



ANALISE DA APTIDAO FÍSICA RELACIONADA À SAUDE DE ESCOLARES DE 9 E 10 ANOS DAS ESCOLAS DOS DISTRITOS DO MUNICIPIO DE MARECHAL CÂNDIDO RONDON - PR.

Aluno: Arestides Pereira da SILVA JÚNIOR

Comissão Examinadora:

Prof.^a Ms. Zelina Berlatto BONADIMAN - Orientadora

Prof. Dr. Dartagnan Pinto GUEDES

Prof.^a Ms. Joana Elisabete Ribeiro Pinto GUEDES

Este estudo teve como objetivo analisar, através de uma abordagem transversal, indicadores de aptidão física relacionada à saúde de escolares, de 9 e 10 anos de idade, das escolas dos distritos do Município de Marechal Cândido Rondon (PR). A amostra foi composta por 224 escolares (69,6% da população), sendo 122 do sexo masculino e 102 do sexo feminino. Os dados foram coletados através de medidas de crescimento (massa corporal e estatura), composição corporal (dobras cutâneas tricípital e subscapular) e performance nos testes de aptidão física relacionada à saúde, propostos pela bateria FITNESSGRAM, foram escolhidos os seguintes testes: flexibilidade, força/resistência abdominal, força/resistência de membros superiores e capacidade cardiorrespiratória. Os resultados obtidos através da pesquisa apontaram valores mais elevados do sexo feminino em relação ao sexo masculino nas variáveis de massa corporal, estatura e Índice de Massa Corporal. Em relação aos testes de aptidão física relacionada à saúde, o de flexibilidade apresentou resultados diferentes da maioria dos estudos, pois os meninos apresentaram em média valores mais altos em relação às meninas. Os resultados do teste de força/resistência abdominal foram que os escolares do sexo masculino apresentaram valores mais altos em relação as escolares do sexo feminino. Quanto ao teste de força/resistência de membros superiores, observou-se que a maioria dos escolares teve bastante dificuldade para realizá-lo, ficando evidente que falta força nos membros superiores dos escolares. A capacidade cardiorrespiratória apresentou valores mais altos no sexo masculino em relação ao feminino e percebeu-se que os valores relativos de VO₂máx tiveram um decréscimo dos 9 para os 10 anos em



ambos os sexos. Foi feita uma avaliação por critérios de saúde estabelecidos pela FITNESSGRAM, onde os escolares do sexo masculino tiveram resultados satisfatórios em relação à saúde na maioria dos testes, o resultado do teste de força/resistência de membros superiores foi considerado bastante baixo. As escolares do sexo feminino apresentaram resultados menores em relação aos escolares do sexo masculino e quanto aos testes de força/resistência de membros superiores e força/resistência abdominal os resultados foram considerados preocupantes, pois os valores obtidos foram baixíssimos em relação ao critério estabelecido. Foi efetuada uma comparação dos resultados com um estudo semelhante de HOBOLD (2003), em relação as medidas de crescimento (massa corporal e estatura) o presente estudo apresenta valores mais elevados, sobre a composição corporal, algumas diferenças ficaram dentro da normalidade. Quando comparou-se os testes de aptidão física relacionada a saúde observou que quanto a: flexibilidade, os valores não tem grande diferença, quanto a força/resistência abdominal os valores do estudo de HOBOLD (2003), são altamente superiores ao do presente estudo, o teste de força/resistência de membros superiores não foi comparado devido a utilização de diferentes protocolos, quanto a capacidade cardiorrespiratória, os valores são bastante parecidos.

Unitermos: aptidão física, saúde, escolares.