e 34,73 kg/m<sup>2</sup> (± 9,56); 109,3cm (± 24,87) e 105,39cm (± 19,12); 40,62cm (± 4,86) e 36,52cm (± 3,77). A estatura e a CP foram significativamente maiores nos indivíduos do sexo masculino (p<0001 para ambos). **CONCLUSÃO:** Verifica-se que a maioria dos participante apresentam excesso de peso e risco cardiovascular elevado, resultados também observados em toda a população brasileira, onde o excesso de peso constitui característica importante para as mudanças de hábitos alimentares e mostra cada vez mais a importância do ambulatório de nutrição como base para ações de prevenção e intervenção.

### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

DANDOLINI, S.R.; DOUMID, B.T.A.; GUIMARÃES, C. J.; DEMOLINER, F.; RIBEIRO, B. S.; FAGUNDES, C.L.; BANDEIRA, AG. NUNES, M.A. Perfil e evolução do estado nutricional de pacientes que frequentam um ambulatório de nutrição do Sul do Brasil. **Nutr. clín. diet. Hosp.**, v. 35, n. 3, p. 74-82, 2015.

---

MARQUES, I.V.; BISPO, T.F.O.; PEREIRA, L.M.R. Perfil de clientes atendidos no ambulatório de nutrição de Teresina-PI. **Revista Interdisciplinar NOVAFAPI**, v.5, n.1, p.26-29, 2012.

Yang, G. R.; Yuan, S.Y.; Fu, H.J.; Wan, G.; Zhu, L.X.; Bu, X. *et al.* Neck Circumference Positively Related With Central Obesity, Overweight, and Metabolic Syndrome in Chinese Subjects With Type 2 Diabetes: Beijing Community Diabetes Study 4. **Rev. Diabetes Care.**, v. 33, n. 11, p. 2465–2467, 2010.

Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica- ABESO. Mapa da obesidade. 2008/2009 [acesso 10 agosto de 2016]. Disponível em: <<http://www.abeso.org.br/atitude-saudavel/mapa-obesidade>>

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Obesity- Preventing and managing the global epidemic [Internet]. Geneva: Report of a WHO consultation on obesity, 1998 [acesso 10 agosto 2016]. Disponível em: <[http://whqlibdoc.who.int/hq/1998/WHO\\_NUT\\_NCD\\_98.1\\_\(p1-158\).pdf](http://whqlibdoc.who.int/hq/1998/WHO_NUT_NCD_98.1_(p1-158).pdf)>.

## MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS PREDITORAS DO PERFIL LIPÍDICO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM EXCESSO DE PESO

DANIELLE VILLELA COSTA (CRN-59149/P/daniellevillelac@gmail.com)

ISABELA REIS DO NASCIMENTO (Graduada em nutrição)

GRAZIELLA ANDRADE DE LIMA SOUZA (CRN-51604)

DANIELLE GÓES DA SILVA (CRN3091 Orientador/Professor-UFS)

Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão-SE, Brasil

**PALAVRAS CHAVE:** Obesidade infantil, dislipidemias, circunferência braquial, dobras cutâneas, adolescente.

**INTRODUÇÃO:** Medidas e índices antropométricos tem sido sugeridos como potenciais ferramentas para o reconhecimento de fatores de risco cardiovasculares em crianças e adolescentes, visto que são eficientes na identificação de adiposidade abdominal e corporal. As associações mais comumente encontradas são entre IMC, circunferência da cintura e relação cintura-altura com níveis adversos de triglicérides, colesterol total, LDL e HDL (FREEDMAN et al., 2009; HASHEMIPOUR et al., 2011; SUÁREZ-ORTEGÓN et al., 2013; DE QUADROS et al., 2015).

**OBJETIVO:** Investigar possíveis associações entre os indicadores antropométricos e bioquímicos (perfil lipídico e glicemia) de crianças e de adolescentes com excesso de peso. **METODOLOGIA:** Estudo de delineamento híbrido do tipo retrospectivo e transversal com crianças e adolescentes com diagnóstico antropométrico de excesso de peso atendidas em ambulatórios de nutrição infantil da cidade de Aracaju/Sergipe. Foram coletadas medidas de peso, estatura, circunferências do braço, da cintura e do quadril e dobras cutâneas tricípital e subescapular, padronizadas de acordo com SISVAN (BRASIL, 2008). Após foram calculados o escore z do IMC/Idade e estatura/idade segundo OMS (WHO, 2006; 2007) com pontos de corte do SISVAN (BRASIL, 2011) e também a relação cintura-altura, relação cintura-quadril, índice de conicidade e somatório das dobras cutâneas. Foram coletados dados de colesterol total, LDL, HDL, triglicérides e glicemia de jejum e classificados conforme pontos de corte adotados pela Sociedade Brasileira de Pediatria (2012). Calculou-se os índices de risco cardiovascular TG/HDL, CT/HDL e LDL/HDL. Foi utilizada a análise linear multivariada com significância estatística de  $p < 0,05$ . **RESULTADOS:** Das 100 crianças e adolescentes, 21% foram classificadas como sobrepeso, 54% como obesidade e 25% como obesidade grave. O HDL obteve o maior percentual de inadequação (53,8%), seguido do CT (48,8%), TG (31,5%) e LDL (11,1%). Nas crianças, a circunferência braquial foi preditor de alterações nos triglicérides e da relação TG/HDL. Nos adolescentes a dobra cutânea subescapular foi preditor de alterações no colesterol total e LDL. **CONCLUSÃO:** A circunferência braquial e dobra cutânea subescapular mostraram-se preditores de alterações dos componentes lipídicos do sangue em crianças e adolescentes, respectivamente. Assim, tais medidas podem ser potencialmente utilizadas para a identificação de fatores de risco cardiovasculares na população infanto-juvenil.

### REFERÊNCIAS

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA. **Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN na assistência à saúde**/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Orientações para coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde: norma técnica do sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN**. Brasília: Ministério da Saúde, 2011.

DE QUADROS, T. M. D.; GORDIA, A. P.; SILVA, R. C. R.; SILVA, L. R. Predictive capacity of anthropometric indicators for dyslipidemia screening in children and adolescents. **J Pediatr (Rio J)**, v. 91, n. 5, p. 455-463, 2015.

FREEDMAN, D. S.; KATZMARZYK, P. T.; DIETZ, W. H.; SRINIVASAN, S. R.; BERENSON, G. S. Relation of body mass index and skinfold thicknesses to cardiovascular disease risk factors in children: the Bogalusa Heart Study. **Am J Clin Nutr**, v. 90, p. 210–216, 2009.

HASHEMIPOUR, M.; SOGHRATI, M.; MALEK AHMADI, M.; SOGHRATI, M. Anthropometric indices associated with dyslipidemia in obese children and adolescents: a retrospective study in Isfahan. **ARYA Atheroscler**, Isfahan, v. 7, n. 1, p. 31-39, 2011.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Departamento Científico de Nutrologia. **Obesidade na infância e adolescência: manual de Orientação**. 2. ed. São Paulo, 2012. 142 p.

SUÁREZ-ORTEGÓN, M. F.; ORTEGA-ÁVILA, J. G.; ORDÓÑEZ-BETANCOURTH, J. E.; PLATA, A. A. Adiposity markers and cardiovascular risk in urban colombian adolescents: heterogeneity in association patterns. **Metabolism**, Nova york, v. 62, n. 7, p. 1000-1007, jul. 2013.

WHO Multicentre Growth Reference Study Group. **WHO Child Growth Standards: Length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age: Methods and development**. Geneva: World Health Organization, 2006 (312 pages).

WHO Multicentre Growth Reference Study Group. **WHO Child Growth Standards: Methods and development: Head circumference-for-age, arm circumference-for-age, triceps skinfold-for-age and subscapular skinfold-for-age**. Geneva: World Health Organization, 2007.

**APOIO: PIBIX/UFS**

## TERAPIA NUTRICIONAL ENTERAL: AVALIAÇÃO DE INDICADORES DE QUALIDADE

ALAIDE GUILHERME DOS SANTOS CRN5-0812  
Universidade Tiradentes, Aracaju/SE, Brasil  
LUDMILLA RODRIGUES MUTERLE CRN5- 2575  
Hospital de Urgência de Sergipe, Aracaju/SE, Brasil  
ANDREA ALMEIDA COSTA COREN-103534  
Hospital de Urgência de Sergipe, Aracaju/SE, Brasil  
[agsantos\\_00@hotmail.com](mailto:agsantos_00@hotmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Terapia Nutricional Enteral; Complicações; Indicadores de Qualidade; Unidade de Terapia Intensiva.

**INTRODUÇÃO:** pacientes internados em unidades de terapia intensiva se caracterizam pelo aumento de sua morbidade por infecções, prolongando tempo de hospitalização e atingindo alta taxa de mortalidade; eles estão suscetíveis também, a complicações gastrointestinais, tais como, a diarreia e a constipação – apesar de os estudos se reportarem mais à diarreia, a constipação intestinal é uma complicação grave, associada ao aumento do tempo de internação e uso de ventilação mecânica. A terapia nutricional enteral é um dos fatores que está associado a estas complicações. Desta forma faz-se necessária a avaliação e o monitoramento dos indicadores de qualidade em terapia nutricional enteral. **OBJETIVOS:** avaliar a prevalência de diarreia e constipação em pacientes recebendo nutrição enteral exclusiva e relacionar as metas estabelecidas nos indicadores de qualidade em terapia nutricional enteral. **MÉTODOS:** estudo retrospectivo e observacional onde os dados foram coletados dos registros realizados nas unidades de terapia intensiva (UTI) adulto de um hospital público do estado de Sergipe, no período de março a junho de 2016. Este hospital possui duas UTI adulto com 27 (vinte e sete) leitos cada uma, a UTI 1 admite pacientes com diagnóstico cirúrgico e a UTI 2 com diagnóstico clínico. Foram incluídos no estudo pacientes acima de 18 anos, em uso de terapia nutricional enteral exclusiva. Foram excluídos os pacientes em uso de dieta oral e parenteral. Analisou-se a adequação percentual de pacientes que apresentaram diarreia ou constipação durante o estudo e os resultados foram comparados com os indicadores de qualidade propostos pelo *International Life Sciences Institute* (ILSI) Brasil, as metas foram expressas em percentuais, sendo a análise dos dados realizada em programa Excel® versão 2013. Para o cálculo foi feita a média diária, por mês, dos pacientes que apresentaram diarreia e constipação dentre o total daqueles em terapia nutricional enteral exclusiva. **RESULTADOS:** foram avaliados 148 pacientes na UTI 1 e 126 na UTI 2 e os resultados em relação a prevalência de diarreia e constipação foram semelhantes em ambas, com percentuais de constipação superiores à diarreia. O percentual de diarreia na UTI 1 variou de 4,5 a 4,8% no período estudado, enquanto que o percentual de pacientes com constipação variou de 10,9 a 16,8%. Já na UTI 2 o percentual de diarreia variou de 5,4 a 8,6% e o de constipação foi de 15,9 a 16,7%. Constatou-se para a diarreia um percentual de acordo com as metas estabelecidas pelo ILSI que foi menor que 10%; Enquanto que para a constipação os percentuais encontrados em ambas as UTI's foi superior às metas de até 10%. A constipação intestinal é uma complicação grave em pacientes de UTI's, ela está associada a maior tempo de internação e a pior desfecho. Estudos mostraram também uma relação estatisticamente significativa entre falha no desmame da ventilação mecânica e constipação. **CONCLUSÃO:** o monitoramento dos indicadores de qualidade, em terapia nutricional enteral, se faz necessário para avaliar as possíveis complicações relacionadas a esta terapia, com o objetivo de melhorar a qualidade da assistência e reduzir o tempo de permanência dos pacientes nas UTI's.

---

**REFERÊNCIAS:**

CERVO, A.S., *et al.* Eventos adversos relacionados ao uso de terapia nutricional enteral. **Rev. Gaúcha Enferm.**, 35(2):53-9, jun. 2014.

COSTA, N.A., *et al.* Constipação intestinal prediz o tempo de ventilação mecânica em unidade de terapia intensiva. **Rev. Bras. Clin. Med.**, São Paulo, 11(1):2-5, jan-mar, 2013.

GUERRA, T.L.S., *et al.* Incidência de constipação intestinal em uma unidade de terapia intensiva. **Rev. Bras. Ter. Intensiva**, 25(2):87-92, 2013.

PASINATO, V.F., *et al.* Terapia nutricional enteral em pacientes sépticos na unidade de terapia intensiva : adequação às diretrizes nutricionais para pacientes críticos. **Rev. Bras. Ter. Intensiva**. Rio de Janeiro. Vol. 25, n.1, p. 17-24, 2013.

WAITZBERG, D.L, (coord.). **Indicadores de qualidade em terapia nutricional**. São Paulo: ILSI Brasil; 2008.

## COMPARAÇÃO DE INDICADORES PREDITORES DE RISCO PARA DOENÇAS CRÔNICAS EM PACIENTES ATIVOS E INATIVOS ACOMPANHADOS NO AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO

TICIANE CLAIR REMACRE MUNARETO LIMA (CRN 5 6661)  
LARISSA MARINA SANTANA MENDONÇA DE OLIVEIRA (CRN 5 6661) REBECA ROCHA DE ALMEIDA (CRN 5 5875)

LARISSA COSTA MONTEIRO (CRN 5 6631)  
MÁRCIA FERREIRA CÂNDIDO DE SOUZA (CRN 5 0769).  
Hospital Universitário de Sergipe- HU/UFS, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
[ticiane.nutricionista@gmail.com](mailto:ticiane.nutricionista@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVES:** Atividade física. Avaliação Nutricional. Doenças cardiovasculares

**INTRODUÇÃO:** Dentre os fatores de risco para o desenvolvimento das doenças crônicas, destaca-se o sedentarismo. A OMS aponta a inatividade física como responsável por 3,2 milhões de mortes por ano, ocupando a quarta posição dentre os fatores. De forma contrária, a prática regular de atividade física e atividades rotineiras como uma simples caminhada diária superior a 30 minutos e subir escadas, tanto de natureza ocupacional ou de lazer podem resultar na proteção cardiovascular e trazerem benefícios à saúde. **OBJETIVOS:** Comparar os indicadores antropométricos, bioquímicos em pacientes ativos e inativos atendidos em um ambulatório de nutrição. **METODOLOGIA:** Foi realizado um estudo transversal, com pacientes adultos e idosos, de ambos os gêneros, em primeira consulta à um ambulatório de nutrição. Foram coletados dados antropométricos de circunferência abdominal (CA) e circunferência do pescoço (CP), peso (kg) e altura (m) para a avaliação nutricional, sendo os dois últimos utilizados para o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) que foi classificado de acordo com os pontos de corte estabelecidos pela OMS. Dados bioquímicos (colesterol total e frações, triglicerídeos e glicemia de jejum), nível de atividade física, presença de fatores de risco como Diabetes, Hipertensão, hábitos de etilismo e tabagismo e nível de atividade física também foram verificados. O nível de atividade física foi avaliado por meio do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) forma curta. Considerou-se a classificação da OMS para determinar indivíduos ativos (> 75 minutos semanais de atividade vigorosa) e não ativos ( $\leq$  75 minutos semanais de atividade vigorosa). CAAE: 45758915.5.0000.5546 **RESULTADOS:** A população foi composta por 31 indivíduos com média de idade de  $45,81 \pm 12,52$  anos, sendo a maioria (87,1%) do gênero feminino. Foram classificados como ativos 51,6% da população, 9,7% eram etilistas, 12,9% eram tabagistas, 9,7% possuíam Diabetes Mellitus tipo 2, 58,1% possuíam Hipertensão Arterial Sistêmica e 98,5% excesso de peso. As variáveis de excesso de peso, CC elevada, CP elevada, colesterol total, LDL, HDL e triglicerídeos foram mais prevalentes no grupo considerado como inativo (48,39%; 48,39%; 41,16%; 29%; 41,94%; 38,71%. 32,26% respectivamente). Foi observado, comparando o grupo de paciente ativos e inativos, que as variáveis antropométricas IMC ( $p=0,53$ ), CC ( $p=0,80$ ), CP ( $p=0,32$ ) e as variáveis bioquímicas Colesterol total ( $p=0,13$ ), LDL-c ( $p=0,38$ ), HDL-c ( $p=0,06$ ), TGL ( $p=0,08$ ) e Glicemia de jejum ( $p=0,2$ ) não apresentaram diferença significativa entre os dois grupos. **CONCLUSÃO:** Apesar da maioria das variáveis preditoras para o desenvolvimento de doenças crônicas apresentarem maior prevalência no grupo de inativos, não houve diferença significativa entre todos os preditores entre os dois grupos de indivíduos ativos e não ativos.

### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global recommendations on physical activity for health. Geneva: World Health Organization, 2010.

---

PIRES, M.M. Análise da relação de qualidade da dieta com nível de atividade física e destes com perfil lipídico e estado inflamatório em indivíduos de risco cardiometabólico [Mestrado], 2011.

BERNARDO, A. F. B.; ROSSI, R. C.; SOUZA, N. M.; PASTRE, C. M.; VANDERLEI, L. C. M. Association between physical activity and cardiovascular risk factors in individuals undergoing cardiac rehabilitation program. **Revista brasileira de medicina esportiva**, v. 19, n. 4, 2013.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Obesity- Preventing and managing the global epidemic [Internet]. Geneva: Report of a WHO consultation on obesity, 1998 [acesso 10 agosto 2016]. Disponível em: <[http://whqlibdoc.who.int/hq/1998/WHO\\_NUT\\_NCD\\_98.1\\_\(p1-158\).pdf](http://whqlibdoc.who.int/hq/1998/WHO_NUT_NCD_98.1_(p1-158).pdf)>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global recommendations on physical activity for health. Geneva: WHO; 2010 [acesso 18 de agosto de 2016] Disponível em: <[http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979\\_eng.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979_eng.pdf)>.



**RELATO SOBRE A EXECUÇÃO DE UMA ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM OS PACIENTES NA SALA DE ESPERA DA CLÍNICA ESCOLA DE NUTRIÇÃO DA UFS CAMPOS LAGARTO-SE**

**LUCAS DE ANDRADE SANTOS\***

**VICTOR BATISTA OLIVEIRA**

**KELLY PROTASIO DE SOUZA - CRN5 1898**

**JACKSON NERIS DE SOUZA ROCHA - CRN5 5405**

**DALINE FERNANDES DE SOUZA ARAUJO - CRN5 7190.**

Universidade Federal de Sergipe (UFS). Campus Professor Antônio Garcia Filho, Departamento de Nutrição, Cidade: Lagarto, Estado: Sergipe, País: Brasil. Email: [lucasdeandrade05@gmail.com\\*](mailto:lucasdeandrade05@gmail.com)

**PALAVRAS CHAVE:** Educação alimentar e nutricional; sala de espera; autonomia; promoção da saúde; nutrição.

**INTRODUÇÃO:** A educação alimentar e nutricional é uma das principais estratégias de promoção da saúde, visto que contribui para o desenvolvimento da autonomia dos indivíduos quanto a sua alimentação, bem como a adesão de práticas alimentares adequadas e saudáveis (SANTOS, 2012). O Guia Alimentar da População Brasileira constitui um importante instrumento para apoiar as práticas educativas, principalmente nos serviços de saúde (BRASIL, 2014). **OBJETIVO:** Executar uma atividade de educação alimentar e nutricional com os pacientes na sala de espera da UFS campos Lagarto-SE. **MÉTODO:** Trata-se de um relato de experiência da execução, de uma atividade de educação alimentar e nutricional desenvolvida durante o mês de março de 2016 com os pacientes na sala de espera da Clínica Escola de Nutrição da UFS, Lagarto-SE, na qual foram apresentados os 10 passos para uma alimentação saudável, disponível no Guia Alimentar da População Brasileira 2014. **RESULTADOS:** Foi realizada uma atividade dinâmica, inicialmente com uma roda de conversa composta pelos pacientes da sala de espera, nutricionistas e estudantes de nutrição, na qual foram apresentados os 10 passos para uma alimentação saudável, permitindo a participação dos pacientes ao decorrer da apresentação de cada passo supracitado, uma vez que a promoção da autonomia, a horizontalidade e o respeito aos saberes populares constituem eixos centrais dessas ações educativas (OLIVEIRA; OLIVEIRA, 2008). A execução dessas atividades além de contribuir para formação do vínculo entre os profissionais e pacientes, ameniza o desgaste físico e emocional associado ao tempo de espera pelo atendimento. Bem como constitui um espaço de reflexões e troca de saberes (ROSA, BARTH; GERMANI, 2011). Essa iniciativa na sala de espera buscou propiciar um atendimento mais humanizado e acolhedor, além possibilitar a oportunidade aos profissionais e estudantes de desenvolver atividades que extrapolam o cuidado exclusivamente clínico, como a educação em saúde (RODRIGUES, et al 2009). **CONCLUSÃO:** Os hábitos alimentares saudáveis são essenciais para a promoção da saúde e a melhoria da qualidade de vida da população, utilizar a sala de espera como espaço de diálogo entre pacientes e profissionais de saúde, permite potencializar as ações de educação alimentar e nutricional, bem como garantir um atendimento mais efetivo, humanizado e resolutivo. Contribuindo para empoderamento dos cidadãos, para que os mesmos se tornem responsáveis pela sua saúde e críticos quanto a sua alimentação.

**REFERÊNCIAS:**

BRASIL, Ministério da Saúde: **Guia Alimentar para População Brasileira**. Promovendo a alimentação saudável. Normas e manuais técnicos: Brasília, 2014.  
OLIVEIRA, S. I; OLIVEIRA, K. S. Novas perspectivas em educação alimentar e nutricional. *Psicol.*

---

**USP [online]**, v.19, n.4, p.495-504, 2008.

ROSA, J; BARTH, P. O; GERMANI, A. R. M. A sala de espera no agir em saúde: espaço de educação e promoção à saúde. **PERSPECTIVA**, v.35, n.129, p. 121-130, 2011.

RODRIGUES, A. D et al. Sala de espera: um ambiente para efetivar a educação em saúde.

**Vivências: Revista Eletrônica de Extensão da URI**, v.5, n.7: p.101-106, 2009.

SANTOS, L. A. S. O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão.

**Rev. Ciênc. saúde coletiva [online]**, v.17, n.2, p.455-462, 2012.

## PERFIL NUTRICIONAL DE CRIANÇAS HOSPITALIZADAS SEGUNDO MÉTODOS SUBJETIVOS DE AVALIAÇÃO

DAMARES OLIVEIRA SANTOS;  
JOANA SOUZA DOS SANTOS;

ORIENTADORA: TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5-4139);  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju- SE, Brasil

**PALAVRAS-CHAVES:** Strong Kids. ANSG. Parâmetros antropométricos. Triagem nutricional.

**INTRODUÇÃO:** A avaliação nutricional é de fundamental importância em crianças hospitalizadas para detectar a desnutrição e a infecção. Essa desnutrição compromete o sistema imunológico, facilitando a instalação de infecções que podem contribuir para o comprometimento do estado nutricional dos pacientes a longo ou curto prazo no âmbito hospitalar, onde vai influenciar na evolução clínica dos mesmos. (RODRIGUES et al,2016) Estudos mundiais apontam que 20 a 50% dos pacientes adultos e pediátricos são desnutridos, sendo que alguns já são admitidos com desnutrição e outros a desenvolvem após a internação. (BOUSQUET et al, 2016) A Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda a antropometria como um dos métodos mais utilizados para avaliar, classificar e monitorar o estado nutricional, por ser de baixo custo e empregado universalmente para todas as faixas etárias. (Silva EP, Tiengo A) A ferramenta *Strongkids* também é considerada prática e de fácil aplicação composta pelas etapas: Avaliação subjetiva global em que se avalia a perda de massa muscular e adiposa; Alto risco da doença, a qual indica também o risco ou previsão de uma cirurgia de grande porte; Ingestão e perdas nutricionais (diminuição da ingestão alimentar e presença de diarreia e vômito); Dificuldade de ganho de peso ou perda de peso. (CARVALHO, 2013) **OBJETIVO:** Este estudo teve como objetivo avaliar o perfil nutricional de crianças internadas em um hospital público de Aracaju e associar variáveis à desvios nutricionais e à menor aceitação do consumo alimentar durante a hospitalização. **MATERIAL E MÉTODOS:** A coleta de dados foi realizada nas primeiras 48 horas de internação. Para a identificação da população foram coletados alguns dados no prontuário como: Sexo, idade, procedência, patologia, e para a identificação do estado nutricional foram aplicados métodos subjetivos de avaliação nutricional, a ANSG e a *Strong Kids*, que são ferramentas para avaliar o estado nutricional das crianças hospitalizadas. **RESULTADO:** Deste modo, a ferramenta ANSG teve como resultado 89,20% de baixo risco nutricional, 5,40% moderado e 5,40% grave. Dessa forma um maior percentual de desnutrição foi evidenciado a partir da utilização desta ferramenta *Strong Kids*, obtendo como resultados 41,70% de baixo risco nutricional, 47,60% moderado, 10,70% grave. **CONCLUSÃO:** A triagem nutricional realizada precocemente auxilia na identificação de grupos de risco que necessitem de uma avaliação detalhada e uma intervenção adequada. Os dados coletados permitem concluir que a ferramenta que apresentou maior sensibilidade para assimilação e a que detectar alterações nutricionais é a *Strong Kids*.

### REFERÊNCIAS:

Silva EP, Tiengo A. **Perfil Nutricional de Crianças Hospitalizadas e sua Relação com o Período de Internação em um Hospital de Ensino no Sul de Minas Gerais.** Revista Ciênc em Saúde 2014; 4:61-72.

CARVALHO, Fernanda Christina de, 1988. **Tradução e adaptação cultural da ferramenta *Strongkids* para triagem do risco de desnutrição de crianças hospitalizadas/** Fernanda Christina de Carvalho-2013.

---

Rodrigues C.N.; Rosa C. de O.B.; Ribeiro S.M.R.; Santos C.A. dos; Firmino H.H.. **Perfil nutricional e fatores associados ao baixo peso e à redução do consumo alimentar em crianças hospitalizadas.** O Mundo da Saúde, São Paulo. 2016

Bousquet LA, Stringhini MLF, Mortoza AS. **Avaliação nutricional subjetiva global: instrumentos para triagem em crianças hospitalizadas.** Rev. Aten. Saúde. 2016.

**Avaliação Nutricional de indivíduos internados em um hospital geral/** Rosa, Carla de Oliveira Barbosa; SILVA, Bárbara Pereira da; BALBINO, Karla Pereira; RIBEIRO, Sônia Machado Rocha; RIBEIRO, Andréia Queiroz; FIRMINO, Heloísa Helena. São Paulo, 2014.

**PHENOLIC COMPOUNDS AND ANTIOXIDANT ACTIVITY OF TAMARIND PULP EXTRACTS.**

VANESSA ARAUJO ALMEIDA,  
ANA MARA DE OLIVEIRA E SILVA,  
JOSÉ THIAGO DO CARMO SANTOS,  
FLÁVIA FERREIRA FONTENELE,  
ELMA REGINA SILVA DE ANDRADE WARTHA.  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE,  
SÃO CRISTOVÃO, SERGIPE, BRASIL.  
nutri.vanessa@live.com

**KEY WORDS:** Tamarind, antioxidant activity, phenolic compounds.

**INTRODUCTION:** The *Tamarindus indica* L., a fruit found in many tropical regions of the planet. In Brazil, the tamarind production is located mainly in the North and Northeast. The pulp with fibrous texture is used to prepare sweets, ice cream, liquor, soft drinks and concentrate juice. **AIMS:** This study aimed to quantify the phenolic compounds of lyophilized tamarind pulp and evaluate the antioxidant capacity in different *in vitro* methods. **METHODOLOGY:** Aqueous and hydroalcoholic extracts (methanol and ethanol) of tamarind pulp were obtained and its total phenolic content was determined by the *Folin Ciocalteu* method and the antioxidant activity was observed in different assays: radical scavenging (DPPH), Ferric Reducing Antioxidant Power (FRAP) and Oxygen Radical Absorbance Capacity (ORAC). For the statistical treatment of the data the analysis of variance was used, followed by Tukey post-test, using the Prism 5.0 software with  $p < 0.05$ . **RESULTS:** The extracts showed significant amounts of phenolic compounds expressed in mg/g dry extract. Aqueous extract showed the highest content (6.83 mg/g) followed by ethanol extract (6.29 mg/g) and then the methanol extract (5.02 mg/g). For *in vitro* antioxidant activity, methanol extract showed better performance in scavenging the DPPH radical ( $IC_{50}$ : 2.62 mg/ml). The ethanol extract had higher ascorbic acid equivalence in the ability to reduce iron (3.02  $\mu$ g of ascorbic acid equivalent/mg dry extract) and the aqueous extract showed greater activity in the method that assesses the capacity to absorb oxygen radicals (12.02  $\mu$ molEq. Trolox/g dry extract). **CONCLUSION:** The extracts presented weighty antioxidant activity in the evaluated methods, confirming that the tamarind can be a source of bioactive compounds, particularly phenolic compounds with antioxidant activity.

**REFERENCES:**

- DONADIO, L.C.; NACHTIGAL, J. C.; SACRAMENTO, C. K. do. Frutas exóticas. Jaboticabal: FUNEP, 1988, 279p.
- MARTINEZ-VALVERDE, I.; PERIAGO, M.J.; ROS, G. Significado nutricional de los compuestos fenólicos de la dieta. *Arch. Latinoam. Nutr.*, Caracas, v.50, n.1, p.5-18, 2000.
- SECRETARIA DA AGRICULTURA, IRRIGAÇÃO E REFORMA AGRÁRIA – SEAGRI/BA. **Cultura - Tamarindo**. Disponível em: <[www.seagri.ba.gov.br/Tamarindo.htm](http://www.seagri.ba.gov.br/Tamarindo.htm)>. Acesso em: 29 mar. 2013.
- TSUDA, T. et al. Antioxidative components isolated from the seed of tamarind (*Tamarindu indica* L.). *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, v. 42, n. 12, p. 2671-2674, 1994. <http://dx.doi.org/10.1021/jf00048a004>
- VIEIRA, L. M. et al. Fenólicos totais e capacidade antioxidante *in vitro* de polpas de frutos tropicais. *Revista Brasileira de Fruticultura*, Jaboticabal - SP, v. 33, n. 3, p. 888-897, Setembro 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbf/v33n3/aop09711.pdf>>. Acesso em: 29 jan. 2014

## CIRCUNFERÊNCIA DA PANTURILHA COMO PREDITOR DE PERDA DE MASSA MUSCULAR EM IDOSOS

LARISSA MARINA SANTANA MENDONÇA DE OLIVEIRA (CRN-5 6663),  
LARISSA MONTEIRO COSTA (CRN-5 6631)  
TICIANE CLAIR REMACRE MUNARETO LIMA (CRN-5 6661)  
REBECA ROCHA DE ALMEIDA (CRN-5 5875)  
ADRIANNE BISPO PEREIRA (CRN-5 5131).

Hospital Universitário de Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brasil  
**E-MAIL:**larimarina014@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVES:** Estado nutricional, nutrição no idoso, antropometria, desnutrição.

**INTRODUÇÃO:** O envelhecimento é um período caracterizado por alterações corporais, entre elas está a redução da quantidade de massa muscular corporal e aumento do tecido gorduroso. A quantidade de massa e a força muscular estão associadas ao estado nutricional do indivíduo. A Circunferência da Panturrilha (CP) é um indicador antropométrico de avaliação de massa muscular que oferece uma estimativa de reserva proteica. **OBJETIVOS:** Avaliar a perda de massa muscular em idosos por meio do indicador da circunferência da panturrilha. **MÉTODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, descritivo e observacional com idosos apresentando idade igual ou superior a 60 anos. A pesquisa foi desenvolvida em uma instituição de longa permanência para idosos (ILPI), no município de Aracaju-SE, cujo perfil tem caráter filantrópico. Foi avaliada a perda de massa muscular dos idosos por meio da CP. No momento da avaliação o idoso permaneceu com a perna relaxada formando um ângulo de 90° com o joelho. A medida foi realizada com fita métrica inextensível na parte de maior circunferência da panturrilha. Foi considerado o ponto de corte < 31cm como marcador de desnutrição no idoso, como é estabelecido por Chumlea et al. (1988). As informações foram analisadas através da estatística descritiva, através do software estatístico SPSS®, versão 18.0. **RESULTADOS:** Foram avaliados 45 idosos de ambos os sexos. A média de idade da população estudada foi de 67 ± 2,32 anos, sendo 38% do sexo masculino. Desses indivíduos, 24,4% possuíam diagnóstico de diabetes e hipertensão e 95,5% faziam uso de medicação. Foi observado valor médio da circunferência da panturrilha de 29,18 ± 5,74 cm. Encontrou-se uma proporção elevada de idosos com perda de massa muscular por meio da medida da CP (62%). **CONCLUSÃO:** Observou-se que a CP foi capaz de caracterizar grande número de idosos com perda de massa muscular. Por ser um indicador de baixo custo e fácil realização pode ser aplicado para avaliação da redução de massa muscular nessa população.

### REFERÊNCIAS:

- CHUMLEA, W.C.; GUO, S.; ROCHE, A.F.; STEINBAUGH, M.L. Prediction of body weight for the nonambulatory elderly from anthropometry. **Journal of the American Dietetic Association**, v.88, n.5, p. 564-568, 1988.
- CUPPARI, L. **Guia de Nutrição Clínica do Adulto**. Barueri: Manole, 2005.
- MARTIN, F. G.; NEBULONI, C. C.; NAJAS, M. S. Correlação entre estado nutricional e força de preensão palmar em idosos. **Bras. Geriatr. Gerontol.**, v. 15, n. 3, p. 493-504, 2012.
- SALMASO, F.V. VIGÁRIO, P. S. MENDONÇA, L. M. C., MADEIRA, M, LEONARDO VIEIRA-NETTO, L., GUIMARÃES, M. R. M., FARIAS, M. L. F. Análise de idosos ambulatoriais quanto ao estado nutricional, sarcopenia, função renal e densidade óssea. **Arq Bras Endocrinol Metab.**, v.58, n.3, p. 226-231, 2014.
- VITOLLO MR. **Nutrição da gestação ao envelhecimento**. Rio de Janeiro: Rubio, 2008.

## COMPARAÇÃO ENTRE MÉTODOS UTILIZADOS COMO PREDITORES DO RISCO NUTRICIONAL DE IDOSOS RESIDENTES EM INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA

LARISSA MARINA SANTANA MENDONÇA DE OLIVEIRA (CRN 5 6663)

LARISSA MONTEIRO COSTA (CRN 5 6631)

REBECA ROCHA DE ALMEIDA (CRN 5 5875)

TICIANE CLAIR REMACRE MUNARETO LIMA (CRN 5 6661), ADRIANNE BISPO PEREIRA (CRN 5 5131).

Hospital Universitário de Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brasil

**E-MAIL:** larimarina014@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVES:** estado nutricional, desnutrição, saúde do idoso institucionalizado, nutrição do idoso.

**INTRODUÇÃO:** Envelhecer é um processo que envolve uma complexidade de fatores de ordem biológica, psicológica e social. A avaliação nutricional na senescência pode não caracterizar o estado nutricional do idoso devido modificações corporais presentes nessa fase, decréscimo da estatura, acúmulo de tecido adiposo, redução da massa muscular e diminuição da quantidade de água no organismo, comum no processo do envelhecimento. Os métodos subjetivos como a Mini Avaliação Nutricional (MAN), o *Nutrition Screening Initiative* (NSI) associados a avaliação nutricional vem sendo utilizados. **OBJETIVOS:** Comparar três métodos de avaliação nutricional (MAN, NSI e IMC) para verificar o nível de significância entre eles. **MÉTODOLOGIA:** O estudo é do tipo transversal, quantitativo, descritivo e observacional. Os dados foram coletados no período de agosto a setembro de 2015. A pesquisa foi desenvolvida em uma instituição de longa permanência para idosos (ILPI), no município de Aracaju-SE, cujo perfil tem caráter filantrópico. Foram inclusos na pesquisa 45 idosos residentes de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 60 anos que estivessem em regime de internação. Sendo aferido a massa corporal (kg) e a estatura (m), mensurado o índice de massa corporal, aplicado os dois instrumentos Mini Avaliação Nutricional (MAN) e *Nutrition Screening Initiative* (NSI) para averiguar o estado nutricional dos pacientes. Os dados foram analisados no programa SPSS® 18.0. A Avaliação da evolução nutricional da amostra foi realizada através do teste de “t” de Student e o teste “t” pareado, a associação foi verificada por meio do teste de Correlação de Pearson. Para os resultados foi considerado o nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** Na análise comparativa dos indicadores na detecção do risco nutricional, pela classificação da MAN, 76,5% apresentaram risco nutricional, 24,4 % apresentaram bom estado nutricional, pela NSI, 71,1% apresentaram risco nutricional, 28,9% apresentaram bom estado nutricional, pelo IMC, 62,2% apresentaram risco nutricional, 37,7% sem risco nutricional. Na análise a avaliação subjetiva global foi o método mais sensível para detecção do risco nutricional. **CONCLUSÃO:** A prevalência de estado nutricional inadequado atingiu significativamente a população estudada. Observou-se um número elevado de idosos diagnosticados em risco nutricional, tanto pelo método de avaliação nutricional IMC quanto pela MAN e NSI, sendo a maior prevalência nas avaliações subjetivas. O estado nutricional do idoso auxilia na promoção ou reabilitação da saúde dos idosos institucionalizados.

### REFERÊNCIAS:

- OLIVEIRA, J. M.; ROZENDO, C.A. Instituição de longa permanência para idosos: um lugar de cuidado para quem não tem opção? **Rev Bras Enferm.**, v. 67, n. 5, p. 773-779, 2014.
- SOUZA, R. et al. Avaliação antropométrica em idosos: estimativas de peso e altura e concordância entre classificações de IMC. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, v.16, n.1, p.81-90, 2013.

---

SOUSA, R. G.; LOVISI, G. M. Avaliação de déficits cognitivos em moradores com mais de 65 anos de um albergue público. **Rev. Psiquiatr Clín.**, v. 34, n. 5, p 205-209, 2007.

SOUSA, V. M. C.; GUARINETO, M. E. Avaliação do idoso desnutrido. **Rev Bras Clin Med.**, v. 21, n. 7, p. 46-49, 2009.

TEIXEIRA, J. S. et al. ; Envelhecimento e Percepção Corporal de Idosos Institucionalizados. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, v. 15, n. 1, p. 63-68, 2012.



## PERFIL ANTROPOMÉTRICO E HÁBITO ALIMENTAR DE PROFESSORES DA ÁREA DA SAÚDE

THAIS RODRIGUES E RODRIGUES<sup>1</sup> (CRN: 16335/P)

KARLA CRISTINA S. PEREIRA<sup>1</sup> (CRN: 18691/P)

WILLIANE SILVA SOARES<sup>1</sup> (CRN: 17378/P)

KLÉCIA DE FARIAS SENA<sup>1,2</sup> (CREF: 002091/G)

GABRIEL RODRIGUES NETO<sup>2</sup> (CREF: 002823/G)

<sup>1</sup> Departamento de Educação Física, Universidade Federal da Paraíba, Laboratório de Estudos do Treinamento Físico Aplicado ao Desempenho e à Saúde (LETFADS), João Pessoa, Paraíba, Brasil

<sup>2</sup> Departamento de Educação Física, Programa Associado de Pós-Graduação em Educação Física, UPE/UFPB, João Pessoa, Paraíba, Brasil  
t.hayslins@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Docentes. Educadores, antropometria. Guia alimentar. Consumo alimentar

**INTRODUÇÃO:** Na área da educação, vem se confirmando um aumento do número de agravos relacionados à saúde dos docentes, no qual são comumente atrelados às condições e características de trabalho exigido (GASPARINI; BARRETO; ASSUNÇÃO, 2005; OLIVEIRA et al., 2011; PENTEADO; PEREIRA, 2007; SANTOS; MARQUES, 2013). Entretanto, pouco foi investigado sobre o perfil antropométrico e hábito alimentar de docentes da área da saúde em nível superior. **OBJETIVO:** O objetivo do presente estudo foi descrever o perfil antropométrico e hábito alimentar de professores da área da saúde da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba (FCMPB). **METODOLOGIA:** Participaram do estudo 57 professores com faixa etária de 25 a 64 anos ( $37,0 \pm 8,50$  anos) de quatro cursos (Nutrição = 16, Fisioterapia = 15, Enfermagem = 8 e Farmácia = 18) da FCMPB, sendo 71,9% do sexo feminino. Todos os professores tinham formação específica no curso para qual lecionava. Foi avaliado a massa corporal, estatura, circunferência da cintura (CC) e foi aplicado um questionário para avaliação do consumo alimentar descrito no Guia Alimentar para a População Brasileira proposto pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2006). **RESULTADOS:** No perfil antropométrico, observa-se que os professores apresentaram uma CC dentro dos padrões recomendados ( $81,9 \pm 12,8$ ), com a média do índice de massa corporal na classificação de sobrepeso ( $25,1 \pm 4,0$ ); porém, em relação à classificação, verifica-se que 58,9% estavam classificados como normal, 30,4% sobrepeso e 10,7% em obesidade. No hábito alimentar, observa-se que os professores apresentaram uma média na classificação aceitável ( $40,2 \pm 6,3$ ), porém em relação à classificação, observa-se que 35,1% estavam classificação satisfatório, 57,9% aceitável e 7,0 insatisfatório. **CONCLUSÃO:** Os professores da área da saúde da FCMPB apresentam características antropométricas e hábitos alimentares dentro dos valores considerados normais.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília, DF: Ministério da Saúde Brasília, 2006.  
GASPARINI, S. M.; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A. A. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educação e Pesquisa**, v. 31, n. 2, p. 189-199, 2005.

---

OLIVEIRA, R. A. R.; MOREIRA, O. C.; ANDRADE NETO, F.; AMORIM, W.; COSTA, E. G.; MARINS, C. B. Prevalência de sobrepeso e obesidade em professores da Universidade Federal de Viçosa. **Fisioterapia em Movimento**, v. 24, n. 4, p. 603-612, 2011.

PENTEADO, R. Z.; PEREIRA, I. M. T. B. Qualidade de vida e saúde vocal de professores. **Revista de Saúde Pública**, v. 41, n. 2, p. 236-243, 2007.

SANTOS, M. N.; MARQUES, A. C. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 18, n. 3, p. 837-846, 2013.

## ALTERAÇÕES HEMATOLÓGICAS EM PACIENTES ONCOLÓGICOS INTERNADOS EM UM HOSPITAL PÚBLICO DE SERGIPE

AMMANDA ARAGÃO ALVES;  
ANA LETÍCIA SOUZA SILVEIRA;  
KAREN BLANDA REIS DO NASCIMENTO;  
AMANDA BATISTA RESENDE,  
ORIENTADOR: TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 -4139).  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
Ana Letícia Souza Silveira; ss.titi@hotmail.com  
**PALAVRAS-CHAVES:** Anemia. Câncer. Alterações hematológicas.

**INTRODUÇÃO:** O câncer é um processo patológico caracterizado pela divisão anormal e reprodução de células que podem se disseminar através do corpo, penetrando nas células e nos tecidos normais, gerando um aglomerado de células, massa denominada câncer. O paciente oncológico está exposto a alterações hematológicas e a mais comum entre elas é a anemia que pode se desenvolver por vários fatores, podendo estar associada a perdas sanguíneas, deficiências nutricionais e ao tratamento quimioterápico. Trazendo como consequência variadas manifestações clínicas, como fadiga, falta de ar, palpitações, palidez cutânea, dor de cabeça, tontura e dispnéia.  
**OBJETIVO:** Verificar a prevalência de anemia em pacientes oncológicos internados no Hospital de Urgência de Sergipe. **METODOLOGIA:** O estudo foi realizado com 38 pacientes adultos e idosos, de ambos os sexos. Para determinação da alteração hematológica foram observados exames bioquímicos contidos no prontuário do paciente, no qual apenas exames realizados no intervalo máximo de três meses anterior à coleta de dados foram considerados. O diagnóstico da anemia foi feito baseado na hemoglobina coletada de prontuário, que, segundo a OMS, é definida como nível de hemoglobina abaixo de 13,0g/dL para homens e 12g/dL para mulheres não grávidas. Os dados foram expostos em frequências absolutas e percentuais para as variáveis categóricas.  
**RESULTADOS:** Foram estudados 38 pacientes oncológicos adultos e idosos com idade média de 52,92±11,95 anos, dos quais, de acordo com exames bioquímicos 13,15 % possuem o valor de hemoglobina abaixo do recomendado, identificando assim, a presença da anemia. **CONCLUSÃO:** A anemia é uma alteração hematológica, que pode se desenvolver em pacientes oncológicos desencadeando variados sintomas que podem impactar negativamente a vida dessas pessoas. Portanto a solicitação de hemograma em pacientes com câncer tem grande importância, visando acompanhar tais alterações para maior redução da doença.

### REFERENCIAS

- COLLING et al. Pacientes Submetidos á Quimioterapia: Avaliação Nutricional Prévia: Avaliação Nutricional em Quimioterapia. **Revista Brasileira de Cancerologia**. V. 58, n.4, p. 611-17; 2012.
- LUDWIG H, STRASSER K. Symptomatology of anemia. **Semin Oncol**. V.28, n.2, supl8, p. 7-14; 2001.
- LUDWING H, AAPRO M, BOKEMEYER C, MACDONALD K, SOUBEYRAN P, TURNER M, et al. Treatment patterns and outcomes in the management of anaemia in cancer patients in Europe: Findings from the Anaemia Cancer Treatment (ACT) study. **Eur J Cancer**. V.45, n.9, p. 1603-15; 2009.
- RIZZO JD, SOMERFIELD MR, HAGERTY KL, SEIDENFELD J, BOHLIUS J, BENNETT CL, et al. Use of epoetin and darbepoetin in patients with cancer: 2007 American Society of Hematology/American Society of Clinical Oncology clinical practice guideline update. **Blood**. V. 111, n.1, 25-41; 2008.

---

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Prevention and control of iron deficiency anaemia in women and children**. Geneva: WHO/UNICEF; 2001. Disponível em: <<http://www.who.int/vmnis/indicators/haemoglobin.pdf>>. Acesso em: 01 ago 2016.

**AQUEOUS EXTRACT OF TAMARIND, IN LOW DOSES, ATTENUATE WEIGHT GAIN IN MICE FED WITH HIGH FAT DIET: MODULATION OF BIOCHEMICAL AND OXIDATIVE STRESS MARKERS**

VANESSA ARAUJO ALMEIDA<sup>1</sup>,  
JORGE MANCINI FILHO<sup>2</sup>,  
JOSÉ THIAGO DO CARMO SANTOS<sup>2</sup>,  
FERNANDA CARVALHO DE SANTANA<sup>2</sup>,  
ELMA REGINA SILVA DE ANDRADE WARTHA<sup>1</sup>  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE<sup>1</sup>,  
SÃO CRISTOVÃO, SERGIPE, BRASIL.  
UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO<sup>2</sup>,  
SÃO PAULO, SÃO PAULO, BRASIL.  
[nutri.vanessa@live.com](mailto:nutri.vanessa@live.com)

**KEY WORDS:** tamarind, high fat diet, inflammation, oxidative stress, obesity.

**INTRODUCTION:** The accumulation of body fat is associated with oxidative stress and inflammation in several studies using animal model. In obesity, excessive amount of adipose tissue is related with greater secretion of adipokines. **AIMS:** Therefore, this study aimed to evaluate the effects of an aqueous extract of tamarind on markers of oxidative stress in C57BL/6J mice fed with high fat diet (HFD) for 10 weeks. **METHODOLOGY:** The effects of the aqueous extract of tamarind, incorporated into a high fat diet at concentrations of 0.2 and 1%, it was evaluated in animals by biochemical parameters (Oral Glucose Tolerance Test – OGTT; triglycerides, total cholesterol, HDL cholesterol, glucose) in serum. Some hormones (leptin, adiponectin and insulin) and markers of oxidative stress: activity of the antioxidant enzymes superoxide dismutase (SOD), catalase (CAT) and glutathione peroxidase (GPx), TBARS and ORAC, and triglycerides in hepatic tissue. For the statistical treatment of the data the analysis of variance was used, followed by Tukey post-test, using the Prism 5.0 software with  $p < 0.05$ . **RESULTS:** The results of this study showed that the aqueous extract of tamarind, in low doses, 0.2% reduced weight gain and fat accumulation in adipose tissues, and modulates the parameters of glucose tolerance, insulin and leptin in serum when compared to HFD control group. In liver, the extract reduced the concentrations of the triglycerides and lipid peroxidation, and increased GPx activity, allowing these variables to reach values similar to the normolipid control group. **CONCLUSION:** This study showed the effects of aqueous extract of tamarind in biochemical and oxidative stress markers of the animals fed with high fat diet, revealing possible hepatoprotective effects and weight gain.

**REFERENCES:**

- BRAY, G.A.; CLEARFIELD, M.B.; FINTEL, D.J.; NELINSON, D.S. Overweight and obesity: the pathogenesis of cardiometabolic risks. **Clinical Cornerstone**. v.9, n.4, p. 30-42, 2009.
- FURUKAWA, S.; FUJITA, T.; SHIMABUKURO, M.; IWAKI, M.; YAMADA, Y.; NAKAJIMA, O.; NAKAYAMA, O.; MAKISHIMA, M.; MATSUDA, M.; SHIMOMURA, L. Increased oxidative stress in obesity and impact on metabolic syndrome. **J. Clin Invest**. v. 114, p. 1752-1761, 2014.
- KHAIRUNNUUR, F.A.; ZULKHAIRI, A.; AZRINA, A.; KAMAL, M. S.; ZAMREE A.; KAMILAH, K.A.K. Antiobesity effect of Tamarindus indica L. pulp aqueous extract in High-fat Diet-Induced Obese Rats. **J. Nat. Med.** 2011.
- LUMENG, C. N.; DeYOUNG, S. M.; BODZIN, J. L.; SALTIEL, A. R. Increased inflammatory properties of adipose tissue macrophages recruited during diet-induced obesity. **Diabetes**. v.56, p.16-23, 2007.

---

MARTINELLO, F.; SOARES, S.M.; FRANCO, J.J. SANTOS, A.C.; SUGOHARA, A.; GARCIA, S.B.; CURTI, S.A. Hypolipemic and antioxidant activities from Tamarindus indica L. pulp fruit extract in hypercholesterolemic hamsters. **Uyemura. Food and Chemical Toxicology** 44 (2006) pag. 810–818.

## ALERGIA ALIMENTAR AO LEITE DE VACA EM LACTENTES

Thuany Coelho Guerra  
TALITA KIZZY BARBOSA BARRETO (CRN 5- 4307)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: Thuany\_coelhoguerra@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** alergia alimentar, lactentes, leite de vaca, diagnóstico.

**INTRODUÇÃO:** A alergia alimentar (AA) é uma reação adversa do sistema imunológico, sendo provocada por antígenos presentes no alimento desencadeador da alergia. A AA é mais prevalente em crianças que em adultos, sendo que a mais comum nos lactentes é a alergia a proteínas do leite de vaca (APLV). Os sintomas mais frequentes dessa alergia apresentam-se no trato gastrointestinal, no trato respiratório e na pele. A APLV pode ser ocasionada por introdução precoce do leite de vaca ao lactente, quando o mesmo deveria estar alimentando-se apenas do leite materno até os 6 meses de idade; sendo que a alimentação da mãe também tem fator influente nos antígenos passados ao filho, presentes no leite materno. **OBJETIVO:** O presente trabalho tem por objetivo, a partir da realização de um estudo bibliográfico, investigar as prováveis causas da APLV em lactentes, tomando nota sobre diagnósticos, além de averiguar substitutos ao leite de vaca. **METODOLOGIA:** Os procedimentos metodológicos utilizados foram leituras bibliográficas de artigos publicados no google acadêmico acerca da alergia alimentar ao leite de vaca em lactentes. **DESENVOLVIMENTO:** Devida a APLV, é necessária a exclusão do leite de vaca - e seus derivados - como alimento ao lactente. As fórmulas à base de soja são o substituto mais comumente utilizado, devido ao seu baixo custo e sabor palatável, porém há controversas quanto ao seu uso, devido a sua possível alergenicidade. Existem também as fórmulas extensamente hidrolisadas e parcialmente hidrolisadas - em que as proteínas estão fragmentadas para obstar a reação alérgica - e há as que contêm 100% de aminoácidos livres, apresentando maior custo financeiro para as famílias, sendo, por isso, inacessíveis a muitas delas. O diagnóstico da alergia a proteínas do leite de vaca deve ser efetuado com muita cautela, sendo executado teste de provocação e exclusão do alimento, associado a testes cutâneos de hipersensibilidade, etc. Vale salientar que os testes cutâneos, sozinhos, sugerem mas não confirmam o diagnóstico. **CONCLUSÃO:** A alergia a proteínas do leite de vaca é uma alergia alimentar mais comumente presente nos lactentes, sendo possivelmente ocasionada pela introdução precoce do leite de vaca, fazendo-se necessárias a total exclusão desse alimento e de seus derivados e a escolha de seu(s) substituto(s). O indivíduo com APLV pode apresentar uma gama de sintomas, sendo, portanto, indispensáveis o conhecimento das diversas formas clínicas e uma minuciosa anamnese, a fim de efetuar o diagnóstico correto.

## REFERENCIAS

- AMANCIO, Olga Maria S. et al (coord.). Guia prático de diagnóstico e tratamento da Alergia às Proteínas do Leite de Vaca mediada pela imunoglobulina E. **Revista Brasileira de Alergia e Imunopatologia**, São Paulo, v. 35, n. 6, p. 203-233, nov./dez. 2012.
- ABDALLA, Dulcineia et al. Evolução clínica e laboratorial de crianças com alergia a leite de vaca e ingestão de bebida à base de soja. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 23, n. 1, p. 27-34, mar. 2005.
- CASTRO, Ana Paula B. M. et al. Uso de fórmulas à base de soja na alergia à proteína do leite de vaca. **Revista Brasileira de Alergia e Imunopatologia**, São Paulo, v. 34, n. 5, p. 187-192, set./out. 2011.

- 
- CONSTANT, Patrícia B. L.; MOURA, Suelane M.; PEREIRA, Ana Carolina da S. Alergia alimentar: sistema imunológico e principais alimentos envolvidos. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, Londrina, v. 29, n. 2, p. 189-200, jul./dez. 2008.
- CORTEZ, Ana Paula B. et al. Conhecimento de pediatras e nutricionistas sobre o tratamento da alergia ao leite de vaca no lactente. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 25, n. 2, p. 106-113, jun. 2007.
- DANTAS, Vera et al. Sensibilização a alérgenos inalantes e alimentares em crianças brasileiras atópicas, pela determinação in vitro de IgE total e específica Projeto Alergia (PROAL). **Jornal de Pediatria**, Porto Alegre, v. 80, n. 3, p. 203-210, mai/jun. 2004.
- FAGUNDES-NETO, Ulysses et al. Ingestão de nutrientes e estado nutricional de crianças em dieta isenta de leite de vaca e derivados. **Jornal de Pediatria**, Porto Alegre, v. 80, n. 5, p. 363-370, nov. 2004.
- GIUGLIANI, Elsa R. J.; MONTE, Cristina M. G. Recomendações para alimentação complementar da criança em aleitamento materno. **Jornal de Pediatria**, Porto Alegre, v. 80, n. 5(Supl), p. S131-S141, nov. 2004.



**RELATO DE EXPERIÊNCIA DE AÇÃO DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL UTILIZANDO A PIRÂMIDE ALIMENTAR BRASILEIRA NA SALA DE ESPERA DA CLÍNICA ESCOLA DE NUTRIÇÃO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE – CAMPUS LAGARTO**

VICTOR BATISTA OLIVEIRA  
LUCAS DE ANDRADE SANTOS  
LUCILENE FRANCISCA RIBEIRO  
KALIL LUNO CARDOSO SILVA  
KELLY PROTÁSIO DE SOUZA CRN-1898.

Universidade Federal de Sergipe (UFS). Campus Professor Antônio Garcia Filho. Departamento de Nutrição.

[vbo.nutri@gmail.com](mailto:vbo.nutri@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Alimentar e Nutricional; Hábitos Alimentares; Alimentos, Dieta e Nutrição; Comportamento alimentar.

**INTRODUÇÃO:** O Brasil tem passado por uma fase de transição epidemiológica, caracterizada pela redução de doenças infecciosas e simultaneamente o aumento das doenças crônicas não transmissíveis, em especial, as doenças cardiovasculares, diabetes e obesidade. Estas, incluem os hábitos alimentares entre os principais agentes etiológicos para o seu desenvolvimento. (BRASIL, 2010). Segundo Motta & Bogg (1991), a Educação Nutricional tem por finalidade a transmissão de conhecimento para a formação de atitudes e práticas que conduzam à melhoria da saúde por meio de uma alimentação saudável. A partir deste cenário, na clínica escola de nutrição da Universidade Federal de Sergipe – campus Lagarto, a pirâmide alimentar brasileira foi utilizada como ferramenta para a aplicação da educação nutricional. Segundo Phillipi (1999) e Welsh (1992), a pirâmide é uma representação gráfica qualitativa e quantitativa facilitadora na adoção de hábitos alimentares adequados e na escolha de alimentos saudáveis. **OBJETIVOS:** Conscientizar os pacientes da clínica escola de nutrição por meio da pirâmide alimentar a importância da alimentação saudável e equilibrada para a saúde. **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de experiência, da execução de uma atividade de educação alimentar e nutricional, utilizando a nova pirâmide alimentar brasileira redesenhada por Phillipi (2013), a atividade foi desenvolvida com os pacientes na sala de espera da Clínica escola de Nutrição da UFS, Lagarto-SE. Para a construção da atividade, foram utilizados uma cartolina amarela 50x66, em que, foi desenhado a pirâmide com o auxílio de uma régua de 30 cm e um pincel para quadro branco da cor preta, para preencher a pirâmide foram impressos imagens de alimentos pertencentes aos grupos alimentares e requisitado aos pacientes que indicassem em qual posição da pirâmide esses alimentos deveriam estar. **RESULTADOS:** A atividade foi realizada na presença de cinco pacientes, três mulheres adultas, um homem adulto e uma criança. Entre estas, todos tinham conhecimento da existência da pirâmide alimentar brasileira, porém, surgiram dúvidas em relação as porções, as medidas caseiras, aos grupos alimentares e aos benefícios oferecidos por alguns alimentos presentes na pirâmide, estes questionamentos foram elucidados e os pacientes possuíram então conhecimentos a mais que facilitariam a escolha de alimentos de forma adequada e a formação de hábitos alimentares saudáveis. **CONCLUSÃO:** Ações de educação nutricional, se aplicada de forma correta, adequada, respeitando as especificidades do público alvo e aliado a uma ferramenta eficiente, como, a pirâmide alimentar brasileira, podem desempenhar um efetivo papel na formação de hábitos alimentares saudáveis para a melhoria da qualidade de vida.

**REFERÊNCIAS:**

---

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília: Ministério da Saúde, 2010.

PHILIPPI, S. T. et al. Pirâmide alimentar adaptada: guia para escolha dos alimentos. *RevNutr*, v. 12, n. 1, p. 65-80, 1999a.

MOTTA, D.G. da, BOOG, M.C.F. *Educação nutricional*. 3.ed. São Paulo: IBRASA, 1991. 182p.

WELSH, S., DAVIS, C., SHAW, A. Development of the food guide pyramid. **Nutrition Today**, Annapolis, v.27, n.6, p.12-23, 1992b.

PHILIPPI, S.T. et al. Redesenho da pirâmide alimentar brasileira para uma alimentação saudável. [S.l.: s.n.], 2013

**SUPLEMENTAÇÃO COM CASTANHA-DO-BRASIL (*Bertholletia excelsa* H.B.K.) MELHORA STATUS DE SELÊNIO SEM ALTERAR A ATIVIDADE DA GPX EM PACIENTES COM DIABETES TIPO 1 NA PRESENÇA DO SNP PRO198LEU NO GENE DA GPX1**

LILIANE VIANA PIRES<sup>1, 2</sup> (CRN: 8056);  
LEILA LEIKO HASHIMOTO<sup>2</sup>;  
LUCIANE LUCA DE ALENCAR<sup>2</sup>;  
VERÔNICA DA SILVA BANDEIRA<sup>2</sup>;  
SILVIA MARIA FRANCISCATO COZZOLINO<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Departamento de Nutrição, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Brasil.

<sup>2</sup> Departamento de Alimentos e Nutrição Experimental, Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Universidade de São Paulo, São Paulo, Brasil.

E-mail: [lvianapires@gmail.com](mailto:lvianapires@gmail.com)

**Palavras-chave:** Selênio; Polimorfismo genético; Diabetes *mellitus* tipo 1; Glutathione peroxidase.

**INTRODUÇÃO:** Estudos com abordagem nutrigenética sugerem que alterações nos genes das selenoproteínas, como a glutathione peroxidase (GPx), podem influenciar no aproveitamento do selênio dietético, podendo variar de um indivíduo para outro (FERGUSON; KARUNASINGHE, 2011; MÉPLAN, 2011; HESKETH, 2008). O primeiro polimorfismo de nucleotídeo único (SNP) identificado nos genes das glutathione peroxidases foi o Pro198Leu, o qual possui uma variação da base citosina, que codifica prolina, por timina (C>T), que codifica leucina, na região codificadora para a proteína no gene da GPx1 (rs1050450) (MOSCOW *et al.*, 1992). Associado a isso, tem-se buscado esse entendimento nas doenças crônicas, dentre elas, a diabetes *mellitus*, visto que a presença de polimorfismos nos genes que codificam a GPx pode influenciar no sistema de defesa antioxidante. **OBJETIVO:** Avaliar a influência do SNP Pro198Leu no gene da GPx1 no status de selênio e atividade da GPx de pacientes com diabetes tipo 1 (DM1), após a suplementação com castanha-do-brasil. **METODOLOGIA:** Estudo longitudinal, no qual foram avaliados 35 pacientes com DM1, idade entre 10 e 25 anos, que receberam suplementação com 290 µg/selênio/dia por meio da ingestão de castanha-do-brasil, durante 60 dias. A avaliação do *status* de selênio foi realizada por meio das concentrações de selênio no plasma e eritrócitos pelo método de Espectrofotometria de Absorção Atômica por Geração de Hidretos Acoplada à Cella de Quartzo (HAO *et al.*, 1996). A atividade da GPx no sangue total foi determinada pelo consumo de NADPH nas amostras, com auxílio de kit comercial (Ransel, Randox®). A genotipagem do SNP no gene da GPx1 (rs1050450) foi realizada pelo sistema *TaqMan SNP Genotyping Assays*. Os resultados foram agrupados de acordo com a presença de alelos polimórficos (CT e TT, n=15) e alelo selvagem (CC, n=20). A comparação foi feita por meio do teste T de *Student* com nível de significância de 95%. **RESULTADOS:** Em relação ao *status* de selênio, houve aumento significativo na concentração de selênio no plasma e eritrócitos após a intervenção (p<0,05), sem diferença entre os genótipos. A suplementação aumentou a atividade da GPx no grupo de pacientes com alelo selvagem (CC: *basal*: 36,51 ± 8,18 U/g Hb; *após suplementação*: 43,02 ± 13,91 U/g Hb, p<0,05). Alterações não foram observadas no grupo com alelos polimórficos (CT e TT). **CONCLUSÃO:** A suplementação com castanha-do-brasil melhorou o *status* de selênio, independente do genótipo. A presença do alelo polimórfico influenciou no aumento da atividade da GPx após a suplementação. Isto demonstra que o aproveitamento do selênio dietético está relacionado ao genótipo.

---

**REFERÊNCIAS:**

- FERGUSON, L.; KARUNASINGHE, L. R. Nutrigenetics, nutrigenomics, and selenium. **Frontiers in Genetic**, v. 2, n. 15, 2011. doi: 10.3389/fgene.2011.00015
- HAO, D. Q.; XIE, G. H.; ZHANG, Y. M.; TIAN, G. J. Determination of serum selenium by hydride generation flame atomic absorption spectrometry. **Talanta**, v. 43, p. 595-600, 1996.
- HESKETH, J. Nutrigenomics and selenium: gene expression patterns, physiological targets, and genetics. **Annual Review of Nutrition**, v. 28, p. 157-177, 2008.
- MÉPLAN, C. Trace elements and ageing, a genomic perspective using selenium as an example. **Journal Trace Element Medicine Biology**, v. 25, Suppl. 1, p. S11-S16, 2011.
- MOSCOW, J.A.; MORROW, C.S.; HE, R.; MULLENBACH, G.T.; COWAN, K.H. Structure and function of the 5-flanking sequence of the human cytosolic selenium-dependent glutathione peroxidase gene (hgp1). **Journal of Biological Chemistry**, v. 67, p. 5949-58, 1992.

## ELEVADO RISCO CARDIOVASCULAR EM INDIVÍDUOS COM DIABETES TIPO 2 ASSISTIDOS EM UMA LIGA ACADÊMICA

GABRIELLI BARBOSA DE CARVALHO  
PAULA NASCIMENTO BRANDÃO LIMA  
ANALÍCIA ROCHA SANTOS FREIRE  
LILIANE VIANA PIRES (CRN: 8056).

Departamento de Nutrição, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.  
gabicarvalho\_31@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** diabetes mellitus; doenças cardiovasculares; fatores de risco.

**INTRODUÇÃO:** O diabetes *mellitus* tipo 2 é uma doença metabólica crônica que pode levar a complicações micro e macrovasculares, sendo caracterizada pela hiperglicemia, podendo ser influenciada por diversos fatores como hábitos alimentares, sedentarismo, tabagismo e obesidade, os quais apresentam impacto negativo sobre a qualidade de vida (SBD, 2016; ADA, 2015). A incidência de doença arterial coronariana é duas a quatro vezes maior nos pacientes com diabetes tipo 2 do que na população geral, sendo que os que desenvolvem essas doenças apresentam um pior prognóstico e uma menor sobrevida em relação aos indivíduos não-diabéticos (OLIVEIRA, et al., 2007). **OBJETIVO:** Avaliar o risco cardiovascular de indivíduos diabéticos tipo 2 assistidos pela Liga Acadêmica de Nutrição em Diabetes (LANUD). **METODOLOGIA:** Estudo transversal, no qual foram avaliados 22 pacientes com diabetes tipo 2, de ambos os gêneros, atendidos no ambulatório de Nutrição do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Sergipe. Para análise do risco cardiovascular utilizou-se o Escore de Risco de Framingham, proposto pelo *National Cholesterol Education Program* (NCEP, 2001). Neste escore foram contempladas as variáveis dos indivíduos: sexo, idade, tabagismo, diabetes *mellitus*, lipoproteína de alta densidade (LDL-c), colesterol total, pressão arterial sistólica e diastólica. O resultado do escore representa um percentual de probabilidade de ocorrência de doença cardiovascular em 10 anos, considerando risco baixo, médio e alto quando o escore final é <10%, de 10 a 20% e >20%, respectivamente (LLOYD-JONES 2004). Também foi determinado o Índice de Castelli I, o qual é obtido pela relação das concentrações de colesterol total e lipoproteína de alta densidade (HDL-c), considerado elevado valores acima de 4,4. Foi realizada uma análise descritiva dos resultados com apresentação de frequências relativas e valores médios. **RESULTADOS:** A média de idade dos indivíduos avaliados foi 55,7 anos e tempo de diagnóstico de 8,83 anos. Observou-se que entre as classificações de risco para doença cardiovascular, o alto (36,4%) e médio (36,4%) risco foram os mais frequentes. A frequência dos indivíduos com baixo risco foi de 27,2%. Quando avaliado pelo Índice de Castelli I, 77,3% dos pacientes avaliados apresentaram risco de doenças cardiovasculares, com média de 5,3. A dislipidemia nesta doença é caracterizada pela alta concentração de triglicérides no plasma, reduzida concentração HDL-c e elevada concentração de LDL-c, resultados encontrados nos indivíduos avaliados. **CONCLUSÃO:** A partir dos dados obtidos, conclui-se que os pacientes com diabetes tipo 2 apresentaram risco para o desenvolvimento de doença cardíaca coronariana, assim como outros fatores de risco associados como sedentarismo.

### REFERÊNCIAS:

- AMERICAN DIABETES ASSOCIATION. Diagnosis and classification of diabetes mellitus. *Diabetes Care*, v. 33, suppl. 1, p. S62-S69, 2015.
- LLOYD-JONES, D.M., et al. Lifetime Risk for Development of Atrial Fibrillation, The Framingham Heart Study. *Arrhythmia/Electrophysiology*, v. 110, n. 9, p. 1042-1046, 2004.

---

NATIONAL CHOLESTEROL EDUCATION PROGRAM (NCEP). Executive Summary of the Third Report of the National Cholesterol Education Program (NCEP) Expert Panel on Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Cholesterol in Adults (Adult Treatment Panel III). **JAMA**, v. 285, n. 19, p. 2486-2497, 2001.

OLIVEIRA, D.S., et al. Avaliação do risco cardiovascular segundo os critérios de Framingham em pacientes com diabetes tipo 2. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia**, v. 51, n.2, p. 268-274, 2007.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES (SBD). Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes (2015-2016). São Paulo: AC Farmacêutica, 2016. Disponível em: <<http://www.diabetes.org.br/sbdonline/images/docs/DIRETRIZES-SBD-2015-2016.pdf>>. Acesso em: 13 agosto 2016.

## DIFERENÇAS ANTROPOMÉTRICAS E COMPORTAMENTAIS ENTRE IDOSAS JOVENS E IDOSAS MAIS VELHAS

LUANA EDLA LIMA

ANA CATARINA MENESES SANTOS

JAMILLE MENDONÇA REINALDO(CRN5 7488);

JAMYLLÉ ARAÚJO ALMEIDA (CRN5 7799/P);

RAQUEL SIMÕES MENDES NETTO(CRN5 2158).

Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil  
edlaluana@gmail.com

**PALAVRAS - CHAVE:** Sobrepeso; Idosas; Imagem Corporal

**INTRODUÇÃO:** Estimativas indicam que o Brasil em 2025 estará entre as seis nações mais envelhecidas do mundo (NERY, 2007 e IBGE, 2015). Com o processo de envelhecimento ocorrem mudanças metabólicas que refletem na composição corporal resultando, normalmente, em declínio da massa livre de gordura e aumento e redistribuição da adiposidade, concentrando principalmente na região visceral. Essas alterações corporais unidas ao sedentarismo e a má alimentação, contribuem para obesidade entre os idosos (MELLO, 2008). Dentre a população idosa, há um elevado número de mulheres que se mostram insatisfeitas com o excesso de peso corporal (PEREIRA, *et al.* 2009). **OBJETIVOS:** Comparar se idosas mais jovens e idosas mais velhas apresentam diferenças quanto a variáveis antropométricas e condições de saúde e nutrição. **METODOLOGIA:** A coleta de dados foi realizada no mês de junho de 2015. A amostra é composta por dezoito idosas ativas que foram divididas em dois grupos: Idosas Jovens  $\leq 69$  anos (IJ) (N=10) e Idosas Mais Velhas  $\geq 70$  anos (IMV) (N=8). Foi aplicada anamnese de saúde e nutrição e aferidos a massa corporal (kg), estatura, circunferência do braço (CB) e dobra tricipital (DCT). A partir destas medidas antropométricas foi calculado o Índice de Massa Corporal (IMC) classificados de acordo com os critérios preconizados por Lipschitz (1994). A normalidade dos dados foi analisada pelo teste Shapiro Wilk. Aplicou-se o testes T de Student e Qui-quadrado para comparação dos grupos. Considerou-se diferença estatística o valor de  $p < 0,05$ . **RESULTADOS:** A amostra possui média de idade de 67 anos; 83% relata o uso de medicamentos contínuos, 73% apresenta fundamental incompleto. As IJ apresentaram maiores valores de DCT ( $32,2 \pm 8,24$  mm) ( $p=0,001$ ) e massa corporal ( $71,6 \pm 13,3$  kg) ( $p=0,029$ ) quando comparado as II. Embora não haja diferença quanto a classificação do IMC ( $p=0,57$ ), as IJ apresentaram significativamente maior percepção de excesso de peso (78%) ( $p=0,01$ ), como também tentativa de emagrecimento jovens (66,7%) ( $p=0,04$ ). **CONCLUSÃO:** As IJ apresentaram maior composição corporal relativa à adiposidade. Apesar de não haver diferença quanto ao IMC, há uma maior percepção do excesso de peso e tentativas de emagrecimento nos últimos seis meses entre as IJ em comparação com as IMV.

### REFERÊNCIAS

IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Dia nacional do idoso.** Disponível em: <<http://teen.ibge.gov.br/calendario-teen-7a12/evento/1022-dia-nacional-do-idoso.html>>. Acesso em: 14 dez. 2015.

MELLO, Danielli Braga De. **Influência da obesidade na qualidade de vida de idosos.** 2008. 93 f. Tese (Doutorado em Ciências na área de Saúde Pública). Escola Nacional de Saúde Pública, Rio de Janeiro, 2008.

NERY, Marina. Revista de Informações e Debates do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada. **Sociedade - A nova velha geração.** Ano 4, Ed. 32, março. 2007. Disponível em

---

<[http://www.ipea.gov.br/desafios/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1143:reportagens-materias&Itemid=39](http://www.ipea.gov.br/desafios/index.php?option=com_content&view=article&id=1143:reportagens-materias&Itemid=39)> Acesso em 20 de dezembro de 2015.

PEREIRA, Érico Felden; *et al.* Relação entre diferentes indicadores antropométricos e a percepção da imagem corporal em idosas ativas. **Revista de Psiquiatria Clínica**. Santa Maria, RS, v. 36, n. 2, p. 54-9. 2009.

VIRTUOSO, Janeisa Franck; *et al.* Perfil de morbidade referida e padrão de acesso a serviços de saúde por idosos praticantes de atividade física. **Ciência & Saúde Coletiva**, Santa Catarina, RS, v. 1, n. 17, p. 23-31, jan. 2012.



**ASSOCIAÇÃO ENTRE INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS E DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS DE PACIENTES PORTADORES DE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS DO AMBULATÓRIO UNIVERSITÁRIO EM ARACAJU – SE**

HISYS RAVELLY SANTOS DE SOUZA;  
MARCIA FERREIRA CANDIDO;  
MARCIA MARIA MACELO LIMA.

HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE SERGIPE; ARACAJU-SE. BRASIL.

**PALAVRAS-CHAVES:** Variáveis sociodemográficas; Antropometria; Renda; Escolaridade.

**INTRODUÇÃO:** A antropometria se mostra uma alternativa interessante na avaliação da gordura central, devido a uma série de vantagens que a apontam como o método de maior aplicabilidade, encorajando uma parcela cada vez maior de profissionais a recorrerem a seus procedimentos, tanto na prática clínica quanto em pesquisas científicas. Devido ao baixo custo, inocuidade, simplicidade de utilização e interpretação que as medidas antropométricas apresentam, tem servido como indicadores de risco para doenças não transmissíveis. (MACHADO,2013). Segundo Salomão (2013), evidências apontam para a importância dos determinantes sociais na diminuição do risco em desenvolver doenças, especialmente naquelas influenciada diretamente por condições moradia e influências alimentares. Dessa forma, o presente estudo objetivou investigar a existência de associação entre o diagnóstico nutricional por meio da antropometria e as variáveis socioeconômicas. **OBJETIVOS:** O objetivo do trabalho foi identificar perfis relacionando indicadores antropométricos e sociodemográficos, visando uma melhor compreensão da associação entre essas variáveis para a prática profissional do nutricionista. **MÉTODOS:** Foi realizada uma pesquisa exploratória de corte transversal envolvendo 459 pacientes atendidos no Ambulatório do Hospital Universitário de Sergipe (HU), Aracaju - SE, no período entre Agosto de 2015 e Agosto de 2016. Foram incluídas no estudo pessoas adultas, de ambos os sexos, atendidos nos diversos serviços de saúde do Ambulatório. Os critérios de não inclusão foram: apresentar diagnóstico de transtorno mental ou outra morbidade que inviabilizasse a aplicação do questionário ou da avaliação antropométrica. Esse projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe- HU/UFS (protocolo: 16895213.5.0000.5546) e todos os participantes foram esclarecidos quanto aos objetivos e procedimentos da pesquisa. Os participantes responderam um questionário com questões sociodemográficas, como idade, sexo, escolaridade e renda salarial. A avaliação antropométrica foi composta pelo Índice de Massa Corporal (IMC) e pela Circunferência da Cintura (CC). Para o cálculo do IMC foi feita a aferição do peso, utilizando balança digital, e da estatura, aferida com auxílio de um estadiômetro, com os pacientes descalços em posição ortostática. A classificação do IMC e da CC foi realizada conforme recomendação da Organização Mundial de Saúde (OMS, 1998). A CC foi aferida com fita métrica inelástica no ponto médio entre a crista ilíaca e última costela. Os dados foram compilados no software SPSS versão 18.0. Os resultados foram expressos como média  $\pm$  desvio padrão e percentual. **RESULTADOS:** A idade média dos participantes foi  $59,11 \pm 12,36$  anos, sendo a maioria do sexo feminino (74,7%). Os resultados mostraram que a maior parte dos participantes estava com sobrepeso (40,4%) e apresentando risco muito elevado para complicações metabólicas relacionadas a obesidade (42,3%), conforme a CC. As análises entre os dados antropométricos e sociodemográficos revelaram uma associação entre a renda salarial e o nutricional, em ambos os sexos. A maior parte dos participantes com renda de 01 a 03 salários mínimos estavam obesos, de acordo com o IMC ( $30,86 \pm 8,47$ ) e apresentou CC elevada ( $99,41 \pm 14,75$ ). Com relação à associação entre os indicadores antropométricos e a escolaridade foi observado que os de níveis mais baixos de aprendizagem e frequência escolar se distribuíram entre as classificações de

sobrepeso e obesidade, bem como risco elevado ou muito elevado para complicações metabólicas relacionadas à obesidade. **CONCLUSÃO:** Com base nesses achados pode-se concluir a importância em associar variáveis na avaliação nutricional buscando gerar resultados mais precisos e, assim, propiciar condutas mais eficazes na prática do nutricionista.

## **REFERÊNCIAS**

MACHADO, Soraia Pinheiro et al. Correlação entre o índice de massa corporal e indicadores antropométricos de obesidade abdominal em portadores de diabetes mellitus tipo 2. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 25, n. 4, p. 512-520, 2013.

Organização Mundial da Saúde. Obesity: prevention and management of the global epidemic. The WHO consultation on obesity. Geneve 1998:3-5.

SALOMÃO, Cristilene Batista et al. Fatores associados a hipertensão arterial em usuários de serviço de promoção à saúde. **Revista Mineira de Enfermagem**, v. 17, n. 1, p. 33-46, 2013.

## **ANÁLISE ENTRE O CONSUMO DE SÓDIO, POTÁSSIO E FÓSFORO E O ESTADO NUTRICIONAL DE PACIENTES EM HEMODIÁLISE ATENDIDOS EM UM HOSPITAL DE ARACAJU/SE**

KÉTSIA LUANA SANTOS CORRÊA,  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 -4139),  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN5 -5943)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: ketsialuanasc@outlook.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Hemodiálise. Desnutrição. Estado nutricional.

**INTRODUÇÃO:** Pacientes que realizam hemodiálise e possuem insuficiência renal crônica, frequentemente apresentam anormalidade nutricional, demonstrando baixa adequação de peso e colesterol, o que aumenta o risco de mortalidade. Também existem fatores associados no procedimento dialítico e outras doenças associadas que contribuem para a desnutrição. É imprescindível ter um conhecimento sobre os hábitos alimentares dos pacientes, para que se possa diagnosticar adequadamente o estado nutricional e ter uma boa conduta na recuperação e manutenção da saúde destes pacientes. **OBJETIVO:** Analisar o consumo de potássio, sódio e fósforo, e o estado nutricional de pacientes em hemodiálise em um hospital público de Sergipe. **METODOLOGIA:** Estudo transversal e descritivo, realizado com pacientes dialíticos, de ambos os sexos, no período de dezembro de 2014 a abril de 2015. O estado nutricional foi realizado através de dados antropométricos da Circunferência do Braço (CB) e classificado segundo a Organização Mundial da Saúde. Para avaliar o consumo alimentar foi aplicado o recordatório 24 horas (Rec 24h) para observar o consumo de Fósforo (P), Sódio (Na) e Potássio (K). Os dados foram tabulados no Excel®, analisados no SPSS® e expressos em média e desvio padrão e porcentagem. **RESULTADOS:** Participaram do estudo 34 pacientes de ambos os sexos com idade média de  $55,88 \pm 15,85$  anos. De acordo com a avaliação antropométrica da circunferência do braço (CB) observou-se que 73,53% dos pacientes apresentavam desnutrição, 23,53% eram eutróficos e 2,94% possuíam sobrepeso. O recordatório 24 horas mostrou que o consumo médio de potássio (K) foi de  $848,11 \pm 419,57$  mg, o sódio (Na) foi de  $668,34 \pm 450,24$  mg e o consumo de fósforo (P) foi de  $430,38 \pm 216,79$  mg. Consumo considerado abaixo do recomendado para a referida faixa etária e situação fisiológica. **CONCLUSÃO:** Os pacientes do referido hospital público que realizavam hemodiálise apresentavam em sua maioria desnutrição e estavam com o consumo de sódio, fósforo e potássio abaixo do recomendado. Conhecer o estado nutricional e o consumo de nutrientes é essencial para estabelecer uma boa conduta nutricional destes pacientes a fim de melhorar e/ou recuperar seu estado de saúde.

### **REFERÊNCIAS:**

- CUPPARI, Lilian. **Nutrição: nas doenças crônicas não-transmissíveis**. Barueri, SP: Manole, 2009.
- DUARTE, Antonio Cláudio Goulart. **Avaliação nutricional: aspectos clínicos e laboratoriais**. São Paulo: Atheneu, 2007.
- ESCOTT-STUMP, Sylvia; MAHAN, L. Kathleen. **Krause, alimentos, nutrição e dietoterapia**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.
- ROSSI, Luciana; CARUSO, Lúcia; GALANTE, Andrea Polo. **Avaliação nutricional: novas perspectivas**. São Paulo: Roca / Centro Universitário São Camilo, 2008.

---

WAITZBERG, DL; Alves CC. Indicações e técnicas de ministração em Nutrição Enteral. In: Waitzberg DL. **Nutrição oral, enteral e parenteral na prática clínica**. 4ª ed. São Paulo: Atheneu; 2009. p. 787.

## DETERMINANTES DO GANHO DE PESO E ESTRATÉGIAS PARA PERDA PONDERAL EM ADULTOS SOBREPESADOS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE PERDA DE PESO

PAULIANA RIBEIRO DOS SANTOS (CRN5 9055/P)  
MARINA DE MACEDO RODRIGUES LEITE (CRN5 6923)  
ANA CAROLINA SANTOS BARBOS MACHADO (CRN5 6030)  
BÁRBARA LÚCIA FONSECA CHAGAS (CRN5 6018)  
RAQUEL SIMÕES MENDES NETTO (CRN5 2158).  
Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.  
pauliananutri@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Obesidade. Perda de peso. Adesão.

**INTRODUÇÃO:** A obesidade atinge cerca de 18% dos brasileiros<sup>1</sup> considerada o maior problema de saúde pública da atualidade, vem provocando elevados custos para os cofres públicos<sup>2</sup>. Observa-se que as estratégias mais comuns para seu enfrentamento dizem respeito a mudanças dietéticas, prática de exercícios físicos, uso de fármacos e intervenção cirúrgica<sup>3</sup>. Porém, a efetividade destes tratamentos em longo prazo é bastante variável, estudos apontam que a resposta para tal variabilidade pode estar nas barreiras individuais encontradas para a adesão ao tratamento<sup>4,5</sup>. Uma vez que, independente da estratégia, com o passar do tempo há um decréscimo na perda ponderal devido a adaptações neuro-hormonais, o que pode acabar desmotivando o paciente e promovendo um ganho de peso subsequente<sup>6</sup>. **OBJETIVO:** O objetivo deste estudo foi investigar as práticas anteriores de estratégias para perda ponderal e as principais barreiras identificadas entre indivíduos sobrepesados selecionados para um programa de perda de peso. **METODOLOGIA:** O estudo foi conduzido com indivíduos sobrepesados/obesos, selecionados para participar de um programa de perda de peso envolvendo estratégias dietéticas e exercícios físicos. Os dados foram obtidos através da anamnese de saúde e nutrição aplicada na seleção de participantes com o objetivo de caracterização da amostra. A anamnese consistiu em questionário estruturado com questões de múltipla escolha, composto por perguntas referentes à antecedentes familiares, histórico ponderal, tratamentos anteriores, resultados e adesão, além disso, foi realizada avaliação dietética, a partir de recordatório de 24h. Para análise dos dados foi utilizada estatística descritiva, analisando a prevalência e teste qui-quadrado para avaliar possíveis diferenças entre gênero, IMC e faixa etária. **RESULTADOS:** A amostra foi composta por 106 indivíduos com IMC entre 24,9 e 34,9Kg/m<sup>2</sup>, destes 64% eram do sexo feminino e 59,6% eram obesos. Dentre as justificativas para o excesso de peso, 65,9% da amostra relataram os erros alimentares como principal determinante, sendo este determinante estatisticamente significativo entre os obesos ( $p < 0,05$ ), de forma coerente com esta informação, a análise dietética destes indivíduos mostrou que mais de 60% possui ingestão de gorduras saturadas e colesterol acima do recomendado, e 71% apresentam baixa ingestão de fibras. Quanto aos tratamentos anteriores, 43% da amostra relatou tentativa anterior de perda de peso, destes, 78,3% recorreram a prática de exercícios físicos, 73% relataram a adoção de estratégias dietéticas e 28,3% afirmaram fazer uso de medicamento, sendo esta estratégia encontrada principalmente entre os obesos ( $p < 0,05$ ). Dos indivíduos que relataram a prática de alguma estratégia para perda de peso, 93,5% relataram desistir do tratamento por falta de adesão e/ou persistência, 10,9% devido as severas restrições alimentares e 8,7% devido efeitos colaterais dos medicamentos. Além disso, 86,6% dos indivíduos que adotaram alguma estratégia para perda de peso relataram posterior recuperação do peso perdido. **CONCLUSÃO:** Os indivíduos obesos participantes deste estudo reconhecem os fatores do seu cotidiano que promovem o ganho ponderal, assumindo o hábito alimentar como principal determinante. Além disso, os mesmos buscaram tratamentos e o insucesso também foi

reconhecido, considerando como principal fator a falta de persistência/adesão as estratégias, levando conseqüentemente a recuperação do peso em um alto percentual da amostra.

## REFERENCIAS

- BRASIL, Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, VIGITEL Brasil 2014. Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília, 2015.
- BAHIA, L.; COUTINHO, E.S.; BARUFALDI, L.A.; ABREU, G.A.; MALHÃO, T.A.; SOUZA, C.P. *et al.* The costs of overweight and obesity-related diseases in the Brazilian public health system: cross-sectional study. *BMC Public Health*. v.18, n.12, p.440, 2012.
- DERAM, S.; VILLARES, F.M.S.; Genetic variants influencing effectiveness of weight loss strategies. *Arq Bras Endocrinol Metab*, v.53, n.2, p.129-138, 2009.
- KOEHNLEIN, E.A.; SALADO, G.A.; YAMADA, A.N.; Adesão à reeducação alimentar para perda de peso: determinantes, resultados e a percepção do paciente. *Rev Bras Nutr Clin*. v.23, p.56-65, 2008.
- GUIMARÃES, N.G.; DUTRA, E.S.; ITO, M.K.; CARVALHO, K.M.B. Adherence to a nutritional counseling program for adults with excess weight and comorbidities. *Rev.Nutr(Campinas)*. v.23, n.3, p.323-33. 2010.
- GREENWAY, F.L. adaptações fisiológicas para perda de peso e fatores que favorecem a recuperação do peso. *Int J Obes (Lond)* ; v.39; n.8; p. 1188-1196. 2015.

## ÍNDICE DE MASSA CORPORAL, CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA E RAZÃO CINTURA/ESTATURA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM EXCESSO DE PESO ATENDIDOS EM AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO

ISABELA REIS DO NASCIMENTO  
ANNE RAYSSA PEREIRA DE OLIVEIRA CRN (9059/P)  
KELLY THAIS ROCHA SOUZA (CRN9161/P)  
WILLIANY ISIS SANTOS  
DANIELLE GÓES DA SILVA (CRN3091)  
Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão-SE  
isabelar.nascimento@yahoo.com.br

**PALAVRAS CHAVE:** Obesidade infantil, Atendimento ambulatorial, estado nutricional.

**INTRODUÇÃO:** A obesidade infantil já pode ser considerada um problema de saúde pública no nosso país, com inúmeras repercussões negativas na qualidade de vida de crianças e adolescentes. A avaliação e o acompanhamento de indicadores antropométricos é útil para predizer os riscos de doenças metabólicas e cardiovasculares, auxiliando na intervenção precoce e na redução das co-morbidades (VITOLLO, 2015). **OBJETIVO:** Investigar o perfil nutricional de crianças e adolescentes com excesso de peso atendidos em ambulatório de nutrição do Hospital Universitário de Sergipe. **METODOLOGIA:** Estudo com dados retrospectivos de prontuários da primeira consulta de pacientes de 5 a 18 anos de idade com IMC/idade superior a +1 escore z da referência da OMS (2007). Foram coletadas informações de caracterização dos pacientes, bem como história clínica e antecedentes familiares. O estado nutricional foi classificado pelo IMC/idade segundo referência da OMS (WHO, 2006; 2007) e de corte do SISVAN (2011), a circunferência da cintura (CC) avaliada por Freedman et al (1999), razão CC/estatura (superior a 0,5) e dobras cutâneas tricipital (DCT) e subescapular (DCSE) (Frissancho, 1990). **RESULTADOS:** Avaliou-se dados de 68 pacientes com excesso de peso, sendo 51,7% meninas e 53,4% com idade < 10 anos. Somente para 35,4% dos pais, o ganho de peso tornou-se preocupação antes de 5 anos de idade, e 87,9% nunca fizeram dieta. O excesso de peso associado à dislipidemia foi o motivo da consulta para 31%. No total 24,1% tinham sobrepeso, 51,7% obesidade e 24,1% obesidade grave. Cerca de 90% apresentaram gordura excessiva pelas dobras cutâneas, 60,3% de CC aumentada e 87,7% risco na razão CC/estatura. Os meninos apresentaram mais obesidade grave (35,7%) em relação as meninas (13,3%). O risco de CC aumentada foi maior entre as crianças (84,6%) quando comparada aos adolescentes (48,1%). **CONCLUSÃO:** Conclui-se que o excesso de peso nesta amostra é caracterizado por significativas alterações em diversos indicadores antropométricos que aumentam o risco metabólico e cardiovascular, havendo maior gravidade no grupo das crianças e no gênero masculino.

### REFERÊNCIAS

- DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA.** Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN na assistência à saúde/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. **Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.**
- FREEDMAN, D. S.; SERDULA, M. K.; SRINIVASAN, S. R. et al. Relation of circumferences and skinfold thicknesses to lipid and insulin concentration in children and adolescents: the Bogalusa Heart Study. **American Journal Clinical Nutrition.** n. 69, p. 308-317, 1999.
- FRISANCHO, A. R. **Anthropometric standards for the assessment of growth and nutritional status.** Michigan: University of Michigan Press, 1990.200p.

LOHMAN, T.G. **advances in body composition assesement**. Current Issues in Exercise Science. Monograph n.3. Champaign, IL: Human kinectics. 1992.

VITOLLO, M. R. **Nutrição: da Gestaçãõ ao Envelhecimento**. 2. ed. Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2015.

PEREIRA, P. F; SERRANO, H. M. S; CARVALHO, G. Q; LAMOUNIER, J. A; PELUZIO, M. D. C. G; FRANCESCHINI, S. D. C. C; PRIORE, S. E. Circunferência da cintura e relação cintura/estatura: úteis para identificar risco metabólico em adolescentes do sexo feminino. **Revista Paulista Pediatria**, Minas Gerais, v. 29, n. 3, p. 372-7, 2011.

WHO Multicentre Growth Reference Study Group. **WHO Child Growth Standards: Length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age: Methods and development**. Geneva: World Health Organization, 2006 (312 pages).

WHO Multicentre Growth Reference Study Group. **WHO Child Growth Standards: Methods and development: Head circumference-for-age, arm circumference-for-age, triceps skinfold-for-age and subscapular skinfold-for-age**. Geneva: World Health Organization, 2007.

**Fonte(s) de financiamento:** Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Extensão –PIBIX/ Universidade Federal de Sergipe



## **AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA ATRAVÉS DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC) E DA CIRCUNFERÊNCIA DO BRAÇO (CB) DE PACIENTES CRÍTICOS**

**Autores:** Neylane Cecília Evangelista Santos,  
Tatiana Maria Palmeira dos Santos (CRN 5 -4139),  
Cristiani Alves Brandão (CRN 5 – 4697)  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN 5 – 5943)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: contato@nanynutri.com

**PALAVRAS CHAVE:** paciente crítico, avaliação nutricional, risco nutricional.

**INTRODUÇÃO:** A antropometria é o método indireto mais comumente utilizado na prática clínica e apresenta boa acurácia e precisão, sendo capaz de predizer risco nutricional além de descrever a magnitude dos problemas nutricionais de um indivíduo. No que diz respeito aos pacientes em estado crítico, essa eficácia dos dados antropométricos fica limitada já que as alterações no conjunto dos componentes que formam a massa corporal são muito comuns nesses tipos de pacientes dificultando a precisão na avaliação do estado nutricional. O EN (estado nutricional) do paciente hospitalizado influencia na evolução clínica, sendo de extrema importância que seja avaliado de maneira eficaz para detectar desnutrição ou risco nutricional, os quais estão associados ao maior risco de infecção, internações prolongadas, complicações metabólicas e morbimortalidade principalmente em pacientes graves. **OBJETIVO:** O objetivo do estudo foi avaliar o estado nutricional através do índice de massa corporal (IMC) e da circunferência do braço (CB), dos pacientes críticos internados em um hospital público de Aracaju, SE. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal realizado no Hospital de Urgência de Sergipe com pacientes críticos admitidos entre dezembro/2014 a abril/2015. Foram avaliados dados clínicos como causa da internação, tempo de permanência na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) e dados antropométricos de peso (kg) e altura (m) para o cálculo do índice de massa corporal (IMC) expresso em kg/m<sup>2</sup> e a circunferência do braço (CB) em centímetros (cm). Através desses dados foi classificado o estado nutricional dos pacientes em estado crítico. Os dados foram tabulados no Excel®, analisados no programa SPSS® e expressos em média, desvio-padrão e percentuais. **RESULTADOS:** Foram avaliados 40 pacientes sendo 22,5% adolescentes, 75% adultos e 2,5% idosos dos quais 65% são do gênero masculino e 35% do gênero feminino todos internados na UTI. Desses, 15% permaneceram na UTI por < 5 dias, 20% de 6-10 dias, 22,5% de 11-15 dias, 25% de 16-30 dias e 17,5% > 31 dias. Observou-se que 50% das causas de internação era o trauma. Com relação ao IMC, 37,5% encontravam-se dentro do parâmetro de eutrofia, enquanto 27,5% estavam com grau de obesidade grau I. Em relação a CB: 50% dos pacientes estavam dentro dos parâmetros de eutrofia e 25% apresentavam desnutrição leve. **CONCLUSÃO:** A maioria dos pacientes avaliados encontravam-se com estado nutricional normal pelo IMC e pela CB e uma pequena parcela apresentava grau de desnutrição leve. No entanto, por se tratar de pacientes críticos os quais estão mais predispostos a desnutrição ou risco nutricional, faz-se necessário um acompanhamento diário que foque uma maior atenção aos aspectos subjetivos e objetivos para identificar possíveis causas que agravem seu estado nutricional.

### **REFERENCIAS:**

CUPPARI, Lilian. **Nutrição: nas doenças crônicas não-transmissíveis.** Barueri, SP: Manole, 2009.  
DUARTE, Antonio Cláudio Goulart. **Avaliação nutricional: aspectos clínicos e laboratoriais.** São Paulo: Atheneu, 2007.

---

ESCOTT-STUMP, Sylvia; MAHAN, L. Kathleen. **Krause, alimentos, nutrição e dietoterapia**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.

FONTOURA, Carmen Silvia; CRUZ, Denise Oliveira; LONDERO, Lisiane Guadagnin. **Avaliação nutricional de pacientes críticos**. Revista Brasileira de Terapia Intensiva. v. 18, n. 3, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbti/v18n3/v18n3a13>>. Acesso em: 12 ago.2016.

MELLO, Elza Daniel de. O que significa a avaliação do estado nutricional. **Jornal de Pediatria**. v. 78, n. 5, 2002. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/%0D/jped/v78n5/7805357.pdf>>. Acesso em: 19 ago. 2016.

ROSSI, Luciana; CARUSO, Lúcia; GALANTE, Andrea Polo. **Avaliação nutricional: novas perspectivas**. São Paulo: Roca / Centro Universitário São Camilo, 2008.

TADDEI, José Augusto de Aguiar Carrazedo, et al. **Nutrição em Saúde Pública**. Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2011.

## PERCENTUAL DE INGESTÃO DE MACRONUTRIENTES DE PACIENTES SUBMETIDOS A TRATAMENTO DIALÍTICO DE UM HOSPITAL PÚBLICO DE ARACAJU

Neylane Cecília Evangelista Santos,  
Tatiana Maria Palmeira dos Santos (CRN 5 -4139),  
Cristiani Alves Brandão (CRN 5 – 4697)  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN 5 – 5943)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: contato@nanynutri.com

**PALAVRAS CHAVE:** consumo alimentar, doença renal crônica, distribuição de nutrientes.

**INTRODUÇÃO:** A doença renal crônica, afeta praticamente todos os órgãos e sistemas do organismo, desencadeando assim importantes distúrbios nutricionais tais como a desnutrição energético-proteica. A avaliação do consumo alimentar fornece informações sobre a ingestão de energia e de nutrientes, essas informações são importantes para avaliar a adequação da ingestão alimentar e para o monitoramento da adesão do paciente às orientações dietéticas. **OBJETIVO:** O presente estudo tem como objetivo avaliar a adequação do percentual de ingestão de macronutrientes através da dieta consumida por pacientes, portadores de doença renal crônica submetidos a tratamento dialítico em um hospital público de Aracaju, SE. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal realizado no Hospital de Urgência de Sergipe nos pacientes de hemodiálise admitidos no período de dezembro/2014 a abril/2015. Foram avaliados dados clínicos como tempo de diálise, doenças associadas e dados dietéticos através do recordatório de 24 horas (Rec 24h). Através dessas dados foi classificado a quantidade energética consumida e o percentual de adequação de proteínas, carboidratos e lipídios. Os dados foram tabulados no Excel®, analisados no programa SPSS® e expressos em percentuais. **RESULTADOS:** Foram avaliados 34 pacientes (adultos e idosos) sendo 61,76% do gênero masculino e 38,23% do gênero feminino que estavam em tratamento dialítico. Desses, 26,47% estavam em tratamento dialítico a mais de um ano e 73,52% a menos de um ano. A grande maioria apresentava doenças associadas sendo as de maiores prevalências a hipertensão arterial sistêmica (HAS) com 58,82 % e o diabetes mellitus (DM) com 26,47 %. Observou-se que 100% estavam consumindo calorias abaixo do recomendado, 67,65% consumiam um percentual de carboidratos acima do recomendado, 88,24% consumiam um percentual de proteínas abaixo do recomendado e 76,47% possuíam a distribuição percentual de lipídios abaixo do recomendado. **CONCLUSÃO:** A grande maioria dos pacientes deste estudo encontrava-se com a distribuição de macronutrientes inadequado para a patologia presente e o referido tratamento. É necessário que os pacientes com DRC (doença renal crônica) recebam orientação nutricional adequada às suas condições clínicas para uma melhora considerável no estado nutricional e conseqüentemente na qualidade de vida.

### REFERENCIAS:

- CUPPARI, Lilian. **Nutrição: nas doenças crônicas não-transmissíveis**. Barueri, SP: Manole, 2009.
- ESCOTT-STUMP, Sylvia; MAHAN, L. Kathleen. **Krause, alimentos, nutrição e dietoterapia**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.
- FONTOURA, Carmen Sílvia; CRUZ, Denise Oliveira; LONDERO, Lisiane Guadagnin. **Avaliação nutricional de pacientes críticos**. Revista Brasileira de Terapia Intensiva. v. 18, n. 3, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbti/v18n3/v18n3a13>>. Acesso em: 12 ago.2016.

---

MELLO, Elza Daniel de. O que significa a avaliação do estado nutricional. **Jornal de Pediatria**. v. 78, n. 5, 2002. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/jped/v78n5/7805357.pdf>>. Acesso em: 19 ago. 2016.

RIBEIRO, Marcia Machado Cunha; et al. **Impacto do hábito de jantar sobre o perfil dietético de pacientes em hemodiálise**. v. 33, n. 1, 2011. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-28002011000100010](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-28002011000100010)>. Acesso em: 12 ago. 2016.

ROSADO, Eliane Lopes et al. **Dietoterapia uma abordagem prática**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.

ROSSI, Luciana; CARUSO, Lúcia; GALANTE, Andrea Polo. **Avaliação nutricional: novas perspectivas**. São Paulo: Roca / Centro Universitário São Camilo, 2008.

TADDEI, José Augusto de Aguiar Carrazedo, et al. **Nutrição em Saúde Pública**. Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2011.

## INADEQUAÇÕES NO FORNECIMENTO DE CARDÁPIOS POR SERVIÇO TERCEIRIZADO

ANNE KAROLINE DE SOUZA OLIVEIRA CRN 5 7674/P,  
TIAGO MARCEL SANTOS VILA-NOVA CRN 5 7029/P,  
GLEICIANE DE JESUS SANTANA CRN 5 7968/P,  
BÁRBARA RAFAELA SANTOS DA ROCHA CRN 5 4899  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE, SÃO CRISTÓVÃO, SERGIPE, BRASIL  
karol\_olyveira@outlook.com

**PALAVRAS CHAVE:** Alimentação coletiva. Planejamento de cardápio. Contrato. Cliente.

**INTRODUÇÃO:** A falha do planejamento de cardápio em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) pode afetar a satisfação dos comensais. A substituição de preparações, falta de ingredientes e mudanças de cocção são fatores que distorcem o serviço contratado e o cardápio divulgado.

**OBJETIVO:** Identificar os fatores que levam a alteração de cardápio de UAN que fornece alimentação transportada a um restaurante. **METODOLOGIA:** O estudo foi realizado em uma unidade que presta serviço terceirizado à uma UAN de responsabilidade pública durante o período de um mês. O critério utilizado para considerar mudança de cardápio foi a substituição de preparações (ex.: *stroganoff* de frango por bife à rolê), falta de ingrediente e mudança de cocção definidas no cardápio semanal exposto aos clientes. Foram registradas em planilha as preparações que compunham o cardápio do almoço elaborado de forma prévia e as preparações que foram servidas aos comensais da UAN contratante em cada dia da semana. As alterações do cardápio foram classificadas em parcial (quando pelo menos, parte de uma preparação programada foi alterada) e absoluta (quando pelo menos, uma preparação fora toda alterada). Os dados coletados foram armazenados e processados no *software Statistical Package for Social Science, SPSS, for Windows*, versão 20.0. Foi utilizada análise descritiva de frequência absoluta e relativa dos dados.

**RESULTADO:** Foi identificada em ordem decrescente, mudanças da preparação (32%), seguida de mudanças de cocção (28%) e de ingredientes (16%). Ao classificar a alteração de cardápio em parcial e absoluta, foi observada a prevalência de mudança absoluta em 44% das refeições. Por outro lado, a mudança parcial correspondeu a 32% das refeições. Vale ressaltar que as mudanças absolutas foram mais frequentes nas preparações (28%), enquanto as mudanças parciais foram mais ocorridas na cocção (16%). As alterações foram muito presentes nos pratos principais (carnes) devido as alterações na cocção (28%) preparação (20%) e ingredientes (16%) quando comparadas as guarnições que apresentou única inadequação em 12% na preparação.

**CONCLUSÃO:** Foi observada constante alteração de cardápio como reflexo de inadequado planejamento na UAN contratada.

### REFERÊNCIAS:

AKUTSU, R. C.; BOTELHO, R. A.; CAMARGO, E. B.; SÁVIO, K. E. O.; ARAÚJO, W. C. A ficha técnica de preparação como instrumento de qualidade na produção de refeições. **Revista de Nutrição**, v. 18, n. 2, p. 277-279, 2005.

CAMPOS V. F. **Qualidade total-Padronização de empresas**. 6.ed. Belo Horizonte: Fundação Cristiano Ottoni, 1992.

PALADINI, E. P. **Gestão da qualidade: teoria e prática**. São Paulo: ed. Atlas, 2010.

BRASIL. TRIBUNAL DE CONTAS DA UNIÃO. **Licitações e contratos: orientações e jurisprudência do TCU** / Tribunal de Contas da União. – 4 ed. rev., atual e ampl. – Brasília: TCU, Secretaria-Geral da Presidência: Senado Federal, Secretaria Especial de Editoração e Publicações, 2010.

---

VASCONCELLOS, F.; CAVALCANTI, E.; BARBOSA, L. **Menu: Como Montar um Cardápio Eficiente**. Ed. ROCA, 2002. ISBN 8572413715.

## ESTADO NUTRICIONAL E CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES ATENDIDOS EM AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO

MIKAELLE ALMEIDA OLIVEIRA SANTOS (Graduando em nutrição/mikaelleaos@gmail.com)

WILLIANY ISIS SANTOS (Graduando em nutrição)

ISABELA REIS DO NASCIMENTO (Graduada em nutrição)

KELLY THAIS ROCHA SOUZA (CRN9161/P)

DANIELLE GÓES DA SILVA (CRN3091 Orientador/Professor-UFS)

Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão-SE

**PALAVRAS CHAVE:** Consumo alimentar, obesidade infantil, estado nutricional.

**INTRODUÇÃO:** O consumo alimentar na infância e adolescência exerce influência nos processos de crescimento e desenvolvimento, bem como na prevenção e controle de carências nutricionais e no risco de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) a curto e longo prazo (BELTRÁN, 2014; PRADO et al., 2015; VITOLLO, 2015). **OBJETIVO:** Avaliar o perfil nutricional e o consumo alimentar de crianças e adolescentes atendidos em ambulatório de nutrição. **METODOLOGIA:** Estudo do tipo transversal com dados dos prontuários da admissão de pacientes em acompanhamento nutricional no ambulatório de nutrição infantil do Hospital Universitário/SE. Foram analisados dados do questionário de frequência alimentar qualitativo com 33 itens alimentares. As categoriais da frequência alimentar eram: 2 ou mais vezes ao dia, 1 vez ao dia, 2 a 4 vezes por semana, 1 a 3 vezes ao mês, menos de uma 1 vez ao mês e nunca. Foram coletados os dados de peso estatura, circunferência da cintura (CC) e dobras cutâneas tricipital (DCT) e subescapular (DCSE) padronizados de acordo com SISVAN (BRASIL, 2008), e calculados o escore z do IMC/Idade segundo OMS (WHO, 2006; 2007) com pontos de corte do SISVAN (BRASIL, 2011), a CC foi classificada por Freedman et al (1999) e as dobras cutâneas por Frisancho, (1990). **RESULTADOS:** Foram analisados dados de 128 prontuários, sendo a média da idade  $9,5 \pm 3,9$  anos, 53,1% do gênero feminino, 73,2% excesso de peso, 81,3% tinham altos níveis de adiposidade corporal nas DCT e DCSE (78,4%), e 57,6% elevado risco associado a CC. A grande maioria possuía hábito de beliscar (81,5%), tinham aversão a verduras e legumes (53,2%), e preferência por doces e guloseimas (28,6%). Quanto a frequência alimentar, observou-se altos percentuais de consumo uma vez por semana de refrigerante (32,3%), cachorro quente (20,2%), chocolate/bombom (20,2%) e salgado frito (15,2%). Aproximadamente cerca de 45% faziam ingestão de carnes ou ovos fritos de duas a quatro vezes durante a semana. Os embutidos (presunto/salame 25,3% e salsicha/linguiça 15,2%) obtiveram uma frequência de consumo em torno de duas a quatro vezes na semana. **CONCLUSÃO:** A alta prevalência de excesso de adiposidade e o significativo consumo de alimentos ricos em gorduras e açúcares na amostra de pacientes do ambulatório de nutrição infantil do Hospital Universitário, são indicativos do alto risco para o desenvolvimento de DCNT. O acompanhamento nutricional com orientações sobre estilo de vida saudável são de especial importância para melhores prognósticos.

## REFERÊNCIAS

**BELTRÁN, M. P. D. Factores influyentes en el comportamiento alimentario infantil.** Revista de la Facultad de Medicina, **Bogotá, v.62, n. 2, abr./jun. 2014.** BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE.

**DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA.** Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN na assistência à saúde/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. **Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.**

FREEDMAN, D. S.; SERDULA, M. K.; SRINIVASAN, S. R. et al. Relation of circumferences and skinfold thicknesses to lipid and insulin concentration in children and adolescents: the Bogalusa Heart Study. **American Journal Clinical Nutrition.** n. 69, p. 308-317, 1999.

FRISANCHO, A. R. **Anthropometric standards for the assessment of growth and nutritional status.** Michigan: University of Michigan Press, 1990.200p.

LOHMAN, T.G. **advances in body composition assessement.** Current Issues in Exercise Science. Monograph n.3. Champaign, IL: Human kinectics. 1992.

PRADO, B. G. et al. Qualidade da dieta de escolares de 7 a 10 anos do município de São Paulo: associação com o número e os locais de refeições. **Revista de Nutrição,** Campinas, v. 28, v. 6, nov./dez. 2015.

VITOLLO, M. R. **Nutrição: da Gestação ao Envelhecimento.**2. ed. Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2015.

WHO Multicentre Growth Reference Study Group. **WHO Child Growth Standards: Length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age: Methods and development.** Geneva: World Health Organization, 2006 (312 pages).

WHO Multicentre Growth Reference Study Group. **WHO Child Growth Standards: Methods and development: Head circumference-for-age, arm circumference-for-age, triceps skinfold-for-age and subscapular skinfold-for-age.** Geneva: World Health Organization, 2007.

**APOIO: PIBIX/UFS**



## **CORRELAÇÃO ENTRE IMC E PERCENTUAL DE GORDURA DE JOGADORES DE FUTEBOL DE LAGARTO, SE**

MARIA APARECIDA SANTOS  
ANGEL NUNES SANTOS  
LUANA PAES LIMA  
MISSIELLE NUNES DOS SANTOS  
ELLENCRISTINA DA SILVA BATISTA FIDALGO  
Universidade Federal de Sergipe, Lagarto, Sergipe, Brasil  
mariaa\_2@live.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Estado nutricional, Composição corporal, Antropometria, Futebol, IMC, Adolescentes.

**INTRODUÇÃO** Informações associadas à composição corporal são de fundamental importância na orientação dos programas de controle do peso corporal dos atletas do futebol. **OBJETIVOS** Comparar dois métodos utilizados na avaliação nutricional de atletas do futebol, o índice de massa corporal (IMC) e percentual de gordura (% GC). **METODOLOGIA** Participaram do estudo 26 futebolistas da equipe de futebol da Escolinha Bola de Ouro do município de Lagarto-SE. As variáveis antropométricas utilizadas foram: o peso e a estatura para obtenção do IMC, e exame de bioimpedância elétrica para a obtenção do % GC. Para comparar os indicadores nutricionais IMC e o percentual de gordura utilizou-se a correlação linear de Pearson. As condições socioeconômicas foram avaliadas por meio do critério de Classificação Econômica Brasil, proposto pela ABEP (2015). A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Hospital Universitário de Aracaju com número 50122715.3.0000.5546. **RESULTADOS** De acordo com o IMC, observou-se 3,8% de baixo peso e não foi encontrado nenhum futebolista com sobrepeso ou obesidade. Quanto ao %GC observou-se que 38,5% apresentaram baixo %GC e 7,7% moderadamente alto. Observou-se uma correlação moderada entre as variáveis e coeficiente linear de Pearson de 0,52. Quando comparados os resultados encontrados, constata-se que o IMC poderia superestimar o diagnóstico do estado nutricional adequado em relação ao %GC. Na avaliação do perfil socioeconômico das famílias, foi encontrada condições razoáveis de saneamento, nível baixo de escolaridade dos pais e alta densidade familiar. **CONCLUSÃO** Desta forma, conclui-se que o IMC não é um bom parâmetro para classificar o estado nutricional de atletas de futebol quando comparado ao percentual de gordura, sendo por tanto a suma importância da avaliação deste.

### **REFERÊNCIAS:**

- ARAÚJO, B. Avaliação da composição corporal, da ingestão nutricional e dos conhecimentos sobre alimentação de futebolistas adolescentes. 2009.
- DIGIOVANI, M. Análise antropométrica de atletas de categorias de base de um time paranaense de futebol de campo. **Rev Bras Nutrição Esportiva**, São Paulo. v. 5. n. 30. p.523-529. Nov/Dez. 2011.
- DIEDRICH, J; BOSCANI, C. Estado nutricional e consumo alimentar em atletas de futsal masculino. **Rev Bras Nutrição Esportiva**, São Paulo. v. 8. n. 46. p.207-216. Jul/Ago. 2014.
- GARRIDO G, WEBSTER A.L, CHAMORRO M. Nutritional adequacy of different menu settings in elite Spanish adolescent soccer players. **Int J Sport Nutr Exerc Metab**. V. 17.n.5,p.421-432, 2007.
- PENTEADO,E.G; BARATTO,I; SILVA,R. Comparação entre índice de massa corporal e percentual de gordura da equipe de futsal masculino do município de guarapuava, paraná. **Rev Bras Nutrição Esportiva**, São Paulo. v. 4. n. 21. p. 262-267. Maio/Junho. 2010.

## PERFIL DE OBESOS GRAVES CANDIDATOS A CIRURGIA BARIÁTRICA EM UM HOSPITAL PÚBLICO DE ARACAJU SERGIPE

JULIANA MENDES SIQUEIRA<sup>1</sup>

FABIANA MELO SOARES (CRN:6072/5)<sup>2</sup>

MÁRCIA FERREIRA CÂNDIDO DE SOUZA (CRN: 0769/5)<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidade Tiradentes. Aracaju- Sergipe, Brasil.

<sup>2</sup>Hospital Universitário de Sergipe. Aracaju- Sergipe, Brasil.

juli\_ana.jere@hotmail.com

**Palavras-chave:** Obesidade, Cirurgia bariátrica, acompanhamento nutricional.

**Introdução** A cirurgia bariátrica é um tratamento da obesidade, que tem como finalidade a perda de ponderal, redução das comorbidades relacionadas e conseqüentemente a melhora na qualidade de vida (COSTA, 2009; SANTOS et al., 2015; MAGNO et al., 2014; SANTOS et al., 2014; SANTOS et al., 2015). **Objetivo** Analisar o perfil dos obesos graves candidatos a cirurgia bariátrica de um ambulatório de nutrição em um hospital público de Aracaju-SE. **Metodologia** Trata-se de um estudo transversal, em pacientes obesos graves em acompanhamento nutricional no pré-operatório da cirurgia bariátrica no ambulatório de Nutrição do Hospital Universitário-Se. Foram coletados dados antropométricos e dietéticos obtida através do Recordatório 24 horas. As análises estatísticas descritivas foram realizadas utilizando o Statistical Package for the Social Science, SPSS versão 15.0 para Windows. A pesquisa foi previamente aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe (CEP/UFS, sob registro do CAAE N° 0065.0.107.000-11

**Resultados** Participaram 55 pacientes ambos os sexos. As comorbidades que frequentes foram hipertensão arterial sistêmica 81,8% para homens e 18,2% mulheres, esteatose hepática 34,5% para homens e 65,5% para mulheres, dislipidemia 34,5% homens e 65,5% mulheres, Diabetes Mellitus 58,2% homens e 41,8% mulheres. As médias do Índice de Massa Corporal feminina foi  $43,3 \pm 7,6$  kg/m<sup>2</sup> e masculina  $50,0 \pm 7,9$  kg/m<sup>2</sup>, e da circunferência da cintura feminina foi  $130 \pm 13,7$  cm e masculina  $24,45 \pm 23,02$  cm. O consumo de porções alimentares no grupo das carnes e ovos foi  $3,90 \pm 1,28$  homens e mulheres  $3,17 \pm 1,80$ . Consumo de açúcares e doces homens  $3,11 \pm 1,36$  e mulheres  $3,40 \pm 1,78$ . As hortaliças tiveram um baixo consumo de  $1,77 \pm 1,30$  homens e  $2,57 \pm 1,26$  porções para as mulheres. **Conclusão** Verifica-se que os pacientes ainda apresentam hábitos alimentares errôneos com elevado consumo de açúcares e doce, e baixo consumo de hortaliças.

### REFERÊNCIAS

COSTA, A.C.C; IVO, M.L; CANTERO, W.B; TOGNINI, J.R.F. Obesidade em pacientes candidatos a cirurgia bariátrica. Acta paul. enferm., São Paulo, v.22, n.1. Jan./Feb., 2009.

MAGNO, F. et al. Perfil nutricional de pacientes em programa multidisciplinar de tratamento da obesidade grave e em pré-operatório de cirurgia bariátrica. ABCD, arq. bras. cir. dig., São Paulo , v. 27, supl. 1, p. 31-34, 2014.

SANTOS, T.D.; BURGOS, M. G., LEMOS, M.D.; CABRAL, P.C. Aspectos clínicos e nutricionais em mulheres obesas durante o primeiro ano após bypass gástrico em y-de-roux. ABCD Arq Bras Cir Dig., n.28, Supl.1, p.56-60, 2015.

SANTOS, H.D.; LIMA, J.M.A.; DE SOUZA, M.F.C. Estudo comparativo da evolução nutricional de pacientes candidatos a cirurgia bariátrica assistidos pelo sistema único de saúde e pela rede suplementar de saúde. Ciência & Saúde Coletiva., v.19, n.5,p.1359-1365, 2014.

STUMPF, M.A.M. et al. Análise da tolerância alimentar em pacientes submetidos a cirurgia bariátrica através do questionário quality of alimentation. ABCD Arq Bras Cir Dig., n.28, Sup.1, p.79-83, 2015.

## RESULTADO DO MUTIRÃO DE AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES JOGADORES DE FUTEBOL EM LAGARTO-SE

MARIA APARECIDA SANTOS-  
ANGEL NUNES SANTOS  
LUANA PAES LIMA  
MISSIELLE NUNES DOS SANTOS  
ELLENCRISTINA DA SILVA BATISTA FIDALGO  
Universidade Federal de Sergipe, Lagarto, Sergipe, Brasil.  
mariaa\_2@live.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Atletas, Antropometria, Nutrição, IMC, Futebol.

**INTRODUÇÃO** Na adolescência ocorrem diversas mudanças na composição corporal. Nesta fase as variações fisiológicas, neurológicas e psicológicas ocorrem constantemente durante o crescimento e desenvolvimento dos adolescentes. **OBJETIVO** Avaliar o estado nutricional de adolescentes jogadores de futebol da Escolinha de futebol Bola de Ouro, no município de Lagarto - SE. **METODOLOGIA** Foi realizado um mutirão de avaliação do estado nutricional de 125 adolescentes, sexo masculino, para inclusão daqueles que apresentarem desvios e déficits nutricionais em um programa de educação alimentar e nutricional. A Escolinha é de cunho social e esportivo que promove a integração entre crianças e adolescentes, através da prática supervisionada do futebol, com a frequência de treino de duas vezes por semana e duração de 3h. Aferiu-se peso e estatura para calcular o índice de massa corporal (IMC) e avaliar a adequação da estatura para idade de acordo com idade e sexo, comparados com os padrões de referência da Organização Mundial da Saúde (2007). Os dados foram apresentados mediante estatística descritiva e tabuladas no programa *Microsoft Excel 2013*. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Hospital Universitário de Aracaju com número 50122715.3.0000.5546. **RESULTADOS** Os futebolistas apresentaram idade média de  $13,89 \pm 2,39$ , valor mínimo de 09 anos e máximo de 18 anos, altura de  $162,11 \pm 13,11$  cm, peso de  $50,86 \pm 14,23$  kg e IMC de  $18,9 \pm 3,0$  kg/m<sup>2</sup>. Na avaliação do IMC para idade 85,6 foram classificados como adequado, 6,4% como baixo peso, 5,6% com sobrepeso e 2,4% com obesidade. Na avaliação da estatura para idade, 97,6% apresentaram estatura adequada e 2,4% baixa estatura. **CONCLUSÃO** Conclui-se que houve adequação antropométrica na maioria dos participantes do estudo, porém ocorreu a presença de baixo peso, sobrepeso e obesidade e baixa estatura. Os futebolistas diagnosticados com desvio ou déficits nutricional foram encaminhados para consultas nutricionais.

### REFERÊNCIAS:

- CAMPEIZ, J.M.; OLIVEIRA, P.R. Análise comparativa de variáveis antropométricas e anaeróbias de futebolistas profissionais, juniores e juvenis. **Movimento e percepção**. Espírito Santo de Pinhal, SP, V. 6. N. 8. jan-jun. p. 58-84, 2006.
- LIMA, C.B.N *et al.*. Estado nutricional e composição corporal de jogadores de futebol profissional. **Rev Bras Nutrição Esportiva**, São Paulo. v. 3. n. 18. p. 562-569. Nov/Dez. 2009.
- MANTOVANI, T.V.L.; *et al.*. Composição corporal e limiar anaeróbio de jogadores de futebol das categorias de base. **Rev Mackenzie Educ Fís Esp**.v. 17.n. 1. p. 25-33, 2008.
- MEYER, F.; PERRONE, C.A. Considerações nutricionais para crianças e adolescentes que praticam esportes. **Arquivo Sanny de Pesquisa em Saúde**. V.1,n.1,p.49-56, 2008.
- SOTÃO, S,S *et al.* Perfil antropométrico e desempenho motor de jogadores de futebol juniores. **Rev Bras Futsal Futebol** São Paulo, v.5, n.15, p.70-75. jan/fev/mar/abr. 2013.

## ALTERAÇÕES METABÓLICAS APÓS CIRURGIA BARIÁTRICA: UM CAMINHO PARA O CONTROLE DA DIABETES MELLITUS TIPO 2

Ana Paula Vieira Passos Verona  
Fernanda Teles Torquato  
Talita Kizzy Barbosa Barreto (CRN/5 4307)  
Universidade Tiradentes  
e-mail: [paulapverona.nutri@gmail.com](mailto:paulapverona.nutri@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Cirurgia Bariátrica; Diabetes; Obesidade.

**INTRODUÇÃO:** Tanto a obesidade como a diabetes mellitus tipo 2 representam mundialmente uma problemática agravante na saúde pública. Diante deste contexto que a cirurgia bariátrica surge como alternativa promissora no controle de diabéticos com ou sem obesidade. Os benefícios da cirurgia bariátrica em pacientes obesos do tipo III que desenvolveram diabetes mellitus tipo 2(DM2) tem obtido resultados animadores. Muitos dos pacientes após cirurgia bariátrica obtiveram seu índice glicêmico controlado. Os pacientes obesos diabéticos quando submetidos a esse procedimento cirúrgico apresentaram melhorias na glicemia antes mesmo de perderem peso.

**OBJETIVO:** Investigar a cirurgia bariátrica como ferramenta positiva para obesos em grau avançado e com a saúde em risco acometida pela DM tipo 2. **METODOLOGIA:** A pesquisa se realiza por meio de investigação bibliográfica e discussão entre as alunas e professor. Selecionaram-se, principalmente, os estudos de aplicação de técnicas cirúrgicas nos tratamentos da obesidade e do diabetes tipo 2. **RESULTADOS:** Os tratamentos de cirurgia bariátrica têm exibido resultados positivos para as pessoas com DM2. As vantagens decorrentes da cirurgia bariátrica também incluem outros benefícios além da perda de peso, como a melhoria dos níveis glicêmicos e uma redução ou eliminação dos medicamentos antidiabéticos. Os estudos ainda são iniciais e precisam ser aprofundados para que a cirurgia bariátrica confirme-se como cientificamente válida para tratamentos como esse. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A cirurgia bariátrica e seus efeitos pós-cirurgia merecem atenção especial quanto aos seus resultados, pois constitui um método eficaz para melhorar e reverter o quadro do DM2. Para que ela aconteça devem ser considerados mais de um fator e não somente aspectos ou doenças isoladas. É de fundamental importância a avaliação clínica com a equipe multidisciplinar que pode incluir vários especialistas, como endocrinologista, nutricionista, psiquiatra, psicólogo e avaliador físico. Vale ressaltar que deve ser respeitada e orientada a todos os pacientes.

### REFERÊNCIAS:

- BRANCO FILHO, Alcides José. Gastroplastia como tratamento do diabete melito tipo 2. ABCD Arq. bras. cir. dig., Curitiba, v. 24, n. 4, p. 285-289, 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/abcd/v24n4/a08v24n4>>. Acesso em 17 de Ago. 2016.
- CAMPOS, Josemberg M. et al . Cirurgia metabólica, reganho de peso e recidiva do diabete. ABCD, arq. bras. cir. dig., São Paulo , v. 26, supl. 1, p. 57-62, 2013 . Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-67202013000600013&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-67202013000600013&lng=en&nrm=iso)>. acesso em 17 Ago. 2016.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. Diretrizes 2014-2015. Em diabetes.org.br
- VARASCHIM, Michelle et. Al. Alterações dos parâmetros clínicos e laboratoriais em pacientes obesos com diabetes melito tipo 2 submetidos à derivação gastrojejunal em y de Roux sem anel. Rev. Col. Bras. Cir.; V. 39, n. 3: 178-182, 2012. Disponível em:<<http://www.cbc.org.br/wp-content/uploads/2013/07/revista-no-3-2012.pdf#page=12>>. Acesso em 17 de Ago. 2016.

---

ZEVE, Jorge Luiz de Mattos; TOMAZ, Carlos Alberto Bezerra. Cirurgia metabólica: cura para diabete tipo 2. **ABCD, arq. bras. cir. dig.**, São Paulo , v. 24, n. 4, p. 312-317, Dezembro 2011. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-67202011000400012&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-67202011000400012&lng=en&nrm=iso)>. acesso em 17 Ago. 2016.

## O RISCO NUTRICIONAL DE PACIENTES PEDIÁTRICOS DE UM HOSPITAL UNIVERSITÁRIO

LARISSA MONTEIRO COSTA (CRN 5 6631)

REBECA ROCHA DE ALMEIDA (CRN 5 5875)

LARISSA MARINA SANTANA MENDONÇA DE OLIVEIRA (CRN 5 6663)

TICIANE CLAIR REMACRE MUNARETO LIMA (CRN 5 6661)

MÁRCIA FERREIRA CÂNDIDO SOUZA (CRN 5 0769)

Hospital Universitário de Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brasil

email: [larissa\\_monteiro@hotmail.com](mailto:larissa_monteiro@hotmail.com)

**PALAVRAS-CHAVES:** Pediatria, Strongkids, Risco Nutricional, Hospitalização.

**INTRODUÇÃO:** A identificação das crianças com agravo nutricional à internação possibilita adequar o tratamento e estimar o prognóstico. No ambiente hospitalar, a desnutrição é pouco reconhecida, e nem sempre tratada, o que pode levar à morbidade e à mortalidade, principalmente por infecções. Atualmente, não há um consenso sobre o método ideal de triagem para risco de desnutrição na admissão e durante o período de hospitalização. **OBJETIVO:** Pacientes pediátricos constituem um grupo de grande risco de desenvolver desnutrição durante a internação hospitalar, desta forma a identificação do risco nutricional se faz necessária. O objetivo desse estudo foi comparar os métodos de avaliação para classificação do estado nutricional. **MÉTODOS:** Foi realizado estudo no Hospital Universitário de Sergipe, localizado na cidade de Aracaju, de caráter transversal, com pacientes internados na pediatria. A coleta de dados ocorreu de agosto de 2014 a fevereiro de 2015. Participaram dessa pesquisa 183 pacientes, sendo 63,5 % (n= 115) crianças e os demais adolescentes. Foram coletados dados de idade, sexo, presença de comorbidades, perda de peso e tempo de perda ponderal. O risco nutricional foi classificado pela pontuação obtida pelo STRONGkids e em associação foram aferidos peso e estatura para classificar o estado nutricional. **RESULTADOS:** Observou-se elevada taxa de pacientes com alto risco nutricional (32,7 %) quando avaliados pelo método de triagem do risco de desnutrição de crianças hospitalizadas destes 8,2% apresentou baixa estatura segundo E/I e 15,2% desnutridos pelo IMC/I. Usando o escore-Z de P/I, E/I e IMC/I para diagnóstico nutricional, foi encontrado 0,9% (n=1), 10,7% (n=10) e 6,5% (n=6) de desnutrição dentre o total de 183 pacientes.

**CONCLUSÃO:** O diagnóstico e intervenção nutricional precoce deve ser uma das metas dos hospitais. A STRONGkids se mostrou uma ferramenta de fácil aplicabilidade e sensibilidade para índices de estatura e IMC para idade, visando a terapia nutricional adequada.

### REFERÊNCIAS:

SIMÕES, A. P. B. et al. Estado nutricional de crianças e adolescentes hospitalizados em enfermaria de cirurgia pediátrica. **Rev Paul Pediatr.** V. 28 , n. 1, p. 41-47, 2010.

SARNI, R. O. S. et al. Avaliação antropométrica, fatores de risco para desnutrição e medidas de apoio nutricional em crianças internadas em hospitais de ensino no Brasil. **J Pediatr.** V. 85, n. 3, p. 223-228, 2009.

RASLAN, M. et al. Aplicabilidade dos métodos de triagem nutricional no paciente hospitalizado. **Rev Nutr.** V. 21, n. 5, p. 553-561, 2008.

OLIVEIRA, A.F. et al. Diagnóstico e intervenção nutricional em crianças hospitalizadas atendidas em enfermaria de infectologia pediátrica. **Rev Paul Pediatr.** V.21, p. 209-214 , 2003.

Rocha, M. F. et al. Perfil nutricional de crianças hospitalizadas e associação entre fatores de risco e estado nutricional. **Rev Bras Nutr Clin.** V. 23 , p. 97-103, 2008.

## TEMPO DE JEJUM PARA EXAMES E AS IMPLICAÇÕES NO ESTADO NUTRICIONAL DE PACIENTES HOSPITALIZADOS

Larissa Monteiro Costa (CRN 5 6631)  
Rebeca Rocha de Almeida (CRN 5 5875)  
Larissa Marina Santana Mendonça de Oliveira (CRN 5 6663)  
Ticiane Clair Remacre Munareto Lima (CRN 5 6661)  
Márcia Ferreira Cândido Souza (CRN 5 0769)  
Hospital Universitário de Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brasil  
Email: [larissa\\_monteiro@hotmail.com](mailto:larissa_monteiro@hotmail.com)

**PALAVRAS-CHAVES:** jejum, exame, estado nutricional, desnutrição, hospitalização

**INTRODUÇÃO:** A preconização do jejum prolongado (6 a 12 horas) para realizações de exames implica em queixas como sede, fome, ansiedade, fraqueza, além de riscos de desequilíbrio hidroeletrólítico, metabólico e nutricional. Em paciente internados, o efeito deletério do jejum prolongado são potencialmente maiores, já que o organismo encontra-se mais fragilizado e susceptível às complicações (KOEPE et al., 2013). **OBJETIVOS:** Avaliar o tempo de jejum para exames e o estado nutricional de pacientes hospitalizados. **MÉTODOS:** Trata-se de um estudo transversal, com pacientes internados em um hospital universitário, no período de março à junho de 2015. Os pacientes foram avaliados em dois momentos distintos: no período que antecede o jejum para o primeiro exame e no momento da alta hospitalar. Foi avaliado o estado nutricional dos pacientes utilizando métodos de triagem nutricional, dados antropométricos, bioquímicos, tempo de internamento, número de episódios em que o paciente ficou em jejum e diagnóstico que motivou o internamento. Os dados foram analisados no programa SPSS® 18.0. A Avaliação da evolução nutricional da amostra foi realizada através do teste de “t” de Student e o teste “t” pareado, a associação foi verificada por meio do teste de Correlação de Pearson. Para os resultados foi considerado o nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** Foram analisados 34 pacientes com uma média de idade de  $50,4 \pm 16,4$  anos, sendo 53% do sexo masculino. Os principais diagnósticos de internação foram doenças infectocontagiosas (26,5%) e câncer (23,5%). Encontrou-se uma proporção elevada de pacientes desnutridos por meio da ASG e MAN. O tempo médio de internação foi  $18 \pm 9$  dias e foi observado que esse tempo se correlacionou com IMC final dos adultos ( $r = 0,830$ ;  $p < 0,001$ ) e idosos ( $r = 0,990$ ;  $p < 0,001$ ). O tempo de jejum para exames foi aproximadamente  $13,84 \pm 3,65$  horas e o tempo de jejum para exames se correlacionou com IMC final dos adultos ( $r=0,602$ ;  $p < 0,001$ ). **CONCLUSÕES:** Observou-se que o tempo médio de jejum para exames foi superior ao preparo convencional, ocorreu elevada prevalência de desnutrição e o estudo revela a importância do desenvolvimento de novos trabalhos relacionados ao jejum para exames e a influência no estado nutricional em pacientes hospitalizados e a complementaridade dos métodos aplicados, para prevenir as complicações associadas a desnutrição e permitir a implementação precoce da terapia nutricional.

### REFERÊNCIAS:

- KOEPE, A. T. et al.; Comforty, Safety and of upper gastrointestinal endoscopy after 2 hours fasting: a randomized controlled trial. **BMC Gastroenterology**. Vol.13, Nº158, Pág. 2-6, 2013.
- ABDELHAMID, Y. A., CHAPMAN, M. J., DEANE, A. M.: Peri-operative nutrition. **Anaesthesia**. Vol. 71, Nº1, pag 9–18, 2016.
- ALENCAR, M.G., LEITÃO, M. B., PRADO, L.V.S.; Evolução do estado nutricional de pacientes internados na clínica médica de um hospital filantrópico de Pernambuco – Brasil. **Nutr. clin. diet. hosp.** Vol. 35, Nº 3, pag 8-16, 2015.

- 
- CHUMLEA, W., GUO, S., STEINBAUGH, M.; Prediction of stature from knee height for black and white adults and children with application to mobility-impaired or handicapped persons. **J of American Dietetic Association**. Vol. 94, pág 1385-8, 1994
- CHUMLEA, W. C., ROCHE, A.F., STEINBAUGH, M.L.; Estimating stature from knee height for persons 60 to 90 years of age. **Journal of the American Geriatrics Society**. Vol.33, Nº 2, pág 116-20, 1985.
- PETROSKI, E.L.; Antropometria: técnicas e padronizações. Porto Alegre: **Pallotti**, 1999.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation on obesity**. Genebra: WHO; 1998.
- FRISANCHO A.R., ANTHROPOMETRIC STANDARDS FOR THE ASSESSMENT OF GROWTH AND NUTRITIONAL STATUS. **UNIVERSITY OF MICHIGAN PRESS**, 1990.
- DETSKY, A.S., MCLAUGHLIN, J.R., BAKER, J.P., JOHNSTON, N., WHITTAKER, S., MENDELSON, R.A., JEEJEEBHOY, K.N.; What is subjective global assessment of nutritional status? **JPEN J Parenteral Enteral Nutr**. Vol.11, Nº1, pág: 8-13, 1987.
- GUIGOZ, Y., VELLAS,B., GARRY, P.J.; Mini Nutritional Assessment (MNA): Research and Practice in the elderly. **Nestle nutrition workshop series. Clinical & programme** 1999.



## ESTADO NUTRICIONAL DE PACIENTES TRAUMATIZADOS DE UMA UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA

KÉTSIA LUANA SANTOS CORRÊA  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 -4139)  
CRISTIANI ALVES BRANDÃO (CRN 5 – 4697)  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN 5 – 5943)  
Universidade Tiradentes (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: [ketsialuanasc@outlook.com](mailto:ketsialuanasc@outlook.com)

**PALAVRAS - CHAVE:** Desnutrição, trauma, estado nutricional.

**INTRODUÇÃO:** O trauma é uma das principais causas de morte e vem crescendo com grande proporção na saúde pública. A desnutrição energético-proteica em indivíduos hospitalizados é bastante comum e sua causa envolve vários fatores como falta de estratégias nutricionais específicas. Conhecer o estado nutricional do indivíduo internado torna-se muito importante pois a desnutrição está associada a infecção hospitalar, complicações metabólicas, internações prolongadas, aumento de morbimortalidade e custo hospitalar. Os pacientes numa Unidade de Terapia Intensiva (UTI) precisam de acompanhamento contínuo com o uso de métodos eficazes da equipe médica, para o desenvolvimento, monitoramento, e análise dos resultados finais, bem como os aspectos nutricionais, que tem grande relevância para o sucesso terapêutico.

**OBJETIVO:** Avaliar o estado nutricional de pacientes traumatizados internados em uma unidade de terapia intensiva de um hospital público em Sergipe. **METODOLOGIA:** Estudo transversal e descritivo realizado com 17 pacientes de ambos os sexos, com idade entre 15 a 88 anos, no período de dezembro de 2014 a abril de 2015. Avaliou-se o estado nutricional desses pacientes através das medidas antropométricas. Foram coletados: circunferência do braço (CB) e altura do joelho (AJ) para posterior cálculo do índice de massa corporal (IMC). O estado nutricional foi classificado através da adequação da CB e pelo IMC segundo a Organização Mundial da Saúde. Os dados foram tabulados no Excel® e analisados no SPSS® e expressos em porcentagem.

**RESULTADOS:** Através do IMC foi observado que 47,06% dos pacientes apresentaram obesidade, 17,65% sobrepeso, 29,41% eutróficos, e 5,88% magreza grau I. A CB mostrou que 43,75% dos politraumatizados são eutróficos, 25% possui sobrepeso, e 18,75% desnutrição grave. **CONCLUSÃO:** A maioria dos pacientes com trauma avaliados apresentaram obesidade através do IMC e eutrofia pelos parâmetros da CB, entretanto associado a avaliação antropométrica devem ser usados outros parâmetros de avaliação nutricional a fim de evitar os problemas causados pelo politraumatismo que pode agravar ainda mais o paciente.

### REFERÊNCIAS:

- DUARTE, Antonio Cláudio Goulart. **Avaliação nutricional: aspectos clínicos e laboratoriais.** São Paulo: Atheneu, 2007.
- ESCOTT-STUMP, Sylvia; MAHAN, L. Kathleen. **Krause, alimentos, nutrição e dietoterapia.** Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.
- MAICÁ, Anahi Ottonelli; SCHWEIGERT, Dalira. Avaliação nutricional em pacientes graves. **Rev. Bras. Ter. Intensiva.** Rio Grande do Sul. v.20, n.3, p.286-295, 2008.
- ROSA, C.O.B; SILVA, BP da; BALBIO, KP; RIBEIRO, SMR; RIBEIRO, AQ; FIRMINO, HH. Avaliação Nutricional de indivíduos internados em um hospital geral. **O mundo da saúde.** São Paulo. v.38, n.4, p. 430-438, 2014.
- WAITZBEG, D.L.; CAIAFFA, W.T.; CORREIA, M.I. Hospital malnutrition: the Brazilian national survey (IBRANUTRI): a study of 4000 patients. **Rev. Nutr.** v.17, n.7-, p. 573-580, 2001.

## **AVALIAÇÃO NUTRICIONAL E DISTRIBUIÇÃO DE MACRONUTRIENTES DA DIETA DE PACIENTES EM HEMODIÁLISE DE UM HOSPITAL DE URGÊNCIA DE ARACAJU, SE**

RAYANNE MARIA GOMES DE SOUZA  
TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 5 -4139)  
CRISTIANI ALVES BRANDÃO (CRN 5-4697)  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN 5 – 5943)  
Universidade Tiradentes (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: [rayanne\\_se@hotmail.com](mailto:rayanne_se@hotmail.com)

**PALAVRAS CHAVES:** hemodiálise; avaliação nutricional; consumo alimentar.

**INTRODUÇÃO:** Os pacientes submetidos ao processo de hemodiálise apresentam sinal de desnutrição energético-proteico grave, em razão da redução do consumo alimentar decorrente da síndrome hemolítica-urêmica, náuseas e vômitos. **OBJETIVO:** O objetivo desse estudo foi avaliar o estado nutricional e o consumo alimentar de pacientes que fazem hemodiálise em um hospital de urgência da cidade Aracaju/SE. **METODOLOGIA:** Estudo transversal e descritivo onde foram avaliados 34 pacientes ambos os sexos, sendo 59% adultos e 41% idosos, com idade de 24 a 89 anos. Para a classificação do estado nutricional foi utilizado o índice de massa corporal (IMC), circunferência muscular do braço (CMB), prega cutânea tricipital (PCT) e circunferência do braço (CB). O consumo alimentar foi analisado a partir de um recordatório 24 horas, a classificação da ingestão alimentar seguiu os critérios para a patologia renal. Os dados foram tabulados no Excel® e analisados no SPSS® e expressos em porcentagem. **RESULTADOS:** Em relação ao tempo de tratamento foi observado que os pacientes que estavam fazendo hemodiálise, a maioria (74%) estava a mais de um ano. A grande maioria destes pacientes apresentaram, além da doença renal outras patologias associadas como: Hipertensão Arterial Sistemática (HAS), Diabetes Mellitus (DM), câncer e doença cardiovasculares. Em relação ao consumo energético foi observado que 100% dos pacientes consumiam calorias abaixo do recomendado. A distribuição dos macronutrientes estava alterada na maioria dos pacientes. O percentual de distribuição de proteína e lipídio estava abaixo do recomendado em 88,23% e 76,47% dos pacientes, respectivamente. Já a distribuição de carboidrato estava acima do recomendado em 67,65% dos dialíticos. Observou-se que a maioria estavam classificados como desnutridos pelos parâmetros antropométricos usados. O percentual de desnutrição pelo IMC, CB, CMB e PCT foi de: 53%, 73,53%, 50% e 79,41% respectivamente. **CONCLUSÃO:** Foi observado um alto percentual de desnutrição entre os pacientes do estudo bem como um consumo de calorias abaixo do ideal e distribuição de macronutrientes alterada para a faixa etária e situação fisiológica. É necessário diagnosticar precocemente o consumo alimentar e o estado nutricional destes pacientes para melhorar a qualidade de vida dos mesmos.

### **REFERÊNCIAS:**

- CABRAL, Poliana Coelho; DINIZ, Alcides da Silva; ARRUDA, Ilma Kruze Grande de. Avaliação nutricional de pacientes em hemodiálise. **Revista de Nutrição**. Campinas, 18(1):29-40, jan./fev., 2005. Disponível em: <file:///E:/Trashes/ART%20CONGRESSO/artigo%20renal.pdf>. Acesso em: 10 ago. 2016.
- ESCOTT-STUMP, Sylvia; MAHAN, L. Kathleen. **Krause, alimentos, nutrição e dietoterapia**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.
- LATA, Aline Gozzi Braga et al. Diagnósticos de enfermagem em adultos em tratamento de hemodiálise. **Acta Paul Enferm** 2008;21(Número Especial):160-3. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ape/v21nspe/a04v21ns>. Acesso em: 11 ago. 2016.

---

VALENZUELA, Rolando Guilherme Vermehren et al. Estado nutricional de pacientes com insuficiência renal crônica em hemodiálise no Amazonas. **Rev. Assoc. Med. Bras.** Manaus,; 49(1):72-8, 2003. Disponível em: <file:///E:/Trashes/ART%20CONGRESSO/insuficiencia%20renal.pdf>. Acesso em: 18 ago. 2016.

VEGINE, P. M. *et al.* Avaliação de métodos para identificar desnutrição energético-protéica de pacientes em hemodiálise. **J. Bras. Nefrologia**, v. 33, n. 1, 2010.

ZAMBRA, B.; HUTH. A. Terapia nutricional em pacientes portadores de insuficiência renal crônica em hemodiálise. **Revista Contexto & Saúde**, Ijuí: Unijuí, v. 10 n. 19, 2010.

## ANÁLISE DE BOAS PRÁTICAS DE FABRICAÇÃO EM DUAS UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO EM ARACAJU

GEIZILANE MACEDO LUZ VIEIRA

LUCILA MAGRI MILANI

MARIANE ALMEIDA MATOS DO NASCIMENTO

CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN5 -5943)

UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.

E-mail: [geizinutri@gmail.com](mailto:geizinutri@gmail.com)

**PALAVRAS CHAVE:** boas práticas; responsável técnico, segurança alimentar.

**INTRODUÇÃO:** Nos últimos anos houve aumento significativo da procura por alimentação fora de casa, devido à falta de tempo para preparação e distância de casa para o local de trabalho, consequentemente com esse aumento de demanda muitos viram como oportunidade de trabalho, sem devida especialização na área de segurança alimentar. O setor passou a contar com forte concorrência, para a qual só a diferença de preço não é suficiente para aumentar o público, percebeu-se a necessidade de um serviço de boa qualidade, e, sobretudo na segurança alimentar, por conta das ocorrências de toxinfecções alimentares, gerando propaganda negativa a qual pode decretar a falência do estabelecimento. **OBJETIVO:** O presente estudo visa analisar as condições físicas e higiênico-sanitárias de duas Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) comerciais, relacionados às Boas Práticas e a presença de um responsável técnico capacitado na unidade de alimentação. **METODOLOGIA:** Estudo transversal e descritivo, realizado no período de novembro de 2015 em duas UAN de pequeno porte, localizadas na cidade de Aracaju, Sergipe, sendo uma com responsável técnico e a outra não. Para a avaliação, utilizou-se a lista de verificação proposta no pela Resolução RDC 275/2002 contendo 162 itens. Foi avaliado: a edificação e instalações; (78itens); os equipamentos, móveis e utensílios (21 itens); manipuladores (14 itens); produção e transporte dos alimentos (33 itens) e documentação (16 itens). A classificação de cada UAN seguiu os critérios de pontuação estabelecidos pela mesma RDC 275/2002. **RESULTADOS:** As duas UAN foram classificadas no grupo 1 com um percentual de conformidades > 76%. Observou-se que o estabelecimento que não tinha acompanhamento do responsável técnico (RT), encontrava-se inadequado em 78,39% dos itens, enquanto o outro estabelecimento que possui responsável técnico estava adequado em 95% dos itens analisados. Na unidade de alimentação sem RT foi evidenciado maiores falhas em relação a: documentação fora das normas da legislação como por exemplo falta de Manual de Boas Práticas, de descrição dos Procedimentos Operacionais Padronizados (POP), falta de registro de suas operações. **CONCLUSÃO:** A UAN que possui responsável técnico possui um maior percentual de conformidades em relação a parte física e higiênico-sanitária. Alguns itens não conformes encontrados na UAN sem RT são de extrema importância para a garantia da segurança alimentar. Assim a presença do RT evidenciou ser eficaz no referido estudo.

### REFERÊNCIAS

ANSALONI, J. A. Situação de trabalho dos nutricionistas em empresas de refeições coletivas de Minas Gerais: Trabalho técnico, supervisão ou gerência? **Rev. nutr.**, v. 12, n. 3, p. 241-260, set.-dez. 1999.

BARROS, A.P.N.; COSTA, T.F.; PEREIRA, S.C.L.; BRITO, M.J.M.; MONTEIRO, M.A.M.; ABREU, M.N.S. Perfil sociodemográfico, de conhecimentos administrativos, em legislação sanitária de gerentes e segurança alimentar em unidades produtoras de refeições comerciais. **Rev. Soc. Food Nutr.**, São Paulo, SP, v. 36, n. 2, p. 61-76, ago. 2011.

BRASIL. Portaria nº. 326 – SVS/MS, 30 de julho de 1997. Dispõe sobre o Regulamento Técnico sobre as condições higiênico-sanitárias e de boas práticas de fabricação para estabelecimentos produtores/industrializadores de alimentos. Diário Oficial da República Federativa do Brasil. Brasília, DF, 30 de julho de 1997.

BRASIL. **Resolução RDC nº 216, de set. de 2004.** Dispõe sobre regulamento técnico de boas práticas para serviços de alimentação. Disponível em: < [http://www.anvisa.gov.br/legis/resol/2004/rdc/216\\_04rdc.htm](http://www.anvisa.gov.br/legis/resol/2004/rdc/216_04rdc.htm)>. Acesso em: 10 maio. 2016.

BRASIL. **Resolução RDC nº 275, de 21 de outubro de 2002.** Dispõe sobre o Regulamento Técnico de Procedimentos Operacionais Padronizados e aplicados aos Estabelecimentos Produtores/Industrializadores de Alimentos e a Lista de Verificação 13 >Artigos das Boas Práticas de Fabricação em Estabelecimentos Produtores/Industrializadores de Alimentos. D.O.U. de 06/11/2002.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS. **Lei nº 8.234 de 17 de setembro de 1991.** Dispõe sobre a regulamentação da profissão de nutricionista e determina outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 17 set. 1991.

GERMANO, P. M. L.; GERMANO, M. I. S. **Higiene e Vigilância Sanitária dos Alimentos.** São Paulo: ed. 4 – Barueri, SP. Manole 2011.

TRIDA, V.C; FERREIRA, F.M. **Gestão da Qualidade Em Serviços de Alimentação - Como Elaborar Um Manual de Boas Práticas.** São Caetano do Sul SP: Yendis, 2013.

## CIRCUNFERÊNCIA DO PESCOÇO COMO INDICADOR DE EXCESSO DE PESO EM PARTICIPANTES DE UM PROJETO COMUNITÁRIO NO NORDESTE

JOSIANE RODRIGUES DE BARROS (CRN-5: 7666/P)  
FABIANA MELO SOARES (CRN-5: 6072)  
ANNE KAROLINE DE SOUZA OLIVEIRA (CRN-5: 7674/P)  
SARA PATRICIA DE OLIVEIRA ELIAS  
MÁRCIA MARIA MACEDO DE LIMA (CRM/SE: 1606)  
Hospital Universitário de Sergipe, Aracaju- SE, Brasil  
josirodrigues.se@hotmail.com

**PALAVRAS CHAVE:** Antropometria; Circunferência do pescoço; Sobrepeso; Obesidade

**INTRODUÇÃO:** As medidas antropométricas como índice de massa corpórea (IMC), circunferência de cintura (CC) e a circunferência de pescoço (CP) são frequentemente utilizadas na prática clínica e nos estudos epidemiológicos para identificação do sobrepeso e obesidade. A circunferência do pescoço, por sua vez, vem sendo recentemente utilizada como um bom indicador de acúmulo de gordura subcutânea e risco cardiovascular. **OBJETIVO:** Avaliar a utilização da medida da circunferência do pescoço como indicador de excesso de peso em participantes de um projeto comunitário na cidade de Aracaju-SE. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal, de natureza quantitativa, com participantes adultos do projeto de extensão Saúde na Comunidade: Uma abordagem multiprofissional, realizado em Aracaju-SE, entre os meses de outubro de 2015 a março de 2016. Foi realizada avaliação antropométrica, com aferição de peso, altura, circunferência da cintura e circunferência do pescoço. Para o diagnóstico nutricional foi utilizado o índice de massa corporal, classificado segundo Organização Mundial da Saúde (1998). Quanto à classificação da circunferência do pescoço, a classificação se deu conforme estudo de Ben-Noun et al (2006) que utiliza os valores <37 cm e >37 cm para homens ou <34 cm e >34 cm para mulheres. Os dados foram tabulados e analisados através do software Excel versão 2007 e foi realizada estatística descritiva. O estudo foi previamente aprovado pelo comitê de ética. **RESULTADOS:** Foram incluídos 40 pacientes, 27 (67,5%) do sexo feminino, com idade média de 56 anos. A média de IMC foi de 29,2 kg/m<sup>2</sup>. O excesso de peso (sobrepeso e/ou obesidade) foi diagnosticado em 70% dos participantes, sendo 30% com sobrepeso e 40% com obesidade. A CC mostrou-se aumentada tanto para mulheres quanto para os homens, valores médios respectivamente, 89,9 cm e 95,4 cm. Com relação à CP a média encontrada foi de 36,3 cm; sendo 34,7 cm para as mulheres e 39,6 cm para os homens, ambos aumentados e indicando excesso de peso. **CONCLUSÃO:** A circunferência do pescoço é uma ferramenta fácil e de baixo custo para estimar excesso de peso, podendo ser um importante rastreio dos profissionais de saúde.

**REFERÊNCIAS:** PEREIRA, D.C.R et al. Circunferência do pescoço como possível marcador para síndrome metabólica em universitários. Rev. Latino-Am. Enfermagem. v.22, n.6,p.973-979, 2014. FRIZON,V. ; BOSCAINI, C. Circunferência do Pescoço, Fatores de Risco para Doenças Cardiovasculares e Consumo Alimentar. Rev Bras Cardiol.v.26, n. 6, p.426-34, 2013. TIBANA, R.A et al. Relação da circunferência do pescoço com a força muscular relativa e os fatores de risco cardiovascular em mulheres sedentárias. Einstein.v.10, n.3, p.329-34, 2012. BEN-NOUN, L.L.; LAOR, A. Relationship between changes in neck circumference and cardiovascular risk factors. Exp Clin Cardiol. v.11, n.1, p.14-20, 2006.

---

PITANGA, F.J.G.; LESSA, I. Indicadores antropométricos de obesidade como instrumento de triagem para risco coronariano elevado em adultos na cidade de Salvador- Bahia. Arq Bras Cardiol. v.85, n.1., p.26-31, 2005.

## PREVALÊNCIA DE EXCESSO DE PESO EM PACIENTES COM TUMORES HIPOFISÁRIOS

JOSIANE RODRIGUES DE BARROS (CRN-5: 7666/P)  
ANNE KAROLINE DE SOUZA OLIVEIRA (CRN-5: 7674/P)  
EVELYN DE OLIVEIRA MACHADO (CRM/SE: 3476)  
Hospital Universitário de Sergipe, Aracaju- SE, Brasil  
josirodrigues.se@hotmail.com

**PALAVRAS CHAVE:** Obesidade; Sobrepeso; Tumores hipofisários

**INTRODUÇÃO:** Tumores hipofisários são caracterizados pelo aumento de células adenohipofisárias produtoras de hormônios tróficos como o hormônio de crescimento (GH), a corticotropina (ACTH), o hormônio tireoestimulante (TSH), o hormônio luteinizante (LH), o hormônio folículoestimulante (FSH), e a prolactina (PRL) (MOLITCH, 2014; LAKE et al., 2013). Dentre as manifestações clínicas decorrentes, pode-se observar ganho de peso nesses pacientes. Esse provável ganho de peso pode estar associado a anormalidades endócrinas que causam hiperatividade do eixo hipotálamo-hipófise adrenal aumentando a produção de cortisol e acúmulo de gordura (BJÖRNTORP, 1996). **OBJETIVO:** Avaliar a prevalência de excesso de peso em pacientes com tumores hipofisários. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal, de natureza quantitativa, com pacientes adultos do ambulatório de neuroendocrinologia do Hospital Universitário de Sergipe, entre os meses de junho de 2012 a julho de 2013. Foi realizada avaliação antropométrica com aferição de peso e altura. Para o diagnóstico nutricional foi utilizado o índice de massa corporal, classificado segundo Organização Mundial da Saúde (1998). Os dados foram tabulados e analisados através do software Excel versão 2007 e realizada estatística descritiva. **RESULTADOS:** Foram incluídos 61 pacientes, 49 (80%) do sexo feminino, com idade média de 40 anos. Os tipos de tumores mais prevalentes foram: prolactinoma (49,9%), hipotuitarismo (14,3%), acromegalia (10,7%) e Síndrome de Cushing (7%). A média de IMC foi de 28 kg/m<sup>2</sup>, sendo 28,6 kg/m<sup>2</sup> para mulheres e 26 kg/m<sup>2</sup> para homens diagnosticando sobrepeso. A prevalência de excesso de peso (sobrepeso e/ou obesidade) foi de 70,5%. **CONCLUSÃO:** A desregulação hipotalâmica decorrente dos tumores hipofisários provocam alterações metabólicas importantes, visto que o excesso de peso é um fator preditor para o desenvolvimento da síndrome metabólica e aumento da morbimortalidade.

### REFERÊNCIAS

- MOLITCH, M.E. Hipófise Anterior. In: GOLDMAN, L.; SCHAFER, A.I. Cecil Tratado de Medicina Interna. 24ª edição. Rio de Janeiro: Elsevier, cap. 231, p. 1643- 1658, 2014.
- LAKE, M.G. et al. Pituitary Adenomas: An Overview. American Family Physician, v. 88, p. 319-327, 2013.
- BJÖRNTORP, P. The regulation of adipose tissue distribution in humans. Int J Obes Relat Metab Disord, v. 20, p. 291-302, 1996.
- KOK, P. et al. Prolactin release is enhanced in proportion to excess visceral fat in obese women. J Clin Endocrinol Metab, v.89,p. 4445-4449, 2004.
- DELGRANGE, E.; DONCKIER, J.; MAITER, D. Hyperprolactinemia as a reversible cause of weight gain in male patients? Clin Endocrinol, v.50, p.271, 1999.



## HÁBITOS ALIMENTARES DE MULHERES MENOPAUSADAS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

JAMYLLÉ ARAÚJO ALMEIDA (CRN5 7799/P)

ANA CATARINA MENESES SANTOS

LUANA EDLA LIMA

JAMILLE MENDONÇA REINALDO (CRN5 7488)

RAQUEL SIMÕES MENDES NETTO (CRN5 2158)

Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil

[jamyllé.araujo@gmail.com](mailto:jamyllé.araujo@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVES:** Educação nutricional; Idosas; Hábitos alimentares.

**INTRODUÇÃO:** A população mundial apresenta-se em processo de nova estruturação demográfica caracterizado pela redução das taxas de fecundidade e aumento da expectativa de vida (CLOSS, SCHWANKE, 2012). O Brasil é um dos países em desenvolvimento com maior velocidade no envelhecimento da população (ALVES *et al.*, 2016). Durante a senescência o indivíduo passa por mudanças morfológicas, fisiológicas, imunológicas e metabólicas que interferem na alimentação (NOLTE, 2011). Por isso, observa-se que nessa fase o indivíduo tende a apresentar dieta monótona (FREITAS, PHILIPPI, RIBEIRO, 2011). Estudos têm apontado a correlação entre educação nutricional, comportamento alimentar e doenças. Para uma maior chance de efetividade é importante que a intervenção nutricional inclua práticas habituais, que promovam mudanças pequenas e confortáveis (CERVATO *et al.*, 2005). **OBJETIVO:** O objetivo foi comparar os hábitos alimentares após educação nutricional, de acordo com a adesão as intervenções, em mulheres menopausadas praticantes de exercício físico. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo quase-experimental, realizado com 22 menopausadas, participantes do projeto +ViverUFS. Foram realizadas 3 sessões de treinamento semanais e 3 intervenções de educação nutricional, com encontro mensal durante 12 semanas, onde foi abordado os grupos da pirâmide alimentar, ingestão hídrica, quantidade de açúcar e sal dos alimentos e substituições por alimentos mais saudáveis considerando o custo financeiro. Pertencem ao grupo adesão completa (AC) (n=12) aquelas que compareceram a todas as intervenções e adesão incompleta (AI) (n=10) aquelas que perderam 1 ou 2 intervenções. O hábito alimentar foi medido através dos questionários de anamnese de saúde e hábitos alimentares. Médias entre 1,0 e 2,9 foram classificadas como bom/ótimo para variáveis da escala Likert. Foi realizada análise descritiva e o teste Quiquadrado de Pearson para comparação dos grupos. Considerou-se diferença estatística  $p < 0,05$ . **RESULTADOS:** A população apresentou média de 65 anos, 68% apresentou escolaridade fundamental incompleto, 68% tentou mudar o peso nos últimos 3 meses, 91% limita alguns alimentos e 60% estava com sobrepeso, 72% relatou beber água sempre que possível, embora 54% beba menos de seis copos de 200 ml diariamente. Quando comparados os grupos AC e AI, foi verificado que, após a intervenção, não houve diferença significativa para variáveis de hábitos alimentares como a quantidade de água ingerida diariamente, a forma de preparo das carnes, a ingestão dos grupos da pirâmide alimentar e a frequência de omitir refeições. Foi considerado em média pelas participantes, após a intervenção, como bom/ótimo as condições de saúde ( $X=1,45 \pm DP=0,59$ ), hábito intestinal ( $X=1,36 \pm DP=0,58$ ), apetite ( $X=1,27 \pm DP=0,45$ ), qualidade do sono ( $X=1,59 \pm DP=0,85$ ) e da alimentação ( $X=1,32 \pm DP=0,47$ ). Embora tenha aumentado os percentuais de quem considerava boa/ótima a qualidade da saúde, hábito intestinal, apetite e alimentação, especialmente para AC, ao comparar os grupos para estas variáveis não houve diferença estatística após a educação nutricional. **CONCLUSÃO:** Não houve mudança significativa nos hábitos alimentares, independentemente da adesão. Possivelmente um programa de educação nutricional com duração de 12 semanas e 3

intervenções, não seja suficiente para gerar mudanças, considerando principalmente que o público com maior idade possui seus hábitos alimentares enraizados e há múltiplos determinantes da alimentação.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, Davi da Silveira Barroso; BARBOSA, Maria Tereza Serrano; CAFFARENA, Ernesto Raúl Caffarrena; SILVA, Alexandre Souza da. Caracterização do envelhecimento populacional no município do Rio de Janeiro: contribuições para políticas públicas sustentáveis. **Caderno Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.24, n.1, p. 63-69, 2016.
- CERVATO, A.M.C.; DERNTL, A. M.; LATORRE, M.R.D.O.; MARUCCI, M.F.N. Educação nutricional para adultos e idosos: uma experiência positiva em Universidade Aberta para Terceira Idade. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 18, n. 1, p. 41-52, 2005.
- CLOSS, Vera Elizabeth; SCHWANKE, Carla Helena Augustin. A evolução do índice de envelhecimento no Brasil, nas suas regiões e unidades federativas no período de 1970 a 2010. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 3, p. 443-458, jan. 2012.
- FREITAS, Angélica M De Pina; PHILIPPI, Sonia Tucunduva; RIBEIRO, Sandra Maria Lima. Food lists from the diet of a group of elderly individuals: Analysis and perspectives. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, [S.L], v. 14, n. 1, p. 1-16, jan. 2011.
- NOLTE, Ângela de Oliveira Antunez. **Associação entre hábitos saudáveis de alimentação, estado nutricional e percepção de saúde dos idosos**. 2011. 100f. Dissertação (Mestrado em Gerontologia Biomédica). Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2011.

## EFEITO DE AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA PROMOÇÃO DE MELHORES ESCOLHAS ALIMENTARES EM INDIVÍDUOS COM DIABETES TIPO 2

DAYANE FRANCIELY CONCEIÇÃO SANTOS,  
QUÉZIA DA SILVA FRANCISCO DE ARAÚJO,  
ANGELINA CRUZ RODRIGUES,  
LORENA IZABEL OLIVEIRA DE SANTANA,  
LILIANE VIANA PIRES (CRN: 8056).

**Instituição:** Departamento de Nutrição, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.

**Email:** day\_franciely@hotmail.com.

**PALAVRAS-CHAVE:** Diabetes Mellitus, Educação Nutricional, Alimentação Saudável.

**INTRODUÇÃO:** A prevalência de diabetes *mellitus* tipo 2 apresenta um crescente aumento em todo o mundo, tornando-se um sério problema de saúde pública (IDF, 2015). Esta doença caracteriza-se pela resistência à insulina ou deficiência na sua produção, ocasionando o quadro de hiperglicemia, o que promove prejuízos à capacidade funcional, autonomia e qualidade de vida do indivíduo (SBD, 2016). O tratamento da diabetes envolve mudanças no estilo de vida, como os hábitos alimentares, realização de atividade física e uso de medicamentos (SBD, 2016; ANUNCIAÇÃO et al., 2012). Nesse sentido, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) torna-se relevante para o auto cuidado dos indivíduos com diabetes, visto que tem apresentado resultados promissores no controle da doença, com consequente melhora na qualidade de vida desta população (PEREIRA et al., 2015; CAZARINI et al., 2002). **OBJETIVO:** Avaliar as ações de EAN na consolidação do conhecimento sobre a alimentação saudável e a doença. **METODOLOGIA:** Estudo do tipo longitudinal, realizado com um grupo de indivíduos adultos com diabetes *mellitus* tipo 2, de ambos os gêneros, assistidos pela Liga Acadêmica de Nutrição em Diabetes (LANUD/DNUT/UFS). As ações de EAN sobre alimentação saudável foram realizadas quinzenalmente durante cinco meses, e os voluntários foram avaliados antes das ações (T0) e ao final do estudo (T1). Para avaliar o efeito das EAN, foram aplicados três recordatórios alimentares de 24h (R24h) e um questionário do Ministério da Saúde (BRASIL, 2008) sobre comportamento alimentar e hábitos de vida. Foi realizada uma análise descritiva dos dados. Aplicou-se o teste de Wilcoxon para as variáveis de ingestão alimentar, considerando  $p < 0,05$  para discriminação de médias estatisticamente diferentes e valores-p entre 0,05 e 0,10 para marginalmente significativos. **RESULTADO:** O estudo foi concluído com 12 indivíduos. Quanto ao comportamento alimentar e hábitos de vida, as classificações “ótimo” e “satisfatório” predominaram entre os participantes no T1. Ressalta-se que no T0 três indivíduos foram classificados como insatisfatórios e no T1 não houve classificações insatisfatórias. A avaliação da ingestão alimentar por meio dos R24h mostrou que não houve diferença significativa na ingestão de energia e de alguns macro e micronutrientes após as EAN. No entanto, observou-se que a ingestão de lipídeos foi menor no T1, sendo esta redução considerada marginalmente significativa ( $p=0,07$ ). **CONCLUSÕES:** As ações de EAN promoveram melhora nas escolhas alimentares, observada tanto pela qualidade dos alimentos quanto pela ingestão dietética de lipídios.

### REFERENCIAS

ANUNCIAÇÃO, P. C.; BRAGA, P. G.; ALMEIDA, P. S.; LOBO, L. N.; PESSOA, M. C. Avaliação do conhecimento sobre alimentação antes e após intervenção nutricional entre diabéticos tipo 2. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v.36, n.4, p. 986-1001, 2012.

BRASIL. Guia Alimentar para a População Brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde [Internet] 2008. Disponível em: <[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2008.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf)>. Acesso em: 19 março 2016.

CAZARINI, R. P.; ZANETTI, M. L.; RIBEIRO, K. P.; PACE, A. E., FOSS, M. C. Adesão a um grupo educativo de pessoas portadoras de diabetes mellitus: porcentagem e causas. **Medicina Ribeirão Preto**, v. 35, n. 1, p. 142-150, 2002.

INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION. *IDF Diabetes Atlas, 7th edn*. Brussels, Belgium: International Diabetes Federation [Internet] 2015. Disponível em: <<http://www.diabetesatlas.org>> Acesso em: 15 agosto 2016.

PEREIRA, M. A.; PEREIRA, A. A.; LEÃO, J. M.; LISBOA, L. C. V.; ELIAS, M. A. R.; GHETTI, F. F.; AGUIAR, A. S LUQUETTI, S. C. P. D. Desafios e reflexões na implantação de um programa de educação alimentar e nutricional (EAN) em indivíduos com excesso de peso. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, Fortaleza, v. 28, n. 2, p. 290-296, 2015.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES (SBD). Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes (2015-2016). São Paulo: AC Farmacêutica, 2016. Disponível em: <<http://www.diabetes.org.br/sbdonline/images/docs/DIRETRIZES-SBD-2015-2016.pdf>> Acesso em: 13 agosto 2016.

## INTERVENÇÃO NUTRICIONAL EDUCATIVA ENTRE MULHERES MENOPAUSADAS ATIVAS: ANÁLISE QUALITATIVA DA DIETA

Resumo

ANA CATARINA MENESES SANTOS ([ninha.catarina@hotmail.com](mailto:ninha.catarina@hotmail.com));

LUANA EDLA LIMA;

JAMILLE MENDONÇA REINALDO (CRN5 7488);

JAMYLLÉ ARAÚJO ALMEIDA (CRN5 7799/P);

RAQUEL SIMÕES MENDES NETTO (CRN5 2158).

Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil

**PALAVRAS-CHAVES:** Educação nutricional; Idoso; Consumo alimentar;

**INTRODUÇÃO:** O envelhecimento da população é um fenômeno que acontece em todo o mundo. No Brasil, em 2011, a população acima de 60 era de 20,5 milhões, o equivalente a 10,8% da população total. (KÜCHEMANN, 2012). As doenças cardiovasculares (DCV) são consideradas a principal causa de morte e incapacidade em idosos (SANTOS e PAES, 2014). A alimentação saudável tem importante impacto na prevenção e tratamento destas doenças, assim como pequenas melhorias também trazem relevantes benefícios na diminuição do risco cardiovascular (LICHTENSTEIN, 2006). **OBJETIVO:** Avaliar se a adesão completa a um programa de educação nutricional influenciou a qualidade da dieta. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo quase-experimental, realizado com 22 mulheres menopausadas, participantes do projeto +ViverUFS. Foram realizadas 3 sessões de treinamento semanais e 3 intervenções de educação nutricional, com encontro mensal durante 12 semanas, onde foi abordado os grupos da pirâmide alimentar, ingestão hídrica, quantidade de açúcar e sal dos alimentos e substituições por alimentos mais saudáveis considerando o custo financeiro. Pertencem ao grupo adesão completa (AC, n=12) aquelas que compareceram a todas as intervenções e adesão incompleta (AI, n=10) aquelas que perderam 1 ou 2 intervenções. O consumo alimentar foi medido por meio de 2 recordatórios de 24 horas, um antes e outro após as intervenções. Para a análise da qualidade da dieta utilizou a metodologia (FBCE), proposto por Lennernas e Andersson (1999) e adaptado para o padrão alimentar brasileiro por Assis *et al.* (2003). Foi aplicado análise descritiva e o teste Qui-quadrado de Pearson para comparação dos grupos. Considerou-se diferença estatística  $p < 0,05$ . **RESULTADO:** A população estudada apresenta média de 65 anos, 68% apresentam fundamental incompleto, 86% usavam algum tipo de medicamento, sendo o mais frequente os anti-hipertensivos (45%) e 60% estavam com sobrepeso. Quanto à alimentação, no desjejum foi observado que 11% das mulheres do grupo AI tiveram um consumo significativamente menor de frutas e/ou vegetais (grupo C) em relação as que tiveram AC (54%) ( $p=0,04$ ). Apesar disso, na ceia foi observado que o grupo AI consumiu significativamente mais frutas e/ou vegetais que o grupo de AC ( $p=0,08$ ) após a intervenção. No entanto, é importante destacar que apenas 30% realizou esta refeição, devido ao incentivo do jejum no dia anterior a avaliação. Também foi observado a redução da presença dos grupos D (*pastries*), E (doces) e F (bebidas alcoólicas), que apresentaram respectivamente antes da intervenção no almoço (9,5%), ceia (30,8%) e colação (23,5%), os quais não foram citados após a intervenção, independente do grupo de adesão. **CONCLUSÃO:** Apesar de não terem consumido frutas na ceia, a intervenção contribuiu para um consumo significativamente maior de frutas no café da manhã para o grupo de AC. Porém, independentemente da adesão, a intervenção contribuiu para a redução do consumo de *pastries*, doces e bebidas alcoólicas, indicando que a educação alimentar e nutricional pode melhorar a qualidade da alimentação.

## REFERÊNCIAS

- ASSIS, M. A. A.; NAHAS, M. V.; BELLISLE, F. *et al.* Meals, snacks and food choices in Brazilian shift workers with high energy expenditure. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**, v.16, p.283–289, agosto. 2003.
- KÜCHEMANN, B. A. Envelhecimento populacional, cuidado e cidadania: velhos dilemas e novos desafios. **Sociedade e Estado**, Brasília, v.27, n.1, p.165-180. 2012.
- LENNERNAS, M.; ANDERSSON, I. Food-based Classification of Eating Episodes (FBCE). **Appetite**, Sweden v.32, p.53–65. 1999.
- LICHTENSTEIN, A.H. *et al.* Diet and Lifestyle Recommendations Revision 2006 A Scientific Statement From the American Heart Association Nutrition Committee. **American Heart Association Scientific Statement**, Dallas, v.114, n.1, p.82-96, 2006.
- SANTOS, J.P.; PAES, N.A. Association between life conditions and vulnerability with mortality from cardiovascular diseases in elderly men of Northeast Brazil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v.17, n.2, p.407-420. 2014.

**POTENCIAL ANTIOXIDANTE DE UMBU (*SPONDIAS TUBEROSA* ARRUDA CAM.) EM DISTINTOS MODELOS ANTIOXIDANTES *IN VITRO***

DANIEL ALVES DE SOUZA<sup>1</sup>

EDILENE FERNANDES NONATO<sup>1</sup>

GILDSON ALEX DOS SANTOS<sup>1</sup>

ANA MARA DE OLIVEIRA E SILVA<sup>1</sup>

ELMA REGINA SILVA DE ANDRADE WARTHA,<sup>1</sup>

Universidade Federal de Sergipe/UFS, São Cristóvão/SE, Brasil

Email: [danielalvesdesouza10000@gmail.com](mailto:danielalvesdesouza10000@gmail.com)

PALAVRAS-CHAVE: Atividade antioxidante, fenólicos totais, umbu.

**INTRODUÇÃO:** O umbu (*Spondias Tuberosa* Arruda Cam.) é uma fruta típica do nordeste, considerada fonte de renda para pequenos agricultores, podendo ser consumida tanto *in natura* como polpa congelada, doces, umbuzada, sucos, etc. (CAVALCANTI; RESENDE, BRITO, 2000; MELO; ANDRADE, 2010). Destaca-se que as frutas, em geral, são consideradas fontes de compostos que propiciam benefícios à saúde, os quais compreendem fibras, minerais, e substâncias antioxidantes, dentre estas, compostos fenólicos e vitaminas A, C e E, etc. Por esse motivo as frutas, em particular regionais, estão sendo cada vez mais estudadas com o objetivo de avaliar seus efeitos benéficos ao organismo humano. **OBJETIVOS:** determinar o conteúdo de compostos fenólicos de umbu e avaliar sua capacidade antioxidante em distintos métodos *in vitro*. **METODOLOGIA:** Foram obtidos extratos a partir de polpa de umbu *in natura* liofilizada, usando como reagentes extratores: água destilada (EAq), etanol 80% (EEtOH) e metanol 80% (EMetOH). O conteúdo de fenólicos totais foi quantificado usando *Folin Ciocalteau* (SWAIN, HILLS, 1959) e o potencial antioxidante, avaliado por varredura de radicais DPPH (BRAND-WILLIAMS et al., 1995), ABTS (RE et al., 1999) e capacidade redutora de ferro – FRAP (OYAIZU et al., 1986). **RESULTADOS:** O teor de fenólicos totais para os EAq, EMeOH e EEtOH foram 39,09, 36,87 e 21,23mg equivalentes de ácido gálico/g de amostra, respectivamente. Os EMeOH e EAq apresentaram maiores porcentagens de sequestro do radical DPPH (acima de 85 e 90%, respectivamente), cujos IC50 resultaram em 1,8 e 1,7 mg/mL de extrato, demonstrando serem mais efetivos por reduzirem 50% do radical DPPH com menores quantidades de extrato quando comparados ao EEtOH (3,5 mg/mL de extrato). Da mesma forma, na captação do radical ABTS, a atividade antioxidante foi maior para os EAq e EMeOH, assim como na capacidade redutora do ferro, 64,2 e 47,0  $\mu$ M de sulfato ferroso/mg de amostra, respectivamente. **CONCLUSÕES:** O umbu contém quantidades relevantes de fenólicos e expressiva atividade antioxidante para os EAq e EMeOH frente aos métodos de varredura dos radicais DPPH e ABTS e um bom potencial redutor na redução do ferro (FRAP). Portanto, há evidências de que as substâncias fenólicas presentes no umbu contribuam significativamente com a atividade antioxidante, podendo este ser considerado fonte natural de antioxidantes, que podem propiciar benefícios à saúde de indivíduos na redução do risco de doenças crônicas não transmissíveis.

**REFERÊNCIAS**

- BRAND-WILLIAMS, W.; CUVELIER, M. E.; BREST, C. Use of Free Radical Method Evaluate Antioxidant Activity. LWT - **Food Science and Technology**, v. 28, p. 25-30, 1995.
- CAVALCANTI, N. B.; RESENDE, G. M.; BRITO, L. T. L. Processamento do fruto do imbuzeiro (*Spondias tuberosas* Arr. Cam.). **Ciênc. Agrotecnol.**, v. 24, n. 1, p. 252-259, 2000.
- MELO, E. de A.; ANDRADE, R. A. M. de S. Compostos bioativos e potencial antioxidante de frutos de imbuzeiro. **Alimentos e Nutrição**, Araraquara, v. 21, n. 3, p. 453-457, 2010.

---

OYAIZU, M. Studies on products of browning reaction: antioxidative activities of products of browning reaction prepared from glucosamine. **Japanese Journal of Nutrition**, v. 44, p. 307-315, 1986.

RE, R.; PELLEGRINI, N.; PROTEGGENTE, A.; PANNALA, A.; YANG, M.; RICE-EVANS, C. Antioxidant activity applying an improved ABTS radical cation decolorization assay. **Free Radical Biology & Medicine**, v. 26, n. 9/10, p. 1231–1237, 1999.

SWAIN, T.; HILLS, W. E. The phenolic constituents of *Punna domestica*. I-quantitative analysis of phenolic constituents. **Journal of the Science of Food and Agriculture**, v. 19, p. 63-68, 1959.



## IDENTIFICAÇÃO DA ANEMIA EM PACIENTES INTERNADOS EM UM HOSPITAL DE REFERÊNCIA DO ESTADO DE SERGIPE MEDIANTE TRIAGEM NUTRICIONAL

DEYSE MIRELLE SOUZA SANTOS (UNIT/Aracaju/Sergipe/Brasil; e-mail: deysemirelle@hotmail.com);

JANETE KELLE SILVA DE ALMEIDA (UNIT/Aracaju/Sergipe/Brasil);

ALINE DE CARVALHO BASTOS (UNIT/Aracaju/Sergipe/Brasil);

LUCIANA SANTOS CARIRI (UNIT/Aracaju/Sergipe/Brasil);

TATIANA MARIA PALMEIRA DOS SANTOS (CRN 54139; UNIT/Aracaju/Sergipe/Brasil).

**PALAVRAS-CHAVE:** Anemia; Desnutrição; Hospitalização.

**INTRODUÇÃO:** A anemia nutricional é uma condição na qual o teor de hemoglobina (Hb) no sangue está abaixo dos níveis normais, devido à falta de um ou mais dos nutrientes essenciais que são necessários para a sua composição. A Organização Mundial da Saúde reconhece a anemia como prioritária para a saúde pública uma vez que existem iniquidades de acesso aos serviços de saúde para essas pessoas em diversas partes do mundo. No Brasil, a doença é predominante entre negros, pardos e afrodescendentes, em geral, nascendo cerca de 3.500 crianças/ano com anemia falciforme ou uma a cada mil crianças. **OBJETIVO:** Determinar a prevalência de pacientes hospitalizados com anemia. **METODOLOGIA:** Foi realizada uma pesquisa de campo, exploratória, descritiva com abordagem quantitativa. O local da pesquisa foi um Hospital de Urgências de Sergipe, no qual foi avaliado 149 pacientes hospitalizados, com idades entre 18 a 60 anos. Os dados foram coletados através dos métodos de Avaliação Subjetiva Global (ASG), Mini Avaliação Nutricional (Man) e Nutritional Risk Screening (NRS). Em seguida foi realizada algumas medidas (peso e altura para calcular o índice de massa corporal (IMC) e classificados segundo critérios para adultos. O diagnóstico da anemia foi feito baseado na hemoglobina coletada de prontuário, que, segundo a OMS, é definida como nível de hemoglobina abaixo de 13,0g/dL para homens e 12g/dL para mulheres não grávidas. Para análise dos dados foi utilizado diferenças de médias entre grupos através do testes t-Student. As medidas de associação entre variáveis categóricas foram analisadas mediante o teste Qui-Quadrado de Pearson. O intervalo de confiança adotado foi de 95% e o critério de significância estatística foi o valor de p bicaudal < 0,05. **RESULTADOS:** Dos 149 pacientes avaliados com o objetivo de correlacionar a presença ou não de anemia com o IMC, foi perceptível a alta prevalência de anêmicos mesmo estando eutrófico. Nos pacientes que permaneceram internados < 15, apresentaram anemia em maior proporção (79,65%) dos que estavam internado > 15. Pela triagem nutricional NRS foi perceptível que os pacientes mesmo estando anêmico continuavam nutridos (94%) dos casos. Com relação a ASG, onde foram perguntados se o paciente perdeu peso nos últimos dias, e correlacionar com o estado anêmico do paciente. MAN mini que é a avaliação nutricional, por essa avaliação há uma grande quantidade de pacientes com anemia e que estão desnutridos cerca de (38%), é um exame simples e fácil, de ser aplicado. Desta forma, o ASG (40%) apresentou pacientes estavam nutridos, e a Man obteve um número maior de indivíduos desnutridos (50%). **CONCLUSÃO:** Nesse estudo foi perceptível que mesmo o paciente estando com o IMC eutrófico estava anêmico seja métodos de avaliação seja pela triagem nutricional.

### REFERENCIAS

CORDEIRO, R.; FERREIRA, L.S.; SANTOS, A.C. Experiências do adoecimento de pessoas com anemia falciforme e estratégias de autocuidado. Revista Ana Neri Enfermagem, Bahia, n. 4, v.45-49, p. 17-22, agosto 2014.

---

MENDONÇA, E.B.S.; MUNIZ, L. F.; ARRUDA, I.K.G.; DINIZ, A.S. Concentrações de hemoglobina e fatores associados em adolescentes de Recife. Revista de nutrição, Campinas, n. 5, v. 27, p. 14-19, outubro 2014.

AQUINO, R.C.; PHILIPPIII, S.T. Desenvolvimento e avaliação de instrumentos de triagem nutricional. Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, n. 3, v. 33, p. 33-39, janeiro, 2012.

BOTTONI, A.; HASSAN, D. Z.; NACARATO, A.; GARNES, S.A.; BOTTONI, A. Porque se preocupar com a desnutrição hospitalar?: revisão de literatura. J Health Sci Inst, São Paulo, n.32,v.3, p:314-7, São Paulo, 2014.

LÖSER, C. Malnutrition in hospital: the clinical and economic implications. Dtsch Arztebl Int, Estados Unidos n.107, v. 51, p:911-7, 2010.

## **AValiação Nutricional dos Profissionais de Saúde do Hospital de Urgência Sergipe – HUSE**

Talita Higre Magalhães de Souza,  
Tatiana Maria Palmeira dos Santos (CRN 5 -4139),  
CYNTHIA BARBOSA ALBUQUERQUE DOS SANTOS (CRN5 -5943)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.  
E-mail: talitahps@hotmail.com

**PALAVRAS-CHAVES:** avaliação nutricional, índice de massa corporal, circunferência da cintura, obesidade, doenças cardíacas.

**INTRODUÇÃO:** É de suma importância a avaliação do estado nutricional para monitorar a situação de saúde do indivíduo e evitar o aparecimento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DNCT), atuando como um forte indicador dos distúrbios nutricionais e riscos. Além disso, é utilizado para acompanhar a resposta às intervenções. Dentre os parâmetros para avaliação nutricional destacam-se as medidas antropométricas, por ser reconhecidamente confiável, de baixo custo, de fácil execução e não invasivo. **OBJETIVO:** O presente estudo teve como objetivo avaliar o estado nutricional dos funcionários do Hospital de Urgência de Sergipe, através da avaliação antropométrica. **METODOLOGIA:** Estudo transversal, comparativo e descritivo realizado com funcionários da área da saúde do Hospital de Urgência do estado de Sergipe. Os dados antropométricos foram obtidos por meio do Índice de Massa Corporal (IMC) e a Circunferência da Cintura (CC). Foi avaliado sexo, idade e grau e escolaridade. Os resultados foram tabulados no Excel® e analisados no SPSS® e expressos em porcentagem. **RESULTADOS:** A amostra foi composta por 66 funcionários de ambos os sexos, com a maioria expressiva (95,5%) de pacientes do sexo feminino. Os resultados obtidos pelo IMC, evidenciaram uma predominância de 40,9% dos funcionários com sobrepeso seguido de 37,9% de eutrofia. Comparando o parâmetro de risco para Doenças Cardiovasculares (DCV), através da Circunferência da Cintura pode-se verificar as frequências das categorias dos indivíduos em desenvolverem doenças cardíacas “Sem risco”, “Risco elevado” e “Risco muito elevado”, os quais tiveram valores exatamente iguais a 33,3%. Não foi observado relação entre o grau de escolaridade e o estado nutricional dos indivíduos. **CONCLUSÃO:** Houve um número significativo de indivíduos com sobrepeso no referido estudo evidenciando um momento de transição pelo qual o mundo, incluindo o Brasil está passando, acarretando mudanças no seu perfil nutricional que podem afetar os hábitos alimentares da população.

### **REFERENCIAS**

- AZEVEDO, Ana Cristina Soares; Et. Al. **Perfil Nutricional dos Funcionários do Hospital São Vicente de Paulo**. VER MEDICA HSVP, 2003; 15 (32): 34-37. Disponível em: <[http://www.hsvp.com.br/site/upload/publicacoes/8\\_ano\\_xv\\_n\\_32\\_janeiro\\_junho\\_2003.pdf](http://www.hsvp.com.br/site/upload/publicacoes/8_ano_xv_n_32_janeiro_junho_2003.pdf)>. Acesso em: 30 de maio 2014.
- BASSET, M. T. & PERL, S. Obesiy: the public health challeng of out time. **American Journal of Public Health**. V.94, n.9, p. 1.477, 2004.
- BATISTA FILHO, M.; RISSIN, A. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.19, Suplemento, p. 181-191. 2003.
- CERCATO, C. et al. Risco Cardiovascular em uma população de obesos. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia**, São Paulo, v.44, n.1, p. 45-48, 2000.
- GREGG, E. W.; et. al. Secular trends in Cardiovascular disease risk factors according to body mass index in US adults. **Jama**, v. 293, n. 15, p. 1.868 -1.874, 2005.

---

WIELEWSKI, D. C; CEMIN, R. N. A; LIBERALI, R. Perfil antropométrico e nutricional de colaboradores de unidade de alimentação e nutrição do interior de Santa Catarina. **Rev Bras Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v.1, n. 1, p. 39-52, jan./fev., 2007.

ZHU, S. *et al.* Race-ethnicity-specific waist circumference cutoffs for identifying cardiovascular disease risk factors. **Am J Clin Nutr**, v. 81 n.2, p. 409-415, fev, 2005.

## PERFIL DE DIABÉTICOS ATENDIDOS NUMA UNIDADE BÁSICA DE NOSSA SENHORA DO SOCORRO/SE

Illana Tavares Costa,  
David José Leal dos Santos;  
Igor Costa Santos;  
Mariana Oliveira Lima;  
Stella Carvalho Freitas;

TALITA KIZZY BARBOSA BARRETO (CRN 5/ 4307)  
UNIVERSIDADE TIRADENTES (UNIT), Aracaju-SE, Brasil.

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

**PALAVRAS-CHAVE:** Diabetes Mellitus. Carboidratos. Fibras. Avaliação Nutricional

**INTRODUÇÃO:** O Diabetes *Mellitus* (DM) representa um grupo heterogêneo de doenças metabólicas que são caracterizadas por um distúrbio que aumentam as taxas de glicemia. Há uma relação entre o consumo de carboidrato, a prescrição de fibras devido a melhora do controle glicêmico e ao uso de adoçantes, que atribuem doçura aos alimentos com pouca ou nenhuma caloria. Portanto, é visto a importância desses parâmetros no controle da diabetes.

**OBJETIVOS:** Traçar o perfil nutricional e antropométrico de pacientes portadores de DM da Unidade Básica de Saúde Doutor Eduardo Vital, localizada no Conjunto Cidade Jardim, em Nossa Senhora do Socorro/SE, identificar as principais características da ingestão habitual no que diz respeito principalmente ao teor de carboidratos e fibras da dieta, e verificar a frequência do uso de adoçantes artificiais.

**METODOLOGIA:** Estudo descritivo transversal, realizado por meio de fichas para avaliação antropométrica e recordatório 24h aplicado a adultos e idosos tendo como critério DM tipo 2. Foram estudados 24 pacientes (7 homens e 17 mulheres), sendo que 11 adultos e 13 idosos, coletando-se dados relacionados com o estado nutricional dos mesmos. A coleta de dados foi realizada no período de agosto a outubro de 2014. **RESULTADOS:** A maioria dos pacientes avaliados foram idosos (54%); quanto ao gênero, 71% eram mulheres. A média do IMC apresentou-se mais elevada no grupo dos adultos (27,29 kg/m<sup>2</sup> ±3,89). Prevaleceu o diagnóstico de sobrepeso entre os avaliados (54,2%). Entre os idosos 23,07% foram classificados com desnutrição. Observou-se a média geral da CC superior aos parâmetros de normalidade. Correspondente à análise das dietas, 79% dos avaliados apresentaram uma ingestão adequada de carboidratos; 92% consumiam fibras abaixo das recomendações diárias, e cerca de 83% relataram uso de adoçantes.

**CONCLUSÃO:** O trabalho mostra a importância de ações de saúde voltadas a prevenção da doença e informações sobre a necessidade de ingestão de determinados nutrientes na dieta.

### REFERENCIAS

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES (SBD). **Diretrizes da sociedade brasileira de diabetes**. 2013-2014.

TIECHER, C. V.; NASCIMENTO, M. A. B. **Controle glicêmico de diabéticos tipo I com contagem de carboidratos:** uma revisão da literatura. Comunicação em Ciências da Saúde (Impresso), v. 25, p. 149-156, 2014.

SAITO, T.; PEREIRA, R. B. ; PAIXÃO, M.P.C.P. ou PEREIRA, M.P.C.P. Avaliação do nível de conhecimento de portadores de diabetes mellitus sobre adoçantes. DEMETRA: **Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 8, p. 39-51, 2013.

BERTORELLI AM, Czarnowski-Hill JV. **Review of present and future use of nonnutritive sweeteners**. Diabetes Educ 1990;16;415-22.

---

BUSNELLO, F. M.; BODANESE, L. C. ; PELLANDA, L. C. ; Santos, ZA . **Intervenção nutricional e o impacto na adesão ao tratamento em pacientes com síndrome Metabólica**. Arquivos Brasileiros de Cardiologia (Impresso), v. 97, p. 217-224, 2011.

# Resumos de Outras Áreas

## O ENFERMEIRO COMO ORDENADOR DO ACOLHIMENTO NO SERVIÇO DE URGÊNCIA: OS DESAFIOS DA GESTÃO

TATIANE GRAÇA MARTINS

MARIANA COSTA LARRÉ

ILZINEY SIMÕES DA SILVA CORREIA

Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brasil

E-mail: tatiane@infonet.com.br

**PALAVRAS-CHAVE:** Acolhimento; Enfermeiro; Emergências.

**INTRODUÇÃO:** O acolhimento com classificação de risco é uma atividade prevista pela Política Nacional de Humanização do Sistema Único de Saúde (SUS) indispensável nas unidades de urgência e emergência. A diversidade e a gravidade das queixas dos clientes requerem uma ordenação de prioridades para que injustiças não sejam cometidas com os que necessitam de um atendimento imediato. O Enfermeiro é o profissional mais indicado para realização do acolhimento eficiente. Os problemas nos serviços públicos de saúde dificultam a implementação adequada desta atividade, gerando rejeição, por parte do enfermeiro, de assumir tal responsabilidade. O estudo possibilita a revisão das produções científicas acerca dos desafios da gestão para que o enfermeiro assuma o seu papel de ordenador do acolhimento no serviço de urgência. **OBJETIVO:** Identificar os desafios a serem enfrentados pela gestão para tornar o enfermeiro o ordenador do acolhimento no serviço de urgência. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, exploratório de natureza descritiva. Foram utilizadas como fontes bibliográficas: artigos científicos com temáticas referentes ao acolhimento, serviços de urgência e enfermeiros, publicados na íntegra, dos últimos cinco anos, em língua portuguesa. Foi realizado um levantamento bibliográfico nas bases de dados de pesquisa eletrônica BVS (Biblioteca Virtual de Saúde) por meio dos bancos de dados LILACS (Literatura Latino Americana em Ciências da Saúde) e SCIELO (Scientific Eletronic Library online), foi utilizado livros relacionados, documentos do Ministério da Saúde e resolução do COFEN. **RESULTADOS:** Os resultados encontrados no estudo demonstram a necessidade de incluir atividades de formação com temáticas sobre o acolhimento, protocolos, e estratificação de riscos e humanização para todos os trabalhadores do SUS; participação dos enfermeiros nas decisões gestoras por meio da prática da escuta qualificada pela gestão; a existência de uma estrutura adequada para a prática do acolhimento; e presença da articulação e fortalecimento das redes de atenção à saúde. **CONCLUSÃO:** O presente estudo contribuiu para alertar e subsidiar a atuação da equipe gestora no planejamento, organização e implementação da estratificação de riscos nos estabelecimentos públicos de saúde, permitir que o enfermeiro esteja respaldado para apresentar suas exigências ao assumir determinada atividade e também reforçar a importância de abordar sobre humanização e o acolhimento durante a formação acadêmica de estudantes da área da saúde.

### REFERÊNCIAS:

ACOSTA, A.M.; DURO, C.L.M.; LIMA, M.A.D.S. Atividades do enfermeiro nos sistemas de triagem/classificação de riscos nos serviços de urgência: revisão integrativa. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v.33, n. 4, pp. 181-190, 2012.

AGUIAR, Z. N. **SUS: Sistema Único de Saúde- antecedentes, percurso, perspectivas e desafios**. 1. ed. São Paulo,SP: Editora Martinari, 2011,pp. 34-46.



---

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Humanização (PNH). Documento-Base para gestores e trabalhadores do SUS.** Brasília(DF): Ministério da Saúde; 2008. Disponível em <<http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/politica%20Nacional.pdf>.>

Acesso em: 10 dezembro 2014.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM **Normatiza a participação do Enfermeiro na atividade de Classificação de Riscos. Resolução Cofen.** 423/2012 no âmbito do Sistema Cofen/Conselhos regionais de Enfermagem.

Disponível em:< [http://www.cofen.gov.br/resoluo-cofen-n-4232012\\_8956.html](http://www.cofen.gov.br/resoluo-cofen-n-4232012_8956.html)> Acesso em: 11 dezembro 2014.

FURUKAWA, P. O.; CUNHA, I. C.K.O. Da gestão por competências as competências gerenciais do enfermeiro. **Rev. bras. enferm.** Brasília, v.63, n.6, Nov./Dez. 2010. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-71672010000600030&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-71672010000600030&script=sci_arttext)> Acesso em: 28 dezembro 2014.

## ANÁLISE ENTRE COMPOSIÇÃO CORPORAL, IDADE ÓSSEA E NÍVEIS DE TESTOSTERONA EM ESCOLARES DE NATAL-RN

KEZIANNE ROSENO DE CASTRO,  
IZABELLE COSTA DANTAS,  
PETRUS GANTOIS MASSA DIAS DOS SANTOS,  
FRANCISCO DE MIRANDA FRANÇA JUNIOR,  
BRENO GUILHERME DE ARAÚJO T. CABRAL

Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, Rio Grande do Norte, Brasil

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

**PALAVRAS-CHAVE** puberdade; testosterona; maturidade sexual; desenvolvimento; antropometria.

**INTRODUÇÃO:** A maturação compreende período de mudanças hormonais e na composição corporal dos indivíduos, o que demonstra a importância de se estabelecer protocolos sensíveis para avaliar o desenvolvimento, como a idade óssea, por exemplo. **OBJETIVO:** Correlacionar a idade óssea e níveis de testosterona com a composição corporal de escolares de 11 a 13 anos. **MÉTODOS:** Participaram do estudo 41 meninos (11,3±1,00 anos; 33,4±7,00 kg). A idade óssea (10,6±1,42 anos) foi estimada segundo equação proposta por Cabral et al (2013). Para o percentual de gordura, recorreu-se à equação de Lohman (1987) e o nível de testosterona foi analisado por quimioluminescência. As medidas antropométricas seguiram diretrizes da Internacional Society for Advancement in Kinanthropometry (ISAK, 2012). Para efeito de fidedignidade, verificou-se o erro técnico de medida (<5%) e a correlação de teste-reteste (>0,95%). Para verificar a correlação entre a idade óssea e níveis de testosterona com a composição corporal foi utilizado o teste de correlação de Spearman. O nível de significância estabelecido foi de  $p \leq 0,05$ . **RESULTADOS:** A análise de correlação não resultou relação entre percentual de gordura e idade óssea ( $r=0,263$ ;  $p=0,078$ ) nem para níveis de testosterona ( $r=0,128$ ;  $p=0,397$ ). Os dados divergem dos estudos na literatura que apontam relação entre estes componentes, o que possivelmente pode estar associado à prevalência de sujeitos no estágio 2 da maturação sexual Tanner (1962), que corresponde ao início do desenvolvimento puberal, momento em que as alterações de composição corporal e as de caráter hormonais não são tão evidentes. **CONCLUSÃO:** o percentual de gordura não apresentou relação com idade óssea e níveis de testosterona provavelmente porque a maioria dos sujeitos estava no estágio 2 de Tanner além de estarem com desenvolvimento atrasado, considerando a idade óssea, sugerindo que as concentrações do hormônio nessa fase ainda não são significativas para alterar a composição corporal dos meninos.

### REFERÊNCIAS

- BAXTER-JONES, A. D. G.; EISENMANN, J. C.; SHERAR, L. B. Controlling for maturation. *Pediatric Exercise Science*, n. 17, p. 18-30, 2005
- BENFIELD, L.L.; FOX, K.R.; PETERS, D.M.; BLAKE, H.; ROGERS, I.; GRANT, C.; NESS, A. Magnetic resonance imaging of abdominal adiposity in a large cohort of British children. *Int J Obes (Lond)*. 2008
- LOOMBA-ALBRECHT, L.A.; STYNE, D.M. Effect of puberty on body composition. *Curr Opin Endocrinol Diabetes Obes*. 2009
- MALINA, R. M.; BOUCHARD, C. *Atividade física do atleta jovem: do crescimento à maturação*. São Paulo: Roca, 2002.

---

MARFELL-JONES, M. et al. **International standards for anthropometric assessment**. Potchefstroom: ISAK, 2006

ROEMMICH, J.N.; CLARK, P.A.; LUSK, M.; FRIEL, A.; WELTMAN, A.; EPSTEIN, L.H.; ROGOL, A.D.; Pubertal alterations in growth and body composition. VI. Pubertal insulin resistance: relation to adiposity, body fat distribution and hormone release. **Int J Obes Relat Metab Disord**. 2002.

## **ENDOCARDITE INFECCIOSA X ACIDENTE VASCULAR ENCEFÁLICO ISQUÊMICO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

YASMIM ANAYR COSTA FERRARI

Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil, yasmimanayr@hotmail.com

APARECIDA PRAXEDES DE OLIVEIRA FREITAS

Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil

CLEIDINALDO RIBEIRO DE GOES MARQUES

Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil

IRLA KAROLINE NUNES DA ROCHA

Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil

ANDERSON BATISTA CAVALCANTE (COREN 214.042)

Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil

**PALAVRAS CHAVE:** Endocardite; Acidente Vascular Encefálico; Isquemia Cerebral; Cardiopatia.

**INTRODUÇÃO:** A Endocardite Infecçiosa (EI) é definida como uma infecção que envolve geralmente as válvulas cardíacas, mas também pode acometer o endocárdio ou outras estruturas intracardíacas resultante da proliferação microbiológica no endotélio cardíaco. Suas manifestações clínicas são influenciadas pelas características individuais do paciente, estado cardíaco subjacente, microrganismos presentes e complicações existentes, podendo desencadear febre, calafrio, perda de peso, sopros cardíacos, manifestações hematológicas, imunológicas e eventos trombóticos. Apesar dos avanços nos procedimentos terapêuticos, é uma patologia que apresenta alta morbimortalidade, com incidência de 3 a 10 casos por 100 mil habitantes. Próteses valvares, alterações degenerativas, abuso de drogas por via intravenosa, EI prévia, alterações cardiovasculares congênitas e aumento do uso de procedimentos invasivos de risco para bacteremia são fatores predisponentes para o surgimento da EI. **OBJETIVO:** Avaliar a incidência de acidente vascular encefálico isquêmico como comorbidade da endocardite infecciosa. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada nas bases de dados SCIELO, PUBMED e LILACS sendo critérios de inclusão artigos gratuitos, disponíveis na íntegra, idioma português e publicados a partir do ano 2012. Para a coleta de dados foram utilizados os descritores em ciências da saúde: Endocardite; Acidente Vascular Encefálico; Isquemia Cerebral; Cardiopatia. A coleta de dados ocorreu no período entre junho e julho de 2016. Após a seleção dos artigos, estes foram lidos na íntegra, a fim de atender ao objetivo proposto por esta revisão. **RESULTADOS:** Entre as principais complicações causadas pela EI, destacam-se as alterações cardíacas (abscesso cardíaco, insuficiência cardíaca, presença de sopros), manifestações trombóticas (tromboembolismo pulmonar, infarto agudo do miocárdio, acidente vascular encefálico), infecções (pneumonias, meningite) e complicações de outros órgãos (abscessos, insuficiência renal). O acidente vascular encefálico destaca-se entre as complicações decorrentes da EI devido a sua magnitude e gravidade, sendo resultante da migração da vegetação localizada nas estruturas intracardíacas que causa oclusão das artérias intracranianas. Na tentativa de reparar o endotélio cardíaco lesionado, ocorre a formação de um trombo de fibrina no local da lesão, mas na ocorrência de bacteremia esse trombo é colonizado por microrganismos patológicos, aumentando a adesão de plaquetas, fibrina e células inflamatórias, sendo essa massa denominada vegetação. As vegetações localizadas do lado esquerdo, principalmente na válvula mitral, originam êmbolos que migram para a circulação arterial, causando a oclusão das artérias cerebrais, com consequente isquemia do tecido cerebral. O dano cerebral é determinado pelo tamanho do êmbolo e sua localização. **CONCLUSÃO:** Devido à alta taxa de letalidade e complicações causadas pela EI, torna-se

essencial o conhecimento sobre a patologia para que seja realizada a identificação dos fatores de risco e manifestações clínicas de forma precoce com o objetivo de melhorar o prognóstico do paciente e minimizar suas complicações.

#### **REFERÊNCIAS:**

- DOMINGUES, K. et al. Native aortic valve pneumococcal endocarditis - fulminant presentation. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva**, v. 28, n. 1, p.83-86, 2016. <http://dx.doi.org/10.5935/0103-507x.20160004>.
- FERREIRA, A. S. Endocardite infecciosa – uma suspeita sempre presente. **Rev Port Med Geral Fam**, n. 29, p.54-60, 2013.
- FERREIRA, M. I. A. A. **Tratamento Cirúrgico de Endocardite Infecciosa em Válvula Esquerda Nativa**. 2014. 67 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Medicina, Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra, Coimbra, 2014.
- GONÇALVES, J. P. B. **Endocardite Infeciosa – Abordagem Clínica, Tratamento e Prognóstico**. 2014. 47 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Medicina, Universidade do Porto, Porto, 2014.
- MARINO, B. C. et al. Analysis of infectious endocarditis cases in a tertiary hospital. **Revista Médica de Minas Gerais**, v. 24, n. 2, p.160-166, 2014. <http://dx.doi.org/10.5935/2238-3182.20140047>.
- PAZ, J. Endocardite infecciosa e acidente vascular cerebral: mecanismos fisiopatológicos e avaliação ultrassonográfica. **Saúde & Tecnologia**, n. 10, p.19-23, 2013.

## NEOPLASIAS MALIGNAS: UMA ABORDAGEM SOBRE CÂNCER GÁSTRICO

APARECIDA PRAXEDES DE OLIVEIRA FREITAS  
LAÍS FERREIRA DA SILVA AORELIANO GUEDES  
VANICÉLIA SILVA BRITO

YASMIM ANAYR COSTA FERRARI  
ANDERSON BATISTA CAVALCANTE (COREN 214.042)

Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil, cidapraxedes@hotmail.com  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil

**PALAVRAS CHAVE:** Câncer de Estômago; Neoplasias; Trato Gastrointestinal; *Helicobacter pylori*.

**INTRODUÇÃO:** O câncer gástrico é caracterizado como a mais frequente neoplasia do aparelho digestivo, sendo uma patologia de origem multifatorial que se desenvolve a partir de lesões na mucosa gástrica causadas pela ação de fatores endógenos e exógenos durante um período de tempo prolongado. Apresenta alta taxa de mortalidade devido ao diagnóstico ser usualmente realizado em estágios avançados da doença, pois a maioria dos pacientes sintomáticos encontram-se nesse estágio. As lesões precoces são normalmente assintomáticas, dificultando o diagnóstico precoce, diminuindo a eficácia do tratamento e consequentemente reduzindo a chance de cura. De acordo com o Instituto Nacional do Câncer (INCA), cerca de 65% dos pacientes diagnosticados com esse tipo de câncer possui mais de 50 anos, tendo pico de incidência aos 70 anos com predominância no sexo masculino. No Brasil, a neoplasia gástrica é a terceira que mais acomete o sexo masculino e quinta no sexo feminino. Em 2016 são esperados 20.520 novos casos, sendo 12.920 homens e 7.600 mulheres. **OBJETIVO:** Descrever as características epidemiológicas e os principais fatores causais da neoplasia gástrica. **METODOLOGIA:** Tratou-se de uma revisão integrativa a partir das bases de dados SCIELO, LILACS e BVS, nas quais foram utilizados os descritores: Câncer de Estômago; Neoplasias; Trato Gastrointestinal; *Helicobacter pylori*. Foram incluídos artigos gratuitos, disponíveis na íntegra e publicados entre 2012 e 2016, sendo selecionados 8 artigos. A coleta de dados ocorreu no período de julho de 2016. Por se tratar de dados de domínio público, não se fez necessária a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa (CEP). **RESULTADOS:** Os fatores de risco para neoplasia gástrica são multicausais, envolvendo os seguintes determinantes: gênero masculino e idade avançada; causas infecciosas (principalmente as causadas pela *Helicobacter pylori* (*H. pylori*), bactéria carcinogênica, considerada o agente causal mais importante na etiologia do câncer de estômago); etilismo e tabagismo; dieta pobre em produtos de origem vegetal e vitaminas, principalmente a A, C e E, consumo excessivo de sal (que atua através da destruição da camada mucosa gerando inflamação, erosão e degeneração epitelial), nitrito, nitrato, carboidrato e alimentos conservados; associação com outras patologias gástricas como gastrite crônica atrófica, úlceras gástricas, anemia perniciosa, metaplasia intestinal da mucosa gástrica, pregas gástricas hipertróficas (doença de Ménétrier) e pólipos adenomatosos gástricos; e antecedentes pessoais e/ou familiares de câncer gástrico ou outras patologias gástricas. Apesar de apresentar um número elevado de fatores de risco, observou-se uma redução da incidência em alguns países desse tipo de câncer, sendo atribuída a adesão de hábitos mais saudáveis e aos novos tratamentos para a bactéria *H. pylori*, diminuindo a exposição aos fatores de risco. Porém, mesmo com a diminuição da incidência, a mortalidade ainda permanece elevada devido ao diagnóstico tardio. **CONCLUSÃO:** Devido ao prognóstico negativo da doença, torna-se essencial a prevenção através de hábitos saudáveis de alimentação e redução da infecção pela

bactéria *H. pylori*, além da importância do diagnóstico precoce para que o tratamento seja mais efetivo, contribuindo para que ocorra a diminuição da morbimortalidade causada pela doença.

#### REFERÊNCIAS:

- CAMPELO, J. C. L.; LIMA, L. C. Perfil Clínicoepidemiológico do Câncer Gástrico Precoce em um Hospital de Referência em Teresina, Piauí. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 58, n. 1, p.15-20, 2012.
- LACERDA, K. C., et al. Mortalidade por câncer de estômago em Volta Redonda-RJ, 1981-2008. **Epidemiol. Serv. Saúde**, v. 23, n. 3, p.519-526, 2014. <http://dx.doi.org/10.5123/s1679-49742014000300014>.
- NEGREIROS-BESSA, P., et al. Presence of the Genes *cagA*, *cagE*, *virB11* and Allelic Variation of *vacA* of *Helicobacter pylori* Are Associated with the Activity of Gastritis. **Open J Gastroenterol**, v.4, p.347-355, 2014.
- OLIVEIRA, V. A., et al. Relação entre consumo alimentar da população nordestina e o alto índice de câncer gástrico nesta região. **Rev Intertox**, v. 7, n. 3, p.06-24, 2014.
- PEREIRA, E. S. **Helicobacter pylori - importância dos genes da ilha e de adesão no câncer gástrico (Intestinal e Difuso) e em estudos de risco**. 2015. 109 f. Tese (Doutorado) - Curso de Medicina, Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2015.
- RAZUK FILHO, M.; MARTINEZ, J. C. Caracterização das Neoplasias Malignas de Esôfago e Estômago no Conjunto Hospitalar de Sorocaba. **Rev. Fac. Ciênc. Méd. Sorocaba**, v. 16, n. 1, p.19-21, 2014.
- SILVA, R. M. B.; FREITAS, R. R.; ROCHA, T. S. Perfil dos Pacientes com Câncer Gástrico Atendidos no Hospital Municipal Dr. José de Carvalho Florence no Período de 2007 a 2012. **Revista Ciências em Saúde**, v. 6, n. 1, p.1-18, 2016.
- ZILBERSTEIN, B., et al. Consenso Brasileiro sobre Câncer Gástrico: Diretrizes para o Câncer Gástrico no Brasil. **Abcd Arq Bras Cir Dig**, v. 26, n. 1, p.2-6, 2013.

## A UTILIZAÇÃO DE PRODUTOS NATURAIS COMO PRÁTICA TERAPÊUTICA PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE

GABRIELLE BARROZO NOVAIS  
JENNIFER SANTOS DO NASCIMENTO  
SÉRGIO DANILLO SANTANA DE LIMA JURACI  
MARIA ELIANE DE ANDRADE  
MAYANNA MACHADO FREITAS  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
[gabibarrozonovais@gmail.com](mailto:gabibarrozonovais@gmail.com)

**Palavras-chave:** Produtos naturais; Medicamentos Fitoterápicos; Saúde Pública.

**INTRODUÇÃO:** Segundo a Organização Mundial de Saúde a maioria da população mundial utiliza alguma planta medicinal no alívio dos sintomas. A partir dos levantamentos etnofarmacológicos, as plantas medicinais começaram a ter respaldo científico. A medicina tradicional vem sendo resgatada, com o apoio da Organização Mundial de Saúde, pois sempre constituiu uma alternativa terapêutica culturalmente difundida na busca da promoção da saúde.

**OBJETIVO:** Relatar a importância da utilização de produtos naturais como prática terapêutica para promoção da saúde. **METODOLOGIA:** Este trabalho consistiu em uma revisão de literatura, cuja estratégia de busca incluiu consulta à base de dados eletrônicas SciELO, Science Direct e Bireme. Foram incluídos 16 artigos científicos entre os anos 2006 a 2016, sendo selecionados 10 estudos. Os descritores utilizados foram: Produtos naturais, Medicamentos Fitoterápicos e Saúde Pública. **RESULTADOS:** Os resultados evidenciaram que medicamentos fitoterápicos possuem diferentes formas de apresentação e podem ser usados por variadas vias de administração. Podem ser encontrados por via oral, na forma de pó para diluição, decocções, infusões ou chás. Já por via tópica apresentam-se na forma de preparações à base de água ou óleo. Uma das formas de utilização terapêutica das plantas é através dos seus óleos essenciais, também chamados de óleos voláteis, obtidos de diferentes materiais vegetais como flores, folhas, frutos e raízes originam-se do metabolismo secundário destes vegetais, sendo uma excelente forma de aplicação tópica, por apresentarem bom índice de absorção. Além disso, os efeitos adversos e colaterais dos produtos naturais são menos agressivos, o que proporcionam melhor condição de saúde para população. Isso não significa que os fitoterápicos não causem riscos ao organismo, fazendo-se necessárias pesquisas que reproduzam sua qualidade, eficácia e segurança do seu uso. **CONCLUSÃO:** A inclusão da fitoterapia nos serviços de saúde pública brasileiros incentiva as práticas naturais de cuidado à saúde, bem como a integração do conhecimento popular ao científico. A base operante do Sistema Único de Saúde é a Estratégia da Saúde da Família, em que o maior foco é a atenção primária à saúde, ocorrendo à inversão de valores, uma vez que a doença era anteriormente, a maior preocupação do indivíduo.

### REFERÊNCIAS

- RUTKANSKIS, A.M.R.A.; CRUZ-SILVA, C.T.A. Utilização De Plantas Medicinais Pelos Acadêmicos da Área da Saúde da Faculdade Assis Gurgacz no Município de Cascavel. **Rev Cultivando Saber**; vol.2, n.4 p. 69-85, 2009.
- SAHRANAVARD, S.; GHAFARI, S.; MOSADDEGH, M. Medicinal plants used in Iranian traditional medicine to treat epilepsy. **Seizure**; vol. 23, n. 5, p. 328-332, 2014.
- VIEIRA, D.A.F.; SCALZO, P.L.; SOUZA, E.S.; MOREIRA, A.G.O. Qualidade de vida em pacientes com Acidente Vascular Cerebral: clínica de fisioterapia. **Rev Neurocienc**; vol. 18, n. 2, p. 139-144, 2010.



---

WAGNER, H.; WISENAUER, M. **Fitoterapia – Fitofármacos, Farmacologia e Aplicações Clínicas**. Pharmabooks, 2006.

GEROMINI, K.V.N.; RORATTO, F.B.; FERREIRA, F.G.; POLIDO, P.B.; SOUZA, S.G.H.; VALEE, J.S. *et al.* Atividade antimicrobiana de óleos essenciais de plantas medicinais. **Arq Ciênc Vet Zool**; vol. 15, n. 2, p. 127-131, 2015.

## LINFOMA DE BURKITT: CUIDADOS DE ENFERMAGEM AO PORTADOR

SÉRGIO DANILLO SANTANA DE LIMA JURACI  
GABRIELLE BARROZO NOVAIS  
JENNIFER SANTOS DO NASCIMENTO  
MAYANNA MACHADO FREITAS  
MARIA ELIANE DE ANDRADE  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
[santana\\_danillo@hotmail.com](mailto:santana_danillo@hotmail.com)

**Palavras-chave:** Linfoma de Burkitt; Cuidados de Enfermagem; Neoplasia.

**INTRODUÇÃO:** O Linfoma de Burkitt, também conhecido como Linfoma Não-Hodgkin, é um tipo agressivo de câncer originado nos gânglios linfáticos e caracterizado por uma translocação do material genético situada entre os cromossomos 8 e 14. Embora possa acometer todas as idades, é mais comum em crianças e jovens, com predominância para o sexo masculino. Os fatores de risco para o desenvolvimento da patologia ainda são pouco conhecidos e incluem a exposição ao vírus Epstein-Barr, sistema imune comprometido, exposição química ou radiação, os quais podem ser diagnosticados através de biopsia, exames de imagem e coleta do líquido. **OBJETIVO:** Realizar uma revisão de literatura sobre o Linfoma de Burkitt, com ênfase nos cuidados de enfermagem ao portador. **METODOLOGIA:** As informações foram obtidas por meio de revisão de literatura, advinda das seguintes bases de dados: Instituto Nacional do Câncer, Scientific Electronic Library Online, Biblioteca Virtual em Saúde e o PubMed. **RESULTADOS:** Os estudos demonstram que os linfomas de Burkitt atacam os linfócitos B e T e o tratamento quimioterápico desencadeia um quadro de leucopenia no indivíduo, sendo necessária administração de medicamentos que revertam tal quadro, a exemplo do Granulokine. Estes sugerem que a intervenção da enfermagem seja através da adesão ao tratamento medicamentoso prescrito, bem como, avaliação dos sinais, sintomas, possíveis complicações, além de traçar metas para melhoria durante a internação do paciente. **CONCLUSÃO:** O desempenho dos profissionais da saúde direcionado ao portador do Linfoma de Burkitt têm no âmbito biológico e psicossocial uma importância significativa, no que se refere ao raciocínio crítico, julgamento clínico e capacidade de investigação acurada. Além disso, o uso do processo de enfermagem na prática clínica do enfermeiro é essencial para uma assistência de qualidade.

### REFERÊNCIAS

- AFANAS, N.; CARVALHO, M.; ALMEIDA, M.; COSTA, V.; SILVA, I.; OLIVA, T. Linfoma de burkitt. **Acta Med Port.** Vol. 24, p. 735-738, 2011.
- FREITAS, R.A.; BARROS, S.S.L.V.; QUINDERÉ, L.B. Linfoma de Burkitt oral: relato de caso. **Rev. Bras. Otorrinolaringol.** vol.74, n. 3, p. 458-461, 2008.
- PUGA L. B.; BUSTAMANTE, K. K.; MOLINA, E. J.; ANDRADE, M. A. Linfoma de Burkitt em pacientes HIV positivo tratados con quimioterapia intensiva en el Hospital del Salvador entre 2011 y 2014. Protocolo Nacional de Cáncer del Adulto, Chile. **Rev. méd. Chile;** vol. 143, n. 12, p.1505-11, 2015.
- Instituto Nacional de Câncer; Ministério da Saúde. **Linfoma Não-Hodgkin. Rio de Janeiro (Brasil): INCA; 2016; [citado em 2016 março 29]. Disponível em: <[http://www.inca.gov.br/conteudo\\_view.asp?id=457#topo](http://www.inca.gov.br/conteudo_view.asp?id=457#topo)>**
- SMELTZER, S.C.; BARE, B.G; HINKLE, J.L.; CHEEVER, K.H. **Brunner & Suddarth: Tratado de enfermagem médico-cirúrgico.** 12ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.

**Inhibición de la oxidación de LDL-heparina y propiedades antioxidantes del extracto acuoso del alga marina *Bryothamnion triquetrum* (S.G.Gmelin) M.Howe**

Daylín Díaz-Gutierrez<sup>1</sup>,  
María Alejandra Llanes-Cuesta<sup>1</sup>,  
Ana Mara de Oliveira e Silva<sup>2</sup>,  
Claudina Zaldívar-Muñoz<sup>1</sup>,  
Alexis Vidal-Novoa<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Departamento de Bioquímica, Facultad de Biología, Universidad de La Habana, La Habana, Cuba.

<sup>2</sup> Departamento de Nutrición, Universidad Federal de Sergipe, Sergipe, Brasil.  
email: daylindg@gmail.com, daylin@fbio.uh.cu.

**PALABRAS CLAVES:** antioxidantes, algas marinas, *Bryothamnion triquetrum*, inhibición de LDL, estrés oxidativo.

**INTRODUCCIÓN:** La oxidación de LDL y el estrés oxidativo están estrechamente relacionados con la aterosclerosis (VOGIATZI et al., 2009; FERNANDEZ-BRITTO, 1998). Muchos investigaciones en la actualidad se centran en la búsqueda de antioxidantes naturales por sus escasos efectos nocivos para la salud humana (KALIORA et al., 2006). Las algas marinas pueden conservar su integridad estructural ante los diferentes tipos de estrés ambiental a los que estén sometidas, debido a que poseen combinaciones de sistemas de defensa antioxidante altamente desarrollados en la naturaleza (YUAN; WALSH, 2006). Por ello, las algas marinas constituyen una fuente promisoría de compuestos con propiedades antioxidantes (JIMENEZ-ESCRIG et al., 2001). **OBJETIVO:** evaluar el efecto que tiene el extracto acuoso de *Bryothamnion triquetrum* frente a la oxidación de LDL-heparina con  $\text{Cu}^{2+}$ , en relación a sus propiedades antioxidantes. **METODOLOGÍA:** Fue empleado un extracto acuoso liofilizado obtenido a partir del alga marina, se evaluó su efecto frente a la oxidación de LDL-heparina y se determinó el tiempo de retraso en la formación de dienos conjugados. Se cuantificó el contenido de polifenoles totales, se evaluó las propiedades antioxidantes del extracto mediante ensayo FRAP, atrapamiento de  $\text{H}_2\text{O}_2$  y actividad quelante. **RESULTADOS:** *Bryothamnion triquetrum* mostró efecto inhibitorio frente a la oxidación de LDL-heparina con  $\text{Cu}^{2+}$ , con una respuesta dosis dependiente durante las cuatro primeras horas de ensayo. El valor de  $\text{CI}_{50}$  para las cuatro horas de exposición fue de 0,05 mg/mL. El extracto tiene la capacidad de retrasar en el tiempo la formación de dienos conjugados en las LDL-heparina en presencia de  $\text{Cu}^{2+}$ , con una  $\text{CE}_{50}=1\text{mg/mL}$ . Este efecto puede ser relacionado con la actividad antioxidante que presenta el extracto, ya que tiene la capacidad reductora dosis dependiente a las concentraciones 1, 2, 3 y 5 mg/mL con valores de formación de  $\text{Fe}^{2+}$  de  $153.2 \pm 22.8$ ;  $235.1 \pm 10.2$ ;  $333.5 \pm 25.2$  y  $478.0 \pm 18,7 \mu\text{M}$  respectivamente, actividad atrapadora de  $\text{H}_2\text{O}_2$  de un 42,09% a una concentración de 2,5 mg/mL y presenta actividad quelante de  $\text{Cu}^{2+}$  en un rango de concentraciones de 0,1-1mg/mL. **CONCLUSIONES:** La capacidad del extracto acuoso de *Bryothamnion triquetrum* para inhibir la oxidación *in vitro* de las LDL-heparina inducida por  $\text{Cu}^{2+}$  pudiera ser explicada por el retraso en la formación de dienos conjugados y su actividad quelante sobre en  $\text{Cu}^{2+}$ . Los resultados obtenidos demuestran la actividad antioxidante del extracto acuoso de *Bryothamnion triquetrum* y profundiza en el conocimiento hacia una futura aplicación del alga en el tratamiento y prevención de enfermedades relacionadas con el estrés oxidativo.

---

### Referencias

- FERNANDEZ-BRITTO, J.E. La lesión aterosclerótica: estado del arte a las puertas del siglo XXI. **Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas.**, v.17, n.2, p.112-127, 1998.
- JIMENEZ-ESCRIG, A.; JIMENEZ-JIMENEZ, I.; PULIDO, R.; SAURA-CALIXTO, J. Antioxidant activity of fresh and processed edible seaweeds. **Journal of the Science of Food and Agriculture.**, v.81, n.5, p.530-534, 2001.
- KALIORA, A.C.; DEDOUSSIS, G.V.Z.; SCHMIDT, H. Dietary antioxidants in preventing atherogenesis. **Atherosclerosis.**, v.187, n.1, p.1-17, 2006.
- VOGIATZI, G.; TOUSOULIS, D.; STEFANADIS, C. The role of oxidative stress in atherosclerosis. **Hellenic Journal of Cardiology.**, v.50, n.5, p.402-409, 2009.
- YUAN, Y. V., AND WALSH, N. A. Antioxidant and antiproliferative activities of extracts from a variety of edible seaweeds. **Food and chemical toxicology.**, v. 44, n. 7, p. 1144-1150, 2006.

## IMPORTÂNCIA DO PRÉ-NATAL NA DETECÇÃO PRECOCE DE COMPLICAÇÕES DA TOXEMIA GRAVÍDICA

SERGIO DANILLO SANTANA DE LIMA JURASSI\*  
IGOR HENRIQUE FARIAS SANTOS\*  
DANIEL BATISTA CONCEIÇÃO DOS SANTOS\*  
CLEMERSON SILVA\*  
VIVIANE FERNANDES CONCEIÇÃO DOS SANTOS\*

\*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
[santana\\_danillo@hotmail.com](mailto:santana_danillo@hotmail.com)

PALAVRAS-CHAVE: Toxemia Gravídica; Enfermagem Obstétrica; Cuidado Pré-Natal

**INTRODUÇÃO:** A gestação deve ser vista como algo natural, que faz parte de uma experiência saudável para a vida da mulher. Contudo, existem complicações que colocam em risco a saúde do binômio mãe-filho, entre essas se elenca a toxemia gravídica. Consiste em hipertensão arterial induzida pela gravidez, onde os níveis pressóricos apresentam-se elevados, a partir da vigésima semana de gestação, representando um risco obstétrico e neonatal. **OBJETIVO:** Avaliar a importância do pré-natal na detecção precoce de complicações da toxemia gravídica. **METODOLOGIA:** As informações foram obtidas por meio de revisão de literatura, advinda de artigos científicos nas seguintes bases de dados: Literatura Latino Americana em Ciências da Saúde, Scientific Electronic Library Online, Biblioteca Virtual em Saúde. **RESULTADOS:** As gestantes que apresentam Doença Hipertensiva Específica da Gestação como complicação estabelecem partos prematuros. Os profissionais encontram dificuldades no delineamento da doença, tornando-se imprescindível considerar a importância de uma atuação direcionada. Elevação dos níveis de ácido úrico, proteinúria, pressão arterial, diabetes, mulheres primigestas, configuram fatores de risco ao estabelecimento da doença. O esclarecimento de dúvidas sobre as patologias e suas possíveis complicações é fator essencial ao emponderamento da gestante acerca de sua condição de saúde. O enfermeiro deve englobar durante toda a gravidez as questões que cercam o quadro clínico da paciente, atentando-se ao fator emocional. O enfermeiro também deve estar atento e resolutivo às questões emotivas para que no percurso da gravidez, a gestante se sinta amparada e orientada sobre a patologia e os agravos que podem decorrer. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que tanto a falta de acompanhamento no pré-natal durante a gravidez quanto em situações de risco, principalmente acima de 35 anos e abaixo de 15 anos, são fatores de risco para o desenvolvimento dessa patologia específica da gravidez.

### REFERÊNCIA

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Gestação de alto risco. Manual Técnico/Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. 5. ed. Brasília : **Editora do Ministério da Saúde**, 302 p. 2010. Disponível em:<[bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/gestacao\\_alto\\_risco.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/gestacao_alto_risco.pdf)>. Acesso em: 10 de abril de 2016.

COSTA, I. L. Análise de fatores de risco com o desenvolvimento da pré-eclâmpsia em gestantes. 22 f. Trabalho de conclusão de curso de graduação em Enfermagem. **Universidade Estadual da Paraíba**, Campina Grande. 2014. Disponível em: <http://dspace.bc.uepb.edu.br/jspui/bitstream/123456789/8147/1/PDF%20-%20Isabele%20Lopes%20da%20Costa.pdf>

- 
- CUNHA, H. H. S. Proteinúria e ácido úrico sérico maternos em pacientes com síndrome de HELLP. 93 f. Dissertação apresentada como requisito para a obtenção do grau de mestre pelo programa de Pós-Graduação da **Faculdade de Medicina da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul**. 2012. Disponível em: <http://repositorio.pucrs.br/dspace/handle/10923/4496>
- DIAS, R. M. M.; SANTOS, S. N. Perfil epidemiológico das mulheres com síndromes hipertensivas na gestação e sua repercussão na prematuridade neonatal em uma maternidade pública de Belém/PA. **Enfermagem Brasil**, n. 1, v.15, 2016. Disponível em: <http://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/enfermagembrasil/article/view/91/180>
- DOLNIKOFF, M. Lições de Clínica Obstétrica. São Paulo: **Arte e Ofício Gráfica**, 1997.

---

**PROCESSAMENTO E CONTROLE DE MATERIAS HOSPITALARES DA CENTRAL DE MATERIAIS ESTERILIZADOS E SEUS INTERFERENTES NA QUALIDADE DA ASSISTÊNCIA**

ANTÔNIO ARAÚJO MENEZES DE SOUZA  
SHEYLA ROCHA LIMA  
RENATTA BARRETO BARBOSA SAMPAIO  
MAYANNA MACHADO FREITAS  
JULIANA DE OLIVEIRA MUSSE SILVA  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
araujosouzaenf@gmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Controle de qualidade; Enfermagem; Esterilização.

**Introdução:** A unidade central de materiais esterilizados (CME) é definida pelo Ministério da Saúde (MS) como um conjunto de elementos destinado à recepção e expurgo, preparo e esterilização, guarda e distribuição de matérias para as unidades de estabelecimento de saúde. Todas as atividades do setor devem ser executadas de maneira dinâmica e sequenciadas. O déficit no treinamento de práticas profissionais, o não uso de equipamentos de proteção individual, e estrutura física inadequada são exemplos de fatores que influenciam negativamente a dinâmica do processo de trabalho, bem como a qualidade do serviço disponibilizado na assistência direta ao cliente. **Objetivos:** O objetivo do presente estudo foi analisar o processamento e controle de materiais hospitalares da central de materiais esterilizados e seus interferentes na qualidade da assistência. **Metodologia:** As informações foram obtidas por meio de revisão de literatura, advinda de artigos científicos e periódicos nas seguintes bases de dados: LILACS (Literatura Latino Americana em Ciências da Saúde), SCIELO (Scientific Electronic Library Online), Ministério da Saúde, Biblioteca é Virtual em Saúde (BVS). **Resultados:** Estudos apontam que o funcionamento desse setor (CME), tem impacto em todas as unidades de um hospital. O bom funcionamento garante materiais estéreis para que assim técnicas possam ser realizadas de maneira que não venha gerar dano ao paciente. Não gerar dano ao paciente, garante a segurança dos mesmos que é a meta número um de qualquer rede hospitalar. Para gestão do hospital torna importante manter seus indicadores de qualidade com resultados positivos, e para isso é necessário que não existam falhas em nenhuma fase da assistência. **Conclusão:** O déficit e conhecimento dos enfermeiros alocados na unidade assistencial CME, reflete no funcionamento e trabalho realizado no hospital, já que aumentam para a unidade hospitalar e impacta diretamente na assistência ao cliente e conseqüentemente nos indicadores de qualidade.

## REFERÊNCIAS

- MEDEIRA, M. Z. A.; SANTOS, A. M. R.; BATISTA, O. M.A.; RODRIGUES, F. T. C. Processamento de produção para saúde em centro de material e esterilização. **Revisão SOBECC**; v.20, n. 4, p. 220-227, 2015.
- OLIVEIRA, A. C.; MUSSEL, I. C.; PAULA, A. O. Armazenamento dos produtos para saúde estéreis em unidade assistenciais: estudo descritivo. **Revista SOBECC**; v. 19, n.4, p. 188-194, 2014.
- ASCARI, R. A.; VIDORI, J.; MORETTI, C.A.; PERIN, E. M. F.; SILVA, O. M.; BUSS, E. O processo de esterilização de materiais em serviço de saúde: Uma revisão integrativa. **Master Ed**; v. 4, n.2, p. 33-38, 2013.

---

COSTA, J. A.; FUGULIN, F. M. T. Atividade de enfermagem em centro de materiais e esterilização: contribuição para o dimensionamento de pessoal. **Acta Paul Enferm**; v. 24, n. 2, p. 249-56, 2011.

SILVA, A. Organização do trabalho na Unidade Centro de Materiais. **Rev Esc Enferm USP**; v. 32, n. 2, p. 169-178, 1998.



## A EQUIPE MULTIPROFISSIONAL NA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA.

Jessica de Oliveira Santos,  
Afonso Ferreira Lima Neto,  
Ayslan Santos Sousa,  
Adriana da Sé Buery,  
Cibele Meneses.  
Juliana Oliveira Musse

Universidade Tiradentes-UNIT, Aracaju, Sergipe, Brasil.

E-mail: [biojessica1991@gmail.com](mailto:biojessica1991@gmail.com)

Palavras-chave: atenção Primária à Saúde; Idoso; Equipe Multiprofissional.

**INTRODUÇÃO:** No Brasil e no mundo com o aumento da expectativa de vida, e com as mudanças dos indicadores de saúde, diminuição da fecundidade e mortalidades a população vem envelhecendo, sendo assim esses indivíduos apresentam maiores condições crônicas e cognitivas. **OBJETIVO:** Enfatizar a importância da equipe multiprofissional na atenção primária a saúde, prestando assistência na promoção do envelhecimento saudável do idoso. **METODOLOGIA:** O levantamento bibliográfico foi elaborado nas bases de dados pesquisadas em SCIELO, LILACS e MEDLINE. Trata-se de um estudo descritivo, exploratório e de abordagem qualitativa. No resumo foram analisados em dez artigos de 2013- 2016, para construção da discussão final como embasamento das análises, foram verificados que cinco artigos contemplavam uma descrição desejada. **RESULTADOS:** Segundo dados da OMS estima que, até 2025, o Brasil será o sexto país mais envelhecido do mundo, abrigando mais de 32 milhões de idosos. Tornando necessário o rompimento de estereótipos que enxergam a velhice como um fardo. A saúde do idoso aparece como uma das seis prioridades pactuadas pelas três esferas do governo, tendo em vista que a atenção da pessoa idosa é caracterizada como uma das políticas públicas fundamentais no Brasil e no mundo. **CONCLUSÃO:** Percebe-se que devido ao aumento da expectativa de vida que vem aumentando significativamente nos últimos anos, é preciso que a atenção primária juntamente com a equipe multiprofissional e interdisciplinar aplique estratégia e ações destinadas à melhoria da saúde, levando em consideração que essas ações devem ser voltadas não apenas para a patologia, mas à prevenção e promoção da população idosa.

Palavras-chave: Atenção Primária à Saúde; Idoso; Equipe Multiprofissional.

### REFERÊNCIAS:

- BESSE, Mariela; DE OLIVEIRA CECÍLIO, Luiz Carlos; LEMOS, Naira Dutra. A Equipe Multiprofissional em Gerontologia e a Produção do Cuidado: um estudo de caso. **Kairós Gerontologia. Revista da Faculdade de Ciências Humanas e Saúde. ISSN 2176-901X**, v. 17, n. 2, p. 205-222, 2014.
- VIEIRA, Roseli Schminski; DE SOUZA VIEIRA, Reginaldo. Saúde Do Idoso E Execução Da Política Nacional Da Pessoa Idosa Nas Ações Realizadas Na Atenção Básica À Saúde. **Revista de Direito Sanitário**, v. 17, n. 1, p. 14-37, 2016.
- COSTA, Nalciran Rute Câmara Dias et al. Política De Saúde Do Idoso: Percepção Dos Profissionais Sobre Sua Implementação Na Atenção Básica/Health Policy For Elderly People: Perception Of Professionals About Implementation In Primary Care. **Revista de Pesquisa em Saúde**, v. 16, n. 2, 2016.

---

KUWAE, Christiane Ayumi et al. Conceptions of healthy nourishment among elderly persons attending the University of the Third Age at UERJ: nutrition, body and daily living. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 18, n. 3, p. 621-630, 2015.

SOUZA, Francielle; DIAS, Alexandra Marinho. Condição multidimensional de saúde dos idosos inscritos na estratégia saúde da família. **Arquivos de Ciências da Saúde**, v. 22, n. 4, p. 73-77, 2015.

## PROPIEDAD ANTIOXIDANTE DE UN EXTRACTO ACUOSO DEL ALGA MARINA *HALIMEDA OPUNTIA* Y SU RELACIÓN CON EL CONTENIDO DE POLIFENOLES TOTALES

DAYLÍN DÍAZ-GUTIERREZ<sup>1</sup>  
RUXANA SARDIÑAS-MORALES<sup>1</sup>  
ANA MARA DE OLIVEIRA E SILVA<sup>2</sup>  
CLAUDINA ZALDÍVAR-MUÑOZ<sup>1</sup>  
ALEXIS VIDAL-NOVOA<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Departamento de Bioquímica, Facultad de Biología, Universidad de La Habana, La Habana, Cuba.

<sup>2</sup> Departamento de Nutrición, Universidad Federal de Sergipe, Sergipe, Brasil.  
email: daylindg@gmail.com, [daylin@fbio.uh.cu](mailto:daylin@fbio.uh.cu).

**PALABRAS CLAVE:** antioxidantes, algas marinas, *Halimeda opuntia*, inhibición de LDL, estrés oxidativo.

**INTRODUCCIÓN:** El estrés oxidativo es el resultado de un desbalance en la homeostasis entre compuestos pro-oxidantes y los mecanismos antioxidantes celulares (HALLIWELL, 2000) y está asociado a la patogénesis de enfermedades como la aterosclerosis, diabetes mellitus, entre otras (HALLIWELL et al., 1992). Los organismos marinos son fuentes potencialmente prolíficas de metabolitos secundarios bioactivos (EL GAMAL, 2010). Entre estos se destacan las algas marinas ya que poseen combinaciones de sistemas de defensa antioxidante altamente desarrollados en la naturaleza (O'SULLIVAN et al., 2010). Por ello, han aumentados las investigaciones científicas en este campo con miras a encontrar nuevos compuestos naturales que puedan ser empleados en el tratamiento de enfermedades donde el estrés oxidativo contribuya fuertemente a su patogénesis (YUAN; WALSH, 2006). **OBJETIVO:** evaluar las propiedades antioxidantes del extracto acuoso del alga marina *Halimeda opuntia* y su relación con la inhibición de la oxidación de LDL-heparina. **METODOLOGÍA:** Se llevó a cabo la determinación del contenido de polifenoles totales. Fue evaluada la actividad antioxidante por su capacidad de atrapar H<sub>2</sub>O<sub>2</sub>, su actividad antioxidante total por el método del fosfomolibdeno, su capacidad reductora de hierro por el método de FRAP, la inhibición de la oxidación de LDL-heparina y el retraso en la formación de dienos conjugados. **RESULTADOS:** El contenido de polifenoles totales del extracto acuoso de *Halimeda opuntia* fue igual a 19.99 ± 1.12 µg EAG/mg de liofilizado. La capacidad de atrapamiento de H<sub>2</sub>O<sub>2</sub> fue de 5.01% a una concentración de 2.5 mg/mL. La actividad antioxidante total fue igual a 36.00 ± 3.08 de mg EAA/g a una concentración de 10 mg/mL. Tiene capacidad reductora dosis dependiente determinada por FRAP a las concentraciones 1, 2, 3 y 5 mg/mL con valores de formación de Fe<sup>2+</sup> de 110.0 ± 2.2; 175.7 ± 3.4; 220.3 ± 5.6 y 324.5 ± 7.7 µM respectivamente. El extracto tiene la capacidad de inhibir la oxidación de in vitro de LDL-heparina inducida por Cu<sup>2+</sup> con un valor de CI<sub>50</sub> menor de 0.01 mg/mL y retrasa la formación de dienos conjugados con una CE<sub>50</sub> = 0.25 mg/mL. **CONCLUSIONES:** El extracto acuoso de *Halimeda opuntia* tiene poca capacidad de atrapamiento de H<sub>2</sub>O<sub>2</sub>, presenta capacidad reductora y inhibe la oxidación de LDL-heparina mediada por Cu<sup>2+</sup> y tiene la capacidad de retrasar en el tiempo la formación de dienos conjugados. Su actividad antioxidante este principalmente relacionada con mecanismos inhibitorios de la peroxidación lipídica desde sus primeras etapas. Por lo que puede ser empleado en el tratamiento y prevención de enfermedades donde el estrés oxidativo influye sustancialmente.

---

**REFERENCIAS:**

EL GAMAL, A.A. Biological importance of marine algae. **Saudi Pharmaceutical Journal.**, v. 18, n.1, p. 1–25, 2010.

HALLIWELL, B. The antioxidant paradox. **The Lancet.**, v. 355, n. 9210, p. 1179-1180, 2000.

HALLIWELL, B., GUTTERIDGE, J., & CROSS, C. E. Free radicals, antioxidants, and human disease: where are we now?. **The Journal of laboratory and clinical medicine.**, v. 119, n. 6, p. 598-620, 1992.

O'SULLIVAN, L., MURPHY, B., MCLOUGHLIN, P., DUGGAN, P., LAWLOR, P. G., HUGHES, H., AND GARDINER, G. E. Prebiotics from marine macroalgae for human and animal health applications. **Marine drugs.**, v. 8, n.7, p. 2038-2064, 2010.

YUAN, Y. V., AND WALSH, N. A. Antioxidant and antiproliferative activities of extracts from a variety of edible seaweeds. **Food and chemical toxicology.**, v. 44, n. 7, p. 1144-1150, 2006.

## PROMOÇÃO E PREVENÇÃO DA SAÚDE DO HOMEM

CLEMERSON SILVA  
DANIEL BATISTA CONCEIÇÃO DOS SANTOS  
GABRIELLE BARROSO NOVAIS  
MARIA ELIANE DE ANDRADE  
MAYANNA MACHADO FREITAS  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
[clemers18@hotmail.com](mailto:clemers18@hotmail.com)

**PALAVRAS- CHAVE:** Enfermagem em Saúde Comunitária; Saúde do Homem; Atenção Primária à Saúde.

**INTRODUÇÃO:** O homem apresenta um conjunto de características próprias que são mantidas desde a antiguidade. A inclusão dos homens em ações de saúde é desafiadora, pois estes não reconhecem a importância do cuidado do corpo e de sua saúde como questões sociais. Percebe-se a necessidade de aumentar o nível de conscientização, quanto à prevenção, promoção e adesão do homem ao serviço primário de saúde, assim como o conhecimento da população masculina sobre os fatores de risco das doenças acometidas. **OBJETIVO:** Investigar a ocorrência de políticas públicas voltadas para campanhas que conscientizem a população masculina e identificar medidas relacionadas à promoção e prevenção da saúde. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão de literatura, cuja estratégia de busca incluiu consulta à base de dados eletrônicas SciELO, Science Direct e Bireme. Para procura dos trabalhos foram utilizados os termos saúde do homem, enfermagem e Atenção Básica. Estes foram coletados no período compreendido entre fevereiro e maio de 2013. Foram inclusos estudos que tratavam da abordagem da enfermagem na saúde do homem e/ou sobre promoção e prevenção da saúde masculina. Os textos foram analisados e sintetizados de forma crítica, a fim de discutir as informações obtidas que correspondiam especificamente ao tema pretendido para compor esta revisão. **RESULTADOS:** A ausência de um programa específico para a saúde do homem pode ser um dos principais motivos da não realização periódicas de exames, os quais podem prevenir e até minimizar doenças, através de um diagnóstico precoce. Os valores que envolvem a educação familiar colocam o homem como um ser provedor e protetor. Esta tradição gera modelos masculinos pouco envolvidos as práticas de autocuidado. O enfermeiro, além de ser um profissional da saúde, atua como um educador onde desenvolve esclarecimentos de dúvidas e age incentivando a população masculina a realizar o autocuidado. **CONCLUSÕES:** A procura dos homens pelos serviços de saúde deve ser aproveitada de diferentes formas para garantir que estes criem o hábito rotineiro de cuidados e que diferentes meios sejam utilizados para alcançá-los através de ações de educação em prol da saúde.

## REFERÊNCIA

- ALBANO, B.R.; BASÍLIO, M.C.; NEVES, J.B. Desafios para a inclusão dos homens nos serviços de Atenção Primária à Saúde. **Revista de Enfermagem Integrada**, v.3, n.2, p. 554-563, 2010.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (princípios e diretrizes). Disponível em: <<http://dtr2001.saude.gov.br/sas/PORTARIAS/Port2008/PT-09-CONS.pdf>> Acesso em: mar. 2013.
- CARRARA, S; RUSSO A. Jane; FARO, L. A política de atenção à saúde do homem no Brasil: os paradoxos da medicalização do corpo masculino. **Revista de Saúde Coletiva**, v. 19, n. 3, p. 659-678, 2009.

---

FIGUEIREDO, W. Assistência à saúde dos homens: um desafio para os serviços na atenção primária. **Ciência e Saúde Coletiva**, v.10, n.1, p.7-17, 2005.

FURTADO, M.S.; SILVA, P.A.S.; GUILHON, A.B.; SOUZA, N.V.; DAVID, H.M.S.L. A saúde do homem na visão dos enfermeiros de uma unidade básica de saúde. **Revista Anna Nery**, v.16, n.3, p. 561-568, 2012.

JULIÃO, G.G.; WEIGELT, L.D. Atenção à Saúde do homem em unidades de Estratégia de Saúde da Família. **Revista de Enfermagem UFSM**, v.1, n.2, p. 144-152, 2012.

## A IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO CARDIOLÓGICA PARA PREVENÇÃO DA MORTE SÚBITA RELACIONADA À ATIVIDADE FÍSICA

LORENA PINA GALDINO  
SÉRGIO DANILLO SANTANA DE LIMA JURACI  
MARIA MARTA PRADO LIMA  
NANDIARA VIANA DOS SANTOS  
SHIRLEY DÓSEA SANTOS NAZIAZENO  
Coren/SE: 133115  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
[lorena24011@hotmail.com](mailto:lorena24011@hotmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Morte Súbita; Doenças Cardiovasculares; Atividade motora.

**INTRODUÇÃO:** A morte súbita é causada pela perda repentina da função cardíaca e pode ser ocasionada em todas as idades, em indivíduos aparentemente saudáveis. Existem evidências de que o exercício físico regular durante a meia e terceira idade tende a reduzir o declínio fisiológico com o envelhecimento e, além disso, promove um estilo de vida saudável, sendo um fator positivo para prevenção de doenças cardiovasculares, entretanto, atividades físicas de grande intensidade pode representar um grande risco para desencadear tal evento. Estima-se aproximadamente uma morte a cada 200 mil por ano em atletas, que é 2-4 vezes mais frequentemente quando comparado com não atletas (BOLOGNESI, 2014). Quando o esforço físico é monitorado e controlado apresenta um menor risco para que o indivíduo sofra uma morte repentina. Por isso se faz necessária uma avaliação clínica antes de iniciar atividades físico-esportivas, com o intuito de identificar doenças cardiovasculares que sejam incompatíveis com a realização da atividade.

**OBJETIVO:** Identificar na literatura a relação da importância do acompanhamento médico com a prática segura da atividade física. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa executada por meio de pesquisas bibliográficas em fontes secundárias. A revisão foi realizada através de pesquisas em buscas virtuais de saúde como BVS, Scielo e PubMed. Como critérios de inclusão artigos gratuitos, sem restrição de idiomas, publicado nos últimos 5 anos e excluídos os artigos em anos anteriores e aqueles que não foram disponibilizados na íntegra. Para a coleta de dados foram usados os descritores: Morte Súbita. Doenças Cardiovasculares. Atividade Física.

**RESULTADO:** Recomenda-se que o início de qualquer atividade física se inicie com um período de adaptação, que varia de uma a quatro semanas, para que o corpo possa se habituar. Estudos demonstram que a intensidade em uma atividade física deve variar entre 60% a 85% da frequência cardíaca máxima prevista para idade, para calcular estima-se uma frequência cardíaca máxima de 220 batimentos por minuto, diminuindo pela idade. Sendo assim o acompanhamento médico durante a prática de atividade física é imprescindível, especialmente antes de iniciar uma rotina esportiva, para prevenção de agravos, como a morte súbita.

**CONCLUSÃO:** Deve-se privilegiar a procura de manifestações clínicas relacionados com a possibilidade de doença cardiovascular, antes de iniciar as atividades, para identificação de condições que possam predispor o indivíduo à morte súbita, sendo que o indicador mais importante é a síncope, que deve ser identificada durante uma pré-avaliação médica, sendo um importante passo para a prática segura da atividade física.

### REFERÊNCIAS:

ARAÚJO, C. G. S. Risco de Morte em Maratonas: uma opinião baseada em evidências. **Rev Bras Cardiol.** 2011; v.24, n. 6, p. 395-400, Nov./dez. 2011.

---

BOLOGNESI, M. **Sudden cardiac death in athletes: A brief review of literature with a case report.** v. 22, n. 37, p. 70, 2014.

MACHADO, F.A.; DENADAI, B.S. Validade das Equações Preditivas da Frequência Cardíaca Máxima para Crianças e Adolescentes. **Arq. Bras. Cardiol.** v. 97, p. 136-140, 2011.

SANTOS, F.C.P. et al. Morte súbita cardíaca em atletas. **Rev.Fac.Ciênc.Méd.** Sorocaba, v.14, n.4, p. 131-134, 2012.

ZUNINO, B.A.E.; PEREIRA, M.S.; DIAS, M. SOUZA, C.A; TAVARES, M.G.S. **Fatores de risco cardiovascular e risco de morte súbita em praticantes de futebol recreativo.** FisiSenectus. Unochapecó Ano 1, n. 2, p. 15-23. Jul./Dez. 2013.



## SÍNDROME DE ARNOLD CHIARI TIPO I: CUIDADOS AO PORTADOR

LORENA PINA GALDINO  
SÉRGIO DANILLO SANTANA DE LIMA JURACI  
MARIA MARTA PRADO LIMA  
NANDIARA VIANA DOS SANTOS  
SHIRLEY DÓSEA SANTOS NAZIAZENO  
Coren/SE: 133115  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
[lorena24011@hotmail.com](mailto:lorena24011@hotmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Malformação de Arnold-Chiari; Sistema Nervoso Central; Assistência à saúde.

**INTRODUÇÃO:** A Malformação de Chiari é uma síndrome que afeta o Sistema Nervoso Central, ocorre esporadicamente, mas também pode ser transmitida geneticamente. É caracterizada pela herniação do cerebelo através do forame magno. Em consequência, ocorre a compressão do tronco cerebral, o que leva a complicações respiratórias graves. É classificada como rara e possui baixa morbidade. A literatura descreve cinco tipos dessa malformação, sendo o tipo 1 o que possui maior gravidade. A disseminação do conhecimento desta síndrome, promoverá uma maior visibilidade para os profissionais de saúde, garantindo maior efetividade diagnóstica e terapêutica.

**OBJETIVO:** Identificar na literatura a sintomatologia, tratamento cirúrgico e prognóstico da Síndrome de Arnold Chiari tipo I. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão de literatura executada por meio de artigos científicos publicados em revistas e em fontes virtuais como Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed e Biblioteca Virtual da Saúde.

**RESULTADOS:** A Síndrome de Arnold Chiari tipo I muitas vezes apresenta-se assintomática, ou pode apresentar alterações motoras, sensoriais, autonômicas, e cefaleia occipital, o que requer uma avaliação rigorosa dos indicativos clínicos, junto dos achados acompanhados nos exames de imagem. O tratamento cirúrgico consiste na descompressão da fossa posterior do crânio e seu principal objetivo é a restauração da circulação do líquido cefalorraquidiano através do forame magno. Porém o melhor prognóstico para o paciente exige da equipe uma assistência terapêutica voltada à reabilitação. Vale ressaltar que quanto mais cedo o tratamento for iniciado maior será a independência respiratória funcional, obtendo assim uma qualidade de vida ampla.

**CONCLUSÃO:** Têm-se a necessidade de estabelecer uma maior visibilidade de tal patologia, levando em consideração a sua raridade e seus sinais e sintomas inespecíficos. Cabe a equipe multiprofissional, ofertar uma assistência efetiva, sendo necessário um conhecimento técnico-científico em conjunto ao julgamento crítico especializado.

## REFERÊNCIAS

- CARVALHO, Evaneide Pereira de Sá et al. Estabilometria e baropodometria na avaliação do equilíbrio em paciente com malformação de Arnold Chiari submetido a tratamento fisioterapêutico. **ASSOCIATION POSTUROLOGIE INTERNATIONALE**, v. 11, n. 53, p. 355, 2013.
- MALA, Ramanjulu et al. Chiari I Malformations; Clinical Presentations, Diagnosis and Management. **Indian Journal of Applied Research**, v. 5, n. 10, 2016.
- SMITH, Keely et al. Unusual Ventilatory Response to Exercise in Patient with Arnold-Chiari Type 1 Malformation after Posterior Fossa Decompression. **Case Reports in Pediatrics**, v. 2016, 2016.
- UEMATSU, Souza Cruz; TORQUATO, Jamili Anbar. Avaliação e Treinamento Muscular Respiratório na Malformação de Arnold-Chiari Tipo I. **Rev Neurocienc** 2013;21(2):294-301.

---

VALE, Jorge Marques do et al. Malformação de Chiari e síndrome de apneia central do sono: eficácia do tratamento com servoventilação adaptativa. **Jornal Brasileiro de Pneumologia**, v. 40, n. 5, p. 574-578, 2014.

## **DIFICULDADES DE ADESÃO A TERAPIA RENAL SUBSTITUTIVA – HEMODIÁLISE EM PACIENTES EM TRATAMENTO CLÍNICO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

EMMANUELLE SANTOS MOURA (COREN – 439699)  
CARLOS ROBERTO XAVIER SANTOS FILHO (CREFITO:2144193-F)  
HERIFRANIA TOURINHO ARAGÃO  
GUILHERME MOTA DA SILVA  
Universidade Tiradentes (UNIT), Aracaju, SE, Brasil.  
emmanuelle-moura@hotmail.com

**PALAVRA-CHAVE:** Insuficiência Renal Crônica; Hemodiálise; Transtornos de Adaptação; Enfermagem.

**INTRODUÇÃO:** O tratamento hemodialítico acarreta ao paciente drásticas mudanças na rotina e na qualidade de vida que podem comprometer a sua adesão. **OBJETIVO:** Conhecer os fatores que dificulta na adesão dos pacientes ao tratamento hemodialítico. **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de experiência com abordagem descritiva acerca da vivência de profissionais de saúde numa clínica de nefrologia, de rede privada, situada na cidade de Aracaju-SE. Os dados obtidos foram feitos por meio da observação no período de janeiro a abril no ano de 2016. **RESULTADOS:** Foram observados 45 pacientes, destes 31 possuem dificuldade a adesão ao tratamento, como: restrição líquida, restrição alimentar, limitação para realizar atividade física e no lazer, o tempo destinado para sessão. A dificuldade em cumprir a restrição hídrica e alimentar requer tempo e esforço no aprendizado e condicionamento, pela existência dos hábitos anteriores construídos ao longo de sua história bem como seu convívio social. O tempo gasto nas sessões somado as limitações físicas e no lazer ocasionam diversas rupturas no cotidiano do paciente, tornando-o exposto ao desgaste e ansiedade. Por isso, a importância das terapias ocupacionais e a adoção de técnicas de alongamento e relaxamento. **CONCLUSÃO:** Os pacientes têm dificuldades em se adaptar com as exigências do tratamento, entretanto, eles procuram seguir as orientações para sua sobrevivência.

### **REFERÊNCIA**

- BEUTER, M. et al. A adesão de indivíduos em terapia hemodialítica. **Revista de pesquisa: cuidado é fundamental Online**, Rio de Janeiro, v5, n2, p.3558-3566, abr./jun., 2013.
- COUTINHO, N. P. S.; TAVARES M. C. H. Atenção ao paciente renal crônico, em hemodiálise, sob a ótica do usuário. **Caderno de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.19, n.2, p.232-239, 2011.
- LOPES, J. M. et al. Qualidade de vida relacionada à saúde de pacientes renais crônicos em diálise. **Acta Paulista de Enfermagem**, v.27, n.3, p.230-236, 2014.
- ADEIRO, A.C. et al. Adesão de portadores de insuficiência renal crônica ao tratamento de hemodiálise. **Acta Paulista de Enfermagem**, v.23, n. 4, p. 546-551, 2010.
- SOARES, K. T. L. et al. Eficácia de um protocolo de exercícios físicos em pacientes com insuficiência renal crônica, durante o tratamento de hemodiálise, avaliada pelo SF-36. **Fisioterapia em Movimento**. v. 24, n. 1, p. 133-140, 2011.
- MEDEIROS, A. J. S.; MEDEIROS E. M. D. Desafios do tratamento hemodialítico para o portador de insuficiência renal crônica e a contribuição da enfermagem. **Revista Brasileira de Educação e Saúde - REBES**, Pombal – PB, v. 3, n. 1, p. 1-10, jan.-mar., 2013.

## VIVÊNCIAS E ESTÁGIOS NA REALIDADE DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE

DANIEL BATISTA CONCEIÇÃO DOS SANTOS  
ANTÔNIO ARAÚJO MENEZES DE SOUZA  
SHEYLA ROCHA LIMA  
MARIA ELIANE DE ANDRADE  
MAYANNA MACHADO FREITAS  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
daniel\_bdcs@hotmail.com

**PALAVRAS CHAVE:** Sistema Único de Saúde; Comunicação Interdisciplinar; Políticas Públicas.

**INTRODUÇÃO:** O Sistema Único de Saúde em parceria com a Rede Unida abre semestralmente vagas para a submissão de projetos que envolvem vivências e estágios nesse sistema público. O estágio possui como característica a inserção de alunos das mais distintas áreas do conhecimento na comunidade e durante a vivência, são realizadas visitas domiciliares assim como instituições que atendem todos os níveis de complexidade. **OBJETIVO:** Descrever a experiência vivenciada como graduando de enfermagem no projeto de extensão Vivências e Estágios na Realidade do Sistema Único de Saúde. **METODOLOGIA:** Este projeto de extensão foi desenvolvido em julho de 2015. Foram selecionados 50 viventes, além da participação da comissão organizadora. O intuito do projeto foi provocar reflexão acerca da organização do Sistema Único de Saúde, de modo a solucionar problemas de maneira interdisciplinar. As áreas envolvidas no presente estudo foram discentes de fisioterapia, enfermagem, nutrição, serviço social, terapia ocupacional, dentre outros. **RESULTADO:** Após análise crítica do que fora vivenciado, observou-se que os problemas existentes foram a má distribuição da população pelo sistema de saúde, com conseqüente superlotação a nível terciário. Isso é justificado pela dificuldade encontrada na resolução dos problemas de saúde da população a nível primário. **CONCLUSÕES:** Conclui-se que os meios encontrados para resolução dos problemas evidenciados nesse estudo envolvem a necessidade da participação social, criação de políticas públicas mais efetivas, estabelecimento de uma agenda de saúde programada ao atendimento das doenças crônicas e aumento no poder de resolutividade no nível primário de atenção.

## REFERÊNCIAS

- CHERNICHARO, I. M.; SILVA, F. D.; FERREIRA, M. A. Humanização no cuidado de enfermagem nas concepções de profissionais de enfermagem, **Escola Anna Nery**, v. 15, n. 4, p. 686-693, 2011.
- MENDES, F. M. S.; FONSECA, K. A. F.; BRASIL, J. A.; ARAÚJO, M. D. Ver-Sus: Relato de Vivências na Formação de Psicologia. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 32, n. 1, p.174- 187, 2012.
- NETO, J. C. G. L.; FREITAS, R. W. J. F.; BRITO, E.C. C.; L. R. S.; ALVES, L. E. P.; ALVES, L. R. A. VER-SUS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE UMA VIVÊNCIA-ESTÁGIO NA REALIDADE DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE. **Revista de Enfermagem UFPE on line**,v. 7(esp), p. 1042-1046, 2013.
- LEAL, J.A.L.; MELO, C.M.M.; VELOSO, R.B.P.; JULIANO, I.A. Novos espaços de reorientação em saúde: vivência de estudantes. **Interface, comunicação e saúde** v. 19, n. 53, p. 361-371, 2015.
- SILVA, G.M.; RASERA, E.F. A construção do SUS-problema no jornal Folha de São Paulo. **História, Ciências e Saúde**. v. 1, n.1, p.1-15, 2011.

## INTERVENÇÕES DE ENFERMAGEM NAS RODOVIAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

DANIEL BATISTA CONCEIÇÃO DOS SANTOS  
CLEMERSON SILVA  
SHEYLA ROCHA LIMA  
ANTÔNIO ARAÚJO MENEZES DE SOUZA  
MARIA ELIANE DE ANDRADE  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil  
daniel\_bdcs@hotmail.com

**PALAVRAS CHAVE:** Doença Crônica; Enfermagem; Prevenção de Doenças.

**INTRODUÇÃO:** O curso de graduação em Enfermagem da Universidade Tiradentes possui diversos meios que possibilitam acesso dos graduandos à extensão universitária. Em parceria com a Polícia Rodoviária Federal, a Universidade disponibiliza vagas aos estudantes para participação do projeto de extensão intitulado “Comando de Saúde nas Rodovias”. São executadas ações de intervenção nas rodovias com caminhoneiros, visando diminuir taxas de acidentes em decorrência da agudização de doenças crônicas. **OBJETIVO:** Descrever a experiência vivenciada como graduando de enfermagem no projeto de extensão “Comando de Saúde das Rodovias”. **METODOLOGIA:** Foram realizadas ações de intervenção em postos de combustíveis de diferentes municípios do estado de Sergipe. Entre os participantes do estudo, foram avaliados fatores de risco: Estresse, obesidade, alterações pressóricas e taxa de glicemia, nível de sonolência, força, e acuidade auditiva e visual. Ao final dos exames, o motorista era encaminhado à consulta médica. **RESULTADO:** Foram avaliados por volta de 200 caminhoneiros nas ações. Após realização das atividades percebeu-se carência assistencial, além disto, observa-se o alto índice de doenças como hipertensão arterial no grupo analisado. As estratégias de educação em saúde traçadas pelos estudantes foram realizadas apesar dos fatores extrínsecos atrapalharem a execução deste projeto, entre estes se citam carga excessiva de trabalho e remuneração inadequada. Os dados coletados sobre as questões associadas à saúde dos motoristas não foram disponibilizados para possível análise. **CONCLUSÃO:** Foi possível perceber que se faz necessário um estudo que avalie as condições de saúde e a qualidade de vida dos caminhoneiros. Intervenções na comunidade e formulação de políticas públicas são métodos necessários para minimizar os problemas evidenciados em populações de risco tais como os condutores de veículos pesado.

### REFERÊNCIAS

- CHRISTOFFEL, M. M.; PACHECO, S. T. A.; REIS, C. S. C. Modelo calgary de avaliação da família de recém-nascidos: estratégia pedagógica para alunos de enfermagem. **Escola Anna Nery** *Revista Enfermagem*, v. 12, n. 1, p. 160-165, 2008.
- COUTO, t. a.; SANTANA, V. S. S.; SANTOS, A. R., SANTOS, R. M. M. Educação em saúde, prevenção e cuidado ao pé diabético: um relato de experiência, **Revista Baiana de Saúde Pública**, v.38, n.3, p.760-768, 2014.
- FREITAG, V. L.; DALMOLIN, I. S. SCHNEIDER, F. V. M.; MILBRATH, V. M.; Sidnei PETRONI, S. **Educação permanente em saúde com motoristas e trocadores: estratégia do desenvolvimento integral do ser humano. Modalidade do trabalho: Relato de experiência.** In: Salão do Conhecimento UNIJUI – Luz, Ciência, Vida; XVI Jornada de Extensão, 2015.
- OLIVEIRA, R. T. L. Hipertensão arterial: Proposta de intervenção na estratégia de saúde da família Dr. Álvaro Machado em Estrela de Alagoas/AL. **Tese de conclusão de curso de especialização.** Estratégia Saúde da família, Universidade Federal de Minas Gerais, 2015.

---

SOUSA, R. L.; BRITO, R. R. L.; SILVA, Z. S. S. B. Dificuldades encontradas pelos enfermeiros (as) das ub's de uma cidade do Tocantins frente à prevenção de incapacidades em hanseníase, **Revista Científica do ITPAC**, Araguaína, v.5, n.4, 2012.

## **ATIVIDADE FÍSICA E PERFIL ANTROPOMÉTRICO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES ATENDIDOS EM AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO**

WILLIANY ISIS SANTOS (Graduanda em nutrição/willianysis\_@hotmail.com)

MIKAELLE ALMEIDA OLIVEIRA SANTOS (Graduanda em nutrição)

ISABELA REIS DO NASCIMENTO (Graduada em nutrição)

ANNE RAYSSA PEREIRA DE OLIVEIRA (CRN 9059 – Nutricionista)

DANIELLE GÓES DA SILVA (CRN3091 Orientador/Professor-UFS)

Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão-SE

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física; Estado Nutricional; Estilo de Vida;

**INTRODUÇÃO:** A prática de atividade física é de suma importância desde a infância, pois contribui para uma vida mais ativa e evita doenças, como a obesidade que é considerada uma epidemia global. A prática insuficiente de atividade física é um fator associado ao ganho de peso excessivo, uma vez que a obesidade se dá por meio do desequilíbrio entre a ingestão e o gasto energético, onde a ingestão alimentar do indivíduo ultrapassa seu gasto calórico com atividades físicas diárias. A inatividade física e comportamentos sedentários vêm tornando-se comum entre crianças e adolescentes, refletindo a necessidade de intervenções e ações educacionais.

**OBJETIVOS:** Avaliar o nível de atividade física e o perfil antropométrico de crianças e adolescentes atendidos em ambulatório de nutrição. **METODOLOGIA:** Estudo transversal com dados de prontuários de admissão de pacientes do ambulatório de nutrição infantil do Hospital Universitário/ SE. Foram avaliadas as informações referentes a realização de atividade física na escola, fora da escola, tipo e frequência. Além do tempo gasto em práticas sedentárias como computador, televisão e/ou jogos eletrônicos. Coletou-se as medidas de peso, estatura, circunferência da cintura (CC), dobra cutânea tricipital (DCT) e dobra cutânea subescapular (DCSE) obtidas conforme técnicas padronizadas pelo SISVAN (BRASIL, 2008). Foram calculados o escore z do IMC/idade e da estatura/idade, segundo referência da OMS (WHO, 2006; 2007) e pontos de corte do SISVAN (2011). A CC/idade foi avaliada segundo Freedman et al (1999), e a DCT e DCSE por Frisancho, (1990). **RESULTADOS:** Foram avaliados prontuários de 133 crianças e adolescentes com a média de idade 9,5(±3,9) anos, 51,1% eram do gênero feminino. Pela classificação do escore-Z de IMC/idade, 9,9% encontram-se com magreza, 18,3% eutróficos, 37,4% obesos e 18,3% obesos grave, 62,3% estão em risco para DCV de acordo com a CC/idade, cerca de 80% apresentaram altos níveis de gordura corporal. Em relação ao nível de atividade física, 50,4% relataram realizá-la na escola (aulas de educação física ou futebol), e destes 45,3% possuem frequência de 1 a 2 vezes por semana. A atividade física fora da escola (futebol ou caminhada) foi realizada por 46,1%. Quanto a prática sedentária, 62,1% passam mais de 2 horas por dia em equipamentos eletrônicos e na TV. **CONCLUSÃO:** O nível de prática de atividade física insuficiente e práticas sedentárias acima do recomendado pela OMS, está diretamente relacionado com o aumento da prevalência da obesidade infantil. É notória a necessidade de estratégias e práticas educacionais voltadas ao incentivo de atividade física para estes pacientes, refletindo em mudanças nos comportamentos sedentários e melhorando a qualidade de vida.

### **REFERÊNCIAS**

BRASIL. IBGE. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar** 2012. Rio de Janeiro: IBGE, 2013.

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA. **Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional –**

- SISVAN na assistência à saúde**/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.
- COELHO, L. G.; CÂNDIDO, A. P. C.; MACHADO-COELHO, G. L. L. et al. Associação entre estado nutricional, hábitos alimentares e nível de atividade física em escolares. **Jornal de Pediatria**. n. 5, v. 88, p. 406 - 412, 2012.
- DIAS, P. J. P.; DOMINGOS, I. P.; FERREIRA, M. G. et al. Prevalência e fatores associados aos comportamentos sedentários em adolescentes. **Rev. Saúde Pública**. n. 2, v. 48, p. 266-274, 2014.
- DUTRA, G. F.; KAUFMANN, C. C.; PRETTO, A. D. B. et al. Sedentary lifestyle and poor eating habits in childhood: a cohort study. **Ciência & Saúde Coletiva**. n. 4, v. 21, p. 1051-1059, 2016.
- FREEDMAN, D. S.; SERDULA, M. K.; SRINIVASAN, S. R. et al. Relation of circumferences and skinfold thicknesses to lipid and insulin concentration in children and adolescents: the Bogalusa Heart Study. **American Journal Clinical Nutrition**. n. 69, p. 308-317, 1999.
- LOHMAN, T.G. **advances in body composition assessment**. Current Issues in Exercise Science. Monograph n.3. Champaign, IL: Human kinetics. 1992.
- WHO Multicentre Growth Reference Study Group. **Growth reference data for 5-19 years: body mass index-for-age, length/height-for-age and weight-for-height**. Geneva: World Health Organization, 2007.
- WHO Multicentre Growth Reference Study Group. **WHO Child Growth Standards: Length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age: Methods and development**. Geneva: World Health Organization, 2006.

**APOIO:** PIBIX/UFS



---

**A EQUIPE MULTIPROFISSIONAL NA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA.**

JESSICA DE OLIVEIRA SANTOS  
AFONSO FERREIRA LIMA NETO  
AYSLAN SANTOS SOUSA  
CIBELE MENESES  
JULIANA OLIVEIRA MUSSE

Universidade Tiradentes-UNIT, Aracaju, Sergipe, Brasil.

E-mail: [biojessica1991@gmail.com](mailto:biojessica1991@gmail.com)

**PALAVRAS-CHAVE:** Atenção Primária à Saúde; Idoso; Equipe Multiprofissional.

**INTRODUÇÃO:** No Brasil e no mundo com o aumento da expectativa de vida, e com as mudanças dos indicadores de saúde, diminuição da fecundidade e mortalidades a população vem envelhecendo, sendo assim esses indivíduos apresentam maiores condições crônicas e cognitivas. **OBJETIVO:** Enfatizar a importância da equipe multiprofissional na atenção primária a saúde, prestando assistência na promoção do envelhecimento saudável do idoso. **METODOLOGIA:** O levantamento bibliográfico foi elaborado nas bases de dados pesquisadas em SCIELO, LILACS e MEDLINE. Trata-se de um estudo descritivo, exploratório e de abordagem qualitativa. No resumo foram analisados em dez artigos de 2013- 2016, para construção da discussão final como embasamento das análises, foram verificados que cinco artigos contemplavam uma descrição desejada. **RESULTADOS:** Segundo dados da OMS estima que, até 2025, o Brasil será o sexto país mais envelhecido do mundo, abrigando mais de 32 milhões de idosos. Tornando necessário o rompimento de estereótipos que enxergam a velhice como um fardo. A saúde do idoso aparece como uma das seis prioridades pactuadas pelas três esferas do governo, tendo em vista que a atenção da pessoa idosa é caracterizada como uma das políticas públicas fundamentais no Brasil e no mundo. **CONCLUSÃO:** Percebe-se que devido ao aumento da expectativa de vida que vem aumentando significativamente nos últimos anos, é preciso que a atenção primária juntamente com a equipe multiprofissional e interdisciplinar aplique estratégia e ações destinadas à melhoria da saúde, levando em consideração que essas ações devem ser voltadas não apenas para a patologia, mas à prevenção e promoção da população idosa.

**REFERÊNCIAS:**

BESSE, Mariela; DE OLIVEIRA CECÍLIO, Luiz Carlos; LEMOS, Naira Dutra. A Equipe Multiprofissional em Gerontologia e a Produção do Cuidado: um estudo de caso. **Kairós Gerontologia. Revista da Faculdade de Ciências Humanas e Saúde. ISSN 2176-901X**, v. 17, n. 2, p. 205-222, 2014.

VIEIRA, Roseli Schminski; DE SOUZA VIEIRA, Reginaldo. SAÚDE DO IDOSO E EXECUÇÃO DA POLÍTICA NACIONAL DA PESSOA IDOSA NAS AÇÕES REALIZADAS NA ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE. **Revista de Direito Sanitário**, v. 17, n. 1, p. 14-37, 2016.

COSTA, Nalciran Rute Câmara Dias et al. POLÍTICA DE SAÚDE DO IDOSO: PERCEPÇÃO DOS PROFISSIONAIS SOBRE SUA IMPLEMENTAÇÃO NA ATENÇÃO BÁSICA/HEALTH POLICY FOR ELDERLY PEOPLE: PERCEPTION OF PROFESSIONALS ABOUT IMPLEMENTATION IN PRIMARY CARE. **Revista de Pesquisa em Saúde**, v. 16, n. 2, 2016.

KUWAE, Christiane Ayumi et al. Conceptions of healthy nourishment among elderly persons attending the University of the Third Age at UERJ: nutrition, body and daily living. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 18, n. 3, p. 621-630, 2015.

---

SOUZA, Francielle; DIAS, Alexandra Marinho. Condição multidimensional de saúde dos idosos inscritos na estratégia saúde da família. **Arquivos de Ciências da Saúde**, v. 22, n. 4, p. 73-77, 2015.

## PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA: RESPOSTAS EMERGENCIAIS NO TREINAMENTO DESPORTIVO

GUIMARAES, ERYCK ARAUJO<sup>1</sup>;  
SANTOS, ADRIENE DO NASCIMENTO<sup>1</sup>;  
REIS, CHIRLEY OLIVEIRA<sup>1</sup>;  
COSTA, DANIELE SANTANA<sup>1</sup>;  
CARDOZO, LUAN ARAUJO (COREN/SE: 270189)<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Graduandos do curso de Bacharelado em Enfermagem. Universidade Tiradentes, Aracaju-SE, Brasil.

<sup>2</sup>Especialista em Enfermagem, professor adjunto I da Universidade Tiradentes. Aracaju-SE, Brasil.

E-mail: eryck.guimaraes@gmail.com

**Palavras chaves:** parada cardiorrespiratória, ressuscitação cardiopulmonar, atletas, esportes, desfibrilação.

**INTRODUÇÃO:** A parada cardiorrespiratória - PCR, no Brasil, promove cerca de 100.000 óbitos extra hospitalares por ano. Em atletas este agravo pode ocorrer imediatamente durante a atividade física ou até uma hora após a cessação das atividades. Este agravo acomete principalmente pessoas do sexo masculino e negros, em detrimento de mulheres e caucasianos. Os desportos considerados mais agressivos são os que demandam maior esforço cardíaco, com longa duração e que envolvem fortes descargas neuro-adrenérgicas, sendo o futebol considerado o esporte com maior prevalência de PCRs. Trata-se de um agravo que necessita de ação imediata, precisa e sincronizada de pessoas devidamente capacitadas, aptas a reconhecer rapidamente a PCR e intervir com manobras eficientes de Ressuscitação Cardiopulmonar – RCP. Estima-se que a maior parte das PCRs extra hospitalares iniciam com ritmos passíveis de desfibrilação, a saber: Taquicardia Ventricular Sem Pulso – TVSP ou Fibrilação Ventricular - FV. O período de PCR sem RCP adequada é inversamente proporcional à chance de sobrevivência, sendo cada minuto em FV sem assistência adequada, responsável pela perda de 7-10% de chance de sobrevivência. A conduta mínima para RCP em adultos estabelece 100-120 compressões cardíacas por minuto com uma profundidade de 5-6cm, com troca de socorrista a cada 2 minutos. Embora as práticas de reanimação possam ser executadas a priori apenas usando as mãos em adultos, o retorno da circulação espontânea, apenas com compressões cardíacas é raro, fato que justifica a utilização de equipamentos auxiliares como: Desfibrilador Externo Automático – DEA; dispositivo bolsa-válvula-máscara e suprimento de oxigênio. **OBJETIVO:** Demonstrar a importância do treinamento da equipe técnica presente nos centros desportivos ou recreativos, frente ao reconhecimento e intervenção eficaz diante de situações de parada cardiorrespiratória súbita, além de induzir ao conhecimento do uso adequado de equipamentos auxiliares e, estabelecer práticas que minimizem os riscos de óbito durante atividades físicas supervisionadas. **METODOLOGIA:** Revisão integrativa de caráter exploratório e qualitativo, que utilizou como base de dados o livro ACLS e artigos científicos datados de 2013-2016. **RESULTADO:** A utilização precoce de desfibrilação em adultos mostra-se como um ótimo mecanismo para o reestabelecimento da circulação espontânea em PCRs presenciadas. Nos Estados Unidos da América foi relatado uma incidência de PCRs em 1:11,000 colegas que jogam basquete. Apresentando ainda um risco de PCR 1,6x maior em estudantes de ensino médio que praticam esportes em detrimento aos que não praticam. Na Alemanha foram relatados aproximadamente 58 casos por ano de PCR em atletas sendo 75% destas apresentadas em locais públicos. **CONCLUSÃO:** O treinamento regular dos profissionais de educação física, atletas de alta

performance, amadores ou recreativos, bem como das equipes técnicas, de apoio e, suporte, contando com atualizações frequentes em relação às técnicas de RCP e uso de Desfibriladores Externos Automáticos - DEAs, é apresentado nesse trabalho como uma alternativa à prática segura de esportes. Portanto, é mister que se estabeleça o acesso público à desfibrilação com capacitação de todos os indivíduos que utilizam determinado espaço público onde haja prática de atividades desportivas que demandem fortes descargas adrenérgicas, objetivando reduzir o risco de óbitos por PCR nestes ambientes.

#### **REFERÊNCIAS:**

- AEHLERT, B. **ACLS, suporte avançado de vida em cardiologia: emergência em cardiologia.** Rio de Janeiro, Ed. Elsevier, 2013.
- GONZALEZ, M. M.; TIMERMAN, S.; GIANOTTO-OLIVEIRA, R.; et al. **I Diretriz de ressuscitação cardiopulmonar e cuidados cardiovasculares de emergência da sociedade brasileira de cardiologia.** Arquivos Brasileiros de Cardiologia, Sociedade Brasileira de Cardiologia, Vol. 101, p. 1-221, 2013.
- HAZINSKI, M. F.; SHUSTER, M.; DONNINO, M. W. **Destaques da American Heart Association 2015 – Atualização das Diretrizes de RCP e ACE.** American Heart Association, 2015.
- BOHM, P.; SCHARHAG, J.; MEYER, T. **Data from a nationwide registry on sports-related sudden cardiac deaths in Germany.** European Journal of Preventive Cardiology, Vol. 23, p. 649–656, 2016.
- SOLBERG, E. E.; BORJESSON B.; SHARMA, S. et al. **Sudden cardiac arrest in sports – need for uniform registration: a position paper from the sport cardiology section of the European association for cardiovascular prevention and rehabilitation.** European Journal of Preventive Cardiology, Vol. 23 p. 657–667, 2016.



II CIAFIS

2016