

ÁREA TEMÁTICA:

- COMUNICAÇÃO
- CULTURA
- DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA
- EDUCAÇÃO
- MEIO AMBIENTE
- SAÚDE
- TRABALHO
- TECNOLOGIA

ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE ALUNOS DO PROJETO ESCOLA DA BOLA COM BASE NOS TESTES DA PROESP-BR

Alex Luryan De Souza (alexlurysouza@hotmail.com)
Karine Rodrigues Martins (kariine_rm@hotmail.com)

RESUMO – O projeto “Escola da bola: centro de iniciação e pedagogia do esporte” busca a iniciação e a formação esportiva. Ele é realizado na Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG) no Departamento de Educação Física. O objetivo do presente trabalho foi avaliar características antropométricas (medida de massa corporal – peso e medida de estatura) e Medida do Índice de Massa Corporal (IMC) de alunos participantes do projeto de extensão “Escola da bola: centro de iniciação e pedagogia do esporte”, na modalidade de futsal com base na proposta do grupo PROESP-BR. Foram avaliados onze alunos do sexo masculino, com idade entre onze e quatorze anos, que praticam a modalidade de futsal no projeto. Foram identificados três (3) grupos de idade, entre os alunos avaliados: a) três (3) alunos com 11 anos de idade (nascimento em 2002); b) dois (2) alunos com 13 anos de idade (nascimento em 2000); e c) seis (6) alunos com 14 anos de idade (nascimento em 1999). Com os resultados dos alunos pode-se perceber que no grupo com 14 anos de idade apresentou nível de sobrepeso. Um índice maior do IMC pode indicar aquisição de hábitos que favoreçam o acúmulo de peso corporal, como alimentação inadequada e sedentarismo.

PALAVRAS-CHAVE – Futsal. Desenvolvimento motor. Medidas e testes.

Introdução

O projeto “Escola da bola: centro de iniciação e pedagogia do esporte” busca a iniciação e a formação esportiva. Ele é realizado na Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG) no Departamento de Educação Física. Participam alunos entre 8 a 16 anos de idade, auxiliados por acadêmicos do curso de Educação Física- Bacharelado.

O projeto desenvolve aulas de alguns esportes coletivos e individuais. Dentre esses esportes está presente a modalidade de futsal, na qual são trabalhadas com as crianças as habilidades motoras de passe, condução, domínio, finalização, defesa; além das capacidades físicas velocidade, resistência, a flexibilidade e o tempo de reação.

Contudo, a literatura mostra que a obesidade é um problema de saúde pública. Assim, além da preocupação com a aquisição e aprimoramento das habilidades motoras do futsal existe a atenção para o excesso de peso dos alunos do projeto.

Segundo Sato et. al. (2002, p.2)

Estudos envolvendo pequenas amostras de determinados segmentos da população, tem constatado elevados valores referentes ao acúmulo de gordura corporal em crianças e adolescentes [...] A obesidade infantil deve ser encarada seriamente, pois vários estudos sugerem que crianças e adolescentes com adiposidade mais elevada, apresentam forte tendência a se tornar adultos obesos [...].

Portanto, a atenção com o peso corporal das crianças e adolescentes participantes do projeto mostra-se de suma importância para a qualidade de vida e para a participação nas atividades propostas.

Objetivos

Avaliar características antropométricas (medida de massa corporal – peso e medida de estatura) e Medida do Índice de Massa Corporal (IMC) de alunos participantes do projeto de extensão “Escola da bola: centro de iniciação e pedagogia do esporte”, na modalidade de futsal, com base na proposta do grupo PROESP-BR.

Metodologia

Foram avaliados onze alunos do sexo masculino, com idade entre onze e quatorze anos, que praticam a modalidade de futsal no projeto “Escola da bola: centro de iniciação e pedagogia do esporte”.

As medidas e testes foram: medida de massa corporal (peso), estatura e índice de massa corporal (IMC), com alunos com ano de nascimento entre 1999 e 2002. Esses testes foram realizados no final do ano de 2013.

Os testes realizados tiveram como base o protocolo do Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR).

O grupo PROESP-BR tem por objetivo avaliar o perfil da aptidão física de crianças e jovens brasileiros.

Diante da necessidade de dados empíricos sobre o crescimento somático e das aptidões físicas relacionadas à saúde e ao desempenho motor de crianças e jovens brasileiros, o Projeto Esporte Brasil (PROESP) propôs, em 1994, uma bateria de medidas e testes para avaliação de escolares entre 7 e 17 anos (PROESP, 2014).

Os testes e as medidas PROESP-BR foram adaptados à realidade brasileira com baixo custo e aplicação simples. Também foi criado um banco de dados para a avaliação da população escolar brasileira. O projeto tem apoio da Secretaria de Alto Rendimento do Ministério do Esporte e foi incorporado ao Programa Segundo Tempo (PST). Assim, mostrou-se adequado às necessidades e objetivos de avaliação do projeto Escola da Bola – UEPG.

Seguindo o manual de testes e avaliação da PROESP-BR (2012) (GAYA, et.al, 2012) disponíveis no site <http://www.proesp.ufrgs.br/>, os protocolos do teste são:

Medida de massa corporal (peso): O teste tem por objetivo avaliar a determinada massa corporal (peso) do aluno. O material utilizado é uma balança, a preocupação com esse teste é a calibração do instrumento, que deve ter uma precisão de até 500 gramas, e a sua calibragem deve ocorrer a cada 8 a 10 medições.

Medida de estatura: tem o objetivo de avaliar a altura máxima do aluno deste a planta do pé até o vértice da cabeça. O material usado é uma trena métrica que será colocada sobre uma parede lisa, preferencialmente sem rodapé, posicionada verticalmente, com a marcação zero posicionada acima do solo e o outro lado no ponto mais alto que a trena alcançar. O aluno em pé se posiciona de costas para a parede, no local onde esta posicionada a fita métrica, com o corpo ereto e os pés unidos e descalços. Com uma régua posicionada em cima da cabeça, indicando a altura do aluno.

Medida do Índice de Massa Corporal (IMC): é determinado através do cálculo da razão (divisão) entre a medida de massa corporal total em quilogramas (peso) pela estatura (altura) em metros elevada ao quadrado. A medida é registrada com uma casa após a vírgula.

Resultados

Foram identificados três (3) grupos de idade, entre os alunos avaliados: a) três (3) alunos com 11 anos de idade (nascimento em 2002); b) dois (2) alunos com 13 anos de idade (nascimento em 2000); e c) seis (6) alunos com 14 anos de idade (nascimento em 1999) que são verificados nas Tabelas 1; 2 e 3.

Com os dados obtidos foram obtidos os seguintes resultados:

Tabela 1: Média e extremidades encontrados – alunos com 11 anos

Testes e medidas	Média	Extremidade mais alta	Extremidade mais baixa	Nível
Massa Corporal (Kg)	41,47	45,90	36,50	---
Estatura (m)	1,50	1,52	1,45	---
IMC	18,47	19,87	18,18	Normal

Fonte: pesquisa de campo realizada pelos autores.

Tabela 2: Média e extremidades encontrados – alunos com 13 anos

Testes e medidas	Média	Extremidade mais alta	Extremidade mais baixa	Nível
Massa Corporal (Kg)	34,50	36,40	32,60	---
Estatura (m)	1,445	1,45	1,44	---
IMC	16,52	17,31	15,72	Normal

Fonte: pesquisa de campo realizada pelos autores.

Tabela 3: Média e extremidades encontrados – alunos com 14 anos

Testes e medidas	Média	Extremidade mais alta	Extremidade mais baixa	Nível
Massa Corporal (Kg)	60,62	72,80	45,70	---
Estatura (m)	1,62	1,70	1,56	---
IMC	22,94	27,43	18,78	Sobrepeso

Fonte: pesquisa de campo realizada pelos autores.

Com os resultados dos alunos obteve-se a média dos mesmos e as extremidades mais altas e mais baixas. Pode-se perceber que no grupo com 14 anos de idade apresentou nível de sobrepeso. Esse resultado indica que os responsáveis pelo projeto devem ter atenção no que se refere ao peso corporal dos alunos, principalmente os com idade de 14 anos acima.

De acordo com o manual de testes e avaliação PROESP-BR (GAYA et.al, 2012, p.9)

Crianças e adolescentes com a medida de IMC igual ou superior aos critérios de sobrepeso e inferior aos critérios de obesidade são avaliados como sobrepeso, como tal, nesta condição os professores devem intervir propondo estratégias pedagógicas adequadas e alertando os responsáveis sobre a relevância do incremento de atividades física e redução da ingestão calórica.

Considerações Finais

O fato dos alunos mais velhos apresentarem um índice maior do IMC pode indicar aquisição de hábitos que favoreçam o acúmulo de peso corporal, como alimentação inadequada e sedentarismo. Estes resultados podem indicar que alguns hábitos como alimentação saudável e prática de atividades físicas podem e devem ser incentivadas na adolescência.

De acordo com Brito et. al (2012, p. 213)

Pesquisa recente realizada com adolescentes das 27 capitais brasileiras mostrou que 79,5% dos estudantes têm hábitos sedentários e passam mais de

duas horas na frente da televisão. Enquanto isso, dados do ministério da saúde mostram que 47,0% dos escolares acima de 12 anos estão com sobrepeso.

Dessa forma, estudos futuros são necessários para verificar e analisar os hábitos de vida destes alunos (alimentação e atividade física) e a relação com o peso corporal. Porém, os responsáveis pela organização e desenvolvimento das atividades no projeto de extensão “Escola da Bola” devem estar atentos a estes aspectos e orientar seus alunos para uma mudança de hábitos, principalmente no que se refere a prática de atividades físicas e esportivas.

APOIO: (UEPG - PROEX)

Referências

BRITO, A.K.A. Et. al. **Nível de atividade física e correlação com o índice de massa corporal e percentual de gordura em adolescentes escolares da cidade de Teresina-PI.** Rev Bras Ativ Fis e Saúde; Pelotas/RS; 17(3):212-216; Jun/2012.

GAYA, A. Et. al. **Manual de testes e avaliação:** PROESP-BR Projeto Esporte Brasil. Ministério do Esporte, 2012.

PROESP-BR Projeto Esporte Brasil. Disponível em www.proesp.ufrgs.br/. Acesso em: 10 de abril de 2014.

SATO, K.M. Et. al. **Curvas de percentis para índice de massa corporal em escolares da rede de ensino pública de Curitiba-PR.** Rev Bras Ativ Fis e Saúde; v.7, n. 12, 2002.