

PIBID/UNISC: Avaliação da aptidão física relacionada à saúde em escolares de uma escola estadual de Santa Cruz do Sul-RS

*Bárbara Cristina Grade¹
Luiz Augusto Souza de Camargo¹
Leandro Tibiriçá Burgos²
Miria Suzana Burgos³*

RESUMO

Introdução: Aptidão física é a capacidade de um indivíduo exercer atividades físicas com vigor e disposição e pode ser utilizada como referência para diagnosticar fatores de risco à saúde em crianças e adolescentes; todavia, grande parte dos escolares não consegue alcançar níveis considerados ideais para sua faixa etária. É necessário então realizar uma intervenção junto com a escola para incentivar o aumento da prática de atividades físicas, melhorando a saúde das crianças e adolescentes. **Objetivo:** Avaliar a aptidão física relacionada à saúde de crianças e adolescentes estudantes do ensino fundamental de uma escola estadual de Santa Cruz do Sul (RS). **Método:** Estudo transversal com uma amostra de 98 escolares, entre 8 e 15 anos de idade, sendo 61 do sexo masculino. Para a avaliação da aptidão física relacionada à saúde dos escolares, foram realizados testes de resistência muscular abdominal (teste abdominal de um minuto) e aptidão cardiorrespiratória (APCR; teste de corrida/caminha de 6 minutos), classificados de acordo com o protocolo de testes do PROESP-BR (2016), e flexibilidade (teste de sentar e alcançar com banco de Wells), classificado de acordo com o protocolo de testes do PROESP-BR (2009). Realizou-se a mensuração de peso e estatura para classificação do Índice de Massa Corporal (IMC), de acordo com as curvas de percentis estabelecidas pela Organização Mundial da Saúde (WHO, 2007). Os dados foram analisados no programa estatístico SPSS v. 23.0, através do teste t de variáveis independentes e do teste qui-quadrado, sendo os dados expressos em percentuais, média e desvio-padrão. **Resultados:** O IMC apresentou maior frequência de sobrepeso e obesidade em escolares do sexo feminino, sendo 21,6% das meninas diagnosticadas com sobrepeso e 24,3% com obesidade. Quanto ao teste de flexibilidade, 60,7% dos meninos e 51,4% das meninas encontram-se na zona de risco ($p=0,367$). Os resultados foram significativos para os testes de resistência abdominal ($p=0,049$) e APCR ($p=0,024$). No

¹Graduando do curso de Educação Física, bolsista de iniciação à docência, PIBID-Educação Física/E.E.E.M. Willy Carlos Frohlich, Universidade de Santa Cruz do Sul.

²Mestre em Desenvolvimento Regional (UNISC), docente do departamento de Educação Física e Saúde, Universidade de Santa Cruz do Sul.

³Doutora em Ciências da Educação (UPS), Salamanca – Espanha. Doutora em Ciências da Motricidade (UTL), Coordenadora da área, PIBID-Educação Física, Universidade de Santa Cruz do Sul.

teste de resistência muscular abdominal, 59,0% do sexo masculino e 78,4% do sexo feminino encontram-se na zona saudável. Por fim, no teste de aptidão cardiorrespiratória, 63,9% dos meninos foram classificados dentro da zona de risco e 59,5% das meninas na zona saudável. **Conclusão:** Através dos resultados encontrados, foi possível concluir que os escolares do sexo feminino possuem uma melhor aptidão física relacionada à saúde em comparação aos escolares do sexo masculino, apresentando melhores resultados nos testes aplicados, apesar de possuírem maior frequência de sobrepeso e obesidade.

Palavras-chave: criança, adolescente, aptidão física, saúde

REFERÊNCIAS

PROESP-BR. Projeto Esporte Brasil. Manual 2009. Disponível em: <<http://www.proesp.ufrgs.br>>. Acesso em: 17 ago. 2017.

PROESP-BR. Projeto Esporte Brasil. Manual 2016. Disponível em: <<http://www.proesp.ufrgs.br>>. Acesso em: 17 ago. 2017.

WHO. World Health Organization. Growth reference 5-19 years. 2007. Disponível em: <http://www.who.int/growthref/who2007_bmi_for_age/en/>. Acesso em: 17 ago. 2017.

¹Graduando do curso de Educação Física, bolsista de iniciação à docência, PIBID-Educação Física/E.E.E.M. Willy Carlos Frohlich, Universidade de Santa Cruz do Sul.

²Mestre em Desenvolvimento Regional (UNISC), docente do departamento de Educação Física e Saúde, Universidade de Santa Cruz do Sul.

³Doutora em Ciências da Educação (UPS), Salamanca – Espanha. Doutora em Ciências da Motricidade (UTL), Coordenadora da área, PIBID-Educação Física, Universidade de Santa Cruz do Sul.