



APTIDÃO FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA DE CRIANÇAS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA ESPORTIVO DE INCLUSÃO SOCIAL



Eduardo da Silva Ribeiro, Estela Marina Alves Boccaletto (Co-orientadora), Roberto Vilarta (Orientador)

duduribeiorp@gmail.com

FEF- Faculdade de Educação Física

Palavras chave: Aptidão Física - Qualidade de Vida – Crianças.

INTRODUÇÃO

Durante as últimas duas décadas, com os avanços científicos e tecnológicos, vários pesquisadores observaram uma queda significativa nos níveis de atividade física cotidiana da população em geral, sobretudo de crianças, adolescentes e adultos jovens (BAR-OR, 1993; DIETZ, 1994; GUEDES e GUEDES, 1995; PATE, 1985; SHEPHARD, 1995).

Nesse sentido, alguns estudos têm indicado que tanto as crianças quanto os jovens atualmente apresentam interesse crescente por diversões e brincadeiras passivas, um comportamento que pode resultar em uma geração de sedentários, que passam horas em frente da televisão ou computador, diminuindo acentuadamente o gasto energético diário. Esse fato pode favorecer o aumento da prevalência de obesidade, a diminuição da massa corporal magra e das capacidades motoras em idades cada vez mais precoces (BERKEY et al, 2000; SALBE e RAVUSSIN, 2002).

OBJETIVOS

Descrever a qualidade de vida e a aptidão física dos escolares de 7 a 10 anos, de ambos os sexos, participantes das atividades desenvolvidas pela SEAC/Programa Segundo Tempo no município de Campinas (SP).

METODOLOGIA

Amostra

▪ Quarenta e cinco crianças de 7 à 10 anos , de ambos os sexos, participantes do Programa Segundo Tempo do Município de Campinas (SP).

▪ 31 meninos com massa corporal média de $29,4 \pm 2,8$ kg; estatura média de $133 \pm 0,09$ cm e idade média de $8,5 \pm 1,3$ anos)

▪ 14 meninas com massa corporal média de $30,27 \pm 3,6$ kg; estatura média de $134 \pm 0,08$ cm e idade média de $8,5 \pm 1,3$ anos)

Materiais e Métodos

▪ Antropometria :

➢ Massa Corporal (kg) - Balança antropométrica digital modelo: BWR 101; fabricante: Oregon Scientific; capacidade: 150 Kg; precisão: 100g.

➢ Estatura (cm) - Estadiômetro; modelo: profissional em alumínio anodizado 153mm; fabricante Sanny; campo de uso: 40 cm a 220 cm; escala em milímetros; precisão: ± 2 mm em 220 cm.

▪ Qualidade de Vida - AUQEI – (AUTOQUESTIONNAIRE QUALITÉ DE VIE ENFANT IMAGE)

▪ Testes Motores

➢ Teste de sentar e alcançar

➢ Teste de resistência/força abdominal modificado

➢ Teste de corrida /caminhada de 9 minutos

RESULTADOS

Tabela 1. Média e Desvio Padrão dos resultados dos testes de aptidão física por idade e sexo dos participantes do SEAC/Programa Segundo Tempo no município de Campinas, 2010.

Idades (anos)	Sentar e Alcançar* (cm)		Abdominal Modif.(reps)**		Caminhada/Corrida 9min*** (n/min)	
	Meninos	Meninas	Meninos	Meninas	Meninos	Meninas
7	21,54 $\pm 5,10$	24,00 $\pm 1,00$	17,57 $\pm 5,12$	18,00 $\pm 3,00$	113,33 $\pm 13,33$	103,50 $\pm 10,27$
8	24,62 $\pm 5,57$	26,56 $\pm 2,70$	22,00 $\pm 4,47$	21,00 $\pm 9,83$	131,11 $\pm 16,25$	124,02 $\pm 14,35$
9	18,61 $\pm 8,15$	22,67 $\pm 4,67$	21,67 $\pm 3,50$	12,00 $\pm 2,00$	138,89 $\pm 8,96$	127,70 $\pm 17,58$
10	17,67 $\pm 3,71$	24,00 $\pm 1,33$	23,20 $\pm 6,73$	19,00 $\pm 2,92$	153,33 $\pm 10,35$	135,65 $\pm 15,25$

Tabela 2. Média e Desvio padrão da amostra obtido na AUQEI segundo a faixa etária dos meninos e meninas participantes do SEAC/Programa Segundo Tempo no município de Campinas, 2010.

Idade (anos)	Meninos		Meninas	
	M \pm DP	N (%)	M \pm DP	N (%)
7	45,22 \pm 3,61	9 (82)	48,00 \pm 2,00	2 (18)
8	48,75 \pm 3,77	8(57)	49,00 \pm 4,32	6 (43)
9	45,71 \pm 3,24	7(70)	42,67 \pm 3,86	3 (30)
10	47,14 \pm 3,72	7 (70)	52,00 \pm 3,74	3 (30)
Total		31 (68)		14 (32)

CONCLUSÕES

Os indicadores de desempenho motor mostraram que os meninos apresentaram valores médios superiores aos das meninas, com exceção dos resultados obtidos no teste de sentar e alcançar. Quanto à evolução, com a idade cronológica, no teste de caminhada/corrida de 9min, o desempenho motor de ambos os gêneros aumentaram dos sete aos 10 anos de idade.

Em relação à qualidade de vida das crianças de 7 a 10 anos, praticantes de atividades físicas, não se mostrou satisfatória, configurando que apenas a metade dos sujeitos avaliados se encontraram com boa QV.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS: AAHPERD. Health related physical fitness test manual. Washington: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance, 1988. ; ACSM. Manual do ACSM para teste de esforço e prescrição de exercício. 5.ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2000. ; FITNESSGRAM. The fitnessgram assessment. Disponível em: <<http://www.cooperinst.org/ftgnain.asp>>. Acesso em: 25 jun. 2010.; WHOQOL GROUP. Measuring quality of life: development of the world Health Organization Quality of Life Instrument (WHOQOL). Geneva: World Health Organization, 2000.