

ANÁLISE DO NÍVEL DE APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE DE DISCENTES DO IFSUL CÂMPUS BAGÉ

PEO3190619/041

Julia Bibiana Zschitschick Souza (Discente - IFSul Câmpus Bagé – DEPEX / téc. em agropecuária – juliazschitschick@gmail.com)
Gilda Rodrigues (Discente - IFSul Câmpus Bagé – DEPEX / téc. integrado em agropecuária - gildarodrigues014@gmail.com)
Rayssa Teixeira (Discente - IFSul Câmpus Bagé – DEPEX / téc. Integrado em agropecuária - rayssadd28@gmail.com)
Antônio Evanhoé Sobrinho (Docente Colaborador – IFSul Câmpus Bagé – DEPEX / Formação Geral - antoniosobrinho@urcamp.edu.br)
Tiago Wally Hartwig (Docente Colaborador - IFSul Câmpus Bagé – DEPEX / Formação Geral - tiagohartwig@gmail.com)
Gabriel Barros Cunha (Docente Orientador - IFSul Câmpus Pelotas – DEPEX / Formação Geral – gabrielcunha@ifsul.edu.br)

CÂMPUS BAGÉ

INTRODUÇÃO

O baixo nível de aptidão física está associado a um maior risco de desenvolver doenças cardiovasculares e de mortalidade por diversas causas. Contudo, a prática regular de atividade física na infância e na adolescência acarreta diversos benefícios para a saúde. Torna-se cada vez mais importante um fomento ao estilo de vida ativo fisicamente, buscando a melhora na aptidão física de crianças e adolescentes. Sendo assim, o objetivo do presente estudo foi verificar o nível de aptidão física relacionada à saúde dos alunos do Instituto Federal Sul-rio-grandense – Câmpus Bagé.

METODOLOGIA

A amostra deste estudo foi composta por 101 alunos dos semestres ingressantes na disciplina de educação física, dos cursos técnicos integrados ao ensino médio do IFSul - Câmpus Bagé. As coletas de dados ocorreram durante as aulas de educação física. Foram verificados a aptidão física relacionada à saúde na flexibilidade, resistência abdominal, e resistência aeróbica. Já as medidas antropométricas foram aferidas através do peso corporal, estatura e perímetro da cintura.

Os testes físicos foram realizados conforme orientações do manual PROESP/UFRGS (versão 2016).

Para análise de dados, as variáveis foram categorizadas usando como referência a proposta de categorias do manual já supracitado, exceto Índice de Massa Corporal (IMC) que foi utilizado os referenciais propostos por Cole e Lobstein (2012). Dessa forma, para representação dos resultados a classificação adotada foi “zona saudável” e “zona de risco à saúde”.

Os dados foram analisados de forma descritiva, utilizando frequências absolutas e relativas. O presente estudo foi aprovado por um comitê de ética em pesquisa com seres humanos (nº 3.325.089)

RESULTADOS

A maior parte dos estudantes é do sexo masculino (58,4%) e possui média 15,74 anos de idade ($\pm 1,18$). Em relação aos níveis de aptidão física relacionada à saúde, foi possível identificar que a maior parte dos alunos apresentam resultados preocupantes à saúde nos testes de flexibilidade (54,5%), resistência abdominal (90%) e resistência aeróbica (86,8%). No mesmo sentido, os valores encontrados do IMC apontam que 95,9% da amostra encontra-se fora do peso ideal.

13^o
JIC
IFsul

JORNADA DE
INICIAÇÃO CIENTÍFICA DO
INSTITUTO FEDERAL SUL-RIO-GRANDENSE
2020

INSTITUTO
FEDERAL
Sul-rio-grandense



Figura 1. Frequência relativa dos discentes classificados em zona saudável e zona de risco à saúde.

CONCLUSÃO

Pode-se concluir que os discentes do IFSul-Bagé parecem não possuir um bom nível de aptidão física relacionada à saúde. Os resultados do estudo demonstram a necessidade de uma intervenção nas aulas de educação física e nos projetos esportivos, buscando aumentar o interesse dos alunos nessas práticas, melhorando assim a saúde e a qualidade de vida.

REFERÊNCIAS:

Dumith, S.C.; Azevedo Júnior, M.R.; Rombaldi, A.J. (2008). Aptidão Física Relacionada à Saúde de Alunos do Ensino Fundamental do Município de Rio Grande, RS, Brasil. *Rev Bras Med Esporte*, 14(5): 454-9.

PROESP-BR. *Projeto Esporte Brasil*. (2016). Observatório permanente de indicadores de crescimento e desenvolvimento corporal, motor e estado nutricional de crianças e jovens de 7 a 17 anos. *Manual de aplicação de medidas e testes, normas e critérios de avaliação*. Porto Alegre – RS. Gaya ACA (ed.). Disponível em: <http://www.proesp.ufrgs.br>.

REALIZAÇÃO:



INSTITUTO FEDERAL
Sul-rio-grandense