

**ANAIS DO VII CONGRESSO DE
INICIAÇÃO CIENTÍFICA
EDUCAÇÃO FÍSICA
UNICAMP-USP-UNESP**

**Dias 29 e 30 de setembro de 2016
FEF-UNICAMP**

REALIZAÇÃO



USP



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS

Geraldo Alckmin Governador do Estado de São Paulo

José Tadeu Jorge Reitor

Álvaro Penteado Crosta Coordenador Geral da Universidade

João Frederico da Costa Azevedo Meyer Pró-Reitor de Extensão e Assuntos Comunitários

Teresa Dib Zambon Atvars Pró-Reitora de Desenvolvimento Universitário

Gláucia Maria Pastore Pró-Reitora de Pesquisa

Luís Alberto Magna Pró-Reitor de Graduação

Rachel Meneguello Pró-Reitora de Pós-Graduação

Ângela de Noronha Bignami Secretária Geral

Octacílio Machado Ribeiro Procurador Geral da Universidade

Paulo Cesar Montagner Chefe de Gabinete

Oswaldir Pereira Taranto Chefe do Gabinete Adjunto

FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Miguel de Arruda Diretor

Mara Patricia Chaicon Mikahil Diretor Associado

Cláudia Regina Cavaglieri Coordenador de Pós-Graduação

Paula Teixeira Fernandes Coordenador de Graduação

Marco Carlos Uchida Coordenador Associado de Graduação

Odilon José Roble Coordenador de Extensão

Silvia Cristina Franco Amaral Chefe do Departamento de Educação Física e Humanidades

Bruno Rodrigues Chefe do Departamento de Atividade Física Adaptada

Sérgio Augusto Cunha Chefe do Departamento de Ciências do Esporte

Carmem Lúcia Soares Coordenadora de Biblioteca

Congresso de Iniciação Científica/ UNICAMP - USP - UNESP
Anais [recurso eletrônico] / VII Congresso de Iniciação Científica/ 29 e 30 set
em Campinas, SP - UNICAMP, USP, UNESP, 2016 / organizado por Paula Teixeira
Fernandes e Marco Carlos Uchida. [realização FEF-UNICAMP], Campinas, SP –
2016.

Disponível em: <http://www.fef.unicamp.br/fef/cic2016> –
Faculdade de Educação Física, UNICAMP, 2016.

ISBN: 978-85-99688-30-4

1. Atividade física adaptada.
2. Fisiologia, Saúde e Medicina Esportiva.
3. Nutrição no esporte.
4. Aspectos socioculturais no esporte.
5. Educação Física Escolar.
6. Lazer e políticas públicas.
7. Administração e Gestão Esportiva.
8. Biomecânica.
9. Pedagogia do esporte.
10. Psicologia do esporte e neurociências.
11. Treinamento desportivo.

Edição I. 2016.

Agência Brasileira do ISBN

ISBN 978-85-99688-30-4



Universidade de São Paulo



UNICAMP



SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO.....	11
PROGRAMAÇÃO.....	12
RESUMOS.....	14
ATIVIDADE FÍSICA ADAPTADA:	
PERCEPÇÃO SUBJETIVA DE ESFORÇO EM EXERCÍCIO DE FORÇA: COMPARAÇÃO ENTRE HALTERES E FAIXAS ELÁSTICAS.....	14
EFEITOS DOS EXERCÍCIOS AERÓBIOS SOBRE A FUNÇÃO COGNITIVA DE IDOSOS.....	15
COMPARAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL ENTRE IDOSOS COM ALTO E BAIXO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO.....	16
O SONO E A QUALIDADE DE VIDA DE ATLETAS CEGOS: A RELAÇÃO COM A PRÁTICA DA NATAÇÃO.....	17
PANORAMA DO PARA-TAEKWONDO NO ESTADO DE SÃO PAULO.....	18
FISIOLOGIA, SAÚDE E MEDICINA ESPORTIVA:	
FLUXO AUTOFÁGICO INDUZIDO POR RESPOSTA SEMELHANTE AO EXERCÍCIO FÍSICO EM MIOBLASTOS.....	19
PREVALÊNCIA DE LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS E FATORES DE RISCO CARDIOVASCULARES EM ATLETAS RECREACIONAIS NO FUTEBOL.....	20
PÔTENCIA E EQUILÍBRIO UNIPODAL PRESERVADO EM IDOSAS FRÁGEIS: UM ESTUDO TRANSVERSAL.....	21
EFEITO DO EXERCÍCIO AERÓBICO NAS ALTERAÇÕES MORFOFUNCIONAIS DO MÚSCULO ESQUELÉTICO DE CAMUNDONGOS COM IC INDUZIDA POR MONOCROTALINA.....	22
DEMANDA ENERGÉTICA ANAERÓBIA EM SIMULAÇÃO DE COMBATE “NO- GI” NO JIU-JITSU.....	23
EFEITO DO TREINAMENTO FÍSICO AERÓBICO NA REGENERAÇÃO MUSCULAR DE CAMUNDONGOS IDOSOS.....	24
TIME COURSE OF ACUTE METABOLIC RESPONSE TO AEROBIC EXERCISE: A METABOLOMICS APPROACH.....	25

EFEITO DO TREINAMENTO HIIT SOBRE A MASSA LIVRE DE GORDURA DE ADOLESCENTES OBESOS.....	26
AVALIAÇÃO DA SENSIBILIDADE GUSTATIVA EM IDOSOS E SUA RELAÇÃO COM A QUALIDADE DO SONO.....	27
TIME COURSE DA RESPOSTA METABÓLICA AO TREINAMENTO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE.....	28
ANEMIA: INFLUÊNCIA NO CICLO ESTRAL, NA PREENHEZ, NA ATIVIDADE LOCOMOTORA E NA PROLE DE RATAS.....	29
IMPLANTAÇÃO DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA A PROMOÇÃO DE SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA.....	30
LACTATO E A EXPRESSÃO DE GENES ENVOLVIDOS EM SUA OXIDAÇÃO NO CORAÇÃO: EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO.....	31
ALTERAÇÕES MORFOLÓGICAS DA JUNÇÃO MIOTENDÍNEA DO TIBIAL ANTERIOR DE RATAS OVARIETOMIZADAS TREINADAS.....	32
INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO AQUÁTICO NA JUNÇÃO MIOTENDÍNEA.....	33
ADAPTAÇÕES MORFOLÓGICAS NAS INVAGINAÇÕES SARCOPLASMÁTICAS DA JUNÇÃO MIOTENDÍNEA DE RATAS IDOSAS OVARIETOMIZADAS SUBMETIDAS AO TREINAMENTO.....	34
ALTERAÇÕES NA CARTILAGEM ARTICULAR DO JOELHO DE RATAS WISTAR OVARIETOMIZADAS SUBMETIDAS À NATAÇÃO.....	35
EFEITOS INFLAMATÓRIOS NA PRÓSTATA DORSOLATERAL DE RATOS UCHB SUBMETIDOS AO EXERCÍCIO FÍSICO RESISTIDO E AO CONSUMO DE ETANOL.....	36
EFEITOS DO TREINAMENTO FÍSICO E DIETA HIPERLIPÍDICA NA EXPRESSÃO DE AR E BCL-2 NA PRÓSTATA DE RATOS WISTAR.....	37
ANÁLISE DO ÂNGULO DE FASE EM IDOSOS SARCOPÊNICOS SEGUNDO SEXO E FORÇA MUSCULAR.....	38
UTILIZAÇÃO DE UMA ABORDAGEM METABOLÔMICA NA INVESTIGAÇÃO DE DIFERENÇAS METABÓLICAS ENTRE GÊNEROS EM ADOLESCENTES COM SOBREPESO.....	39

RELAÇÃO ENTRE CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO E DESARMES EM FUTEBOLISTAS AMADORES.....	40
NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E DOENÇAS METABÓLICAS E CARDIOVASCULARES EM PACIENTES DO SUS.....	41
TREINAMENTO INTERMITENTE DE ALTA INTENSIDADE E REGULAÇÃO DA MASSA CORPORAL ADIPOSA E CONTROLE DO APETITE.....	42
INTERVENÇÃO DE EXERCÍCIO FÍSICO EM UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE....	43
DEMANDA ENERGÉTICA ANAERÓBIA EM SIMULAÇÃO DE COMBATE “NO-GP” NO JIU-JITSU.....	44
RELAÇÃO ENTRE FUMO PASSIVO E EXERCÍCIO FÍSICO NOS RECEPTORES DE GLÍCOCORTICOIDES PROSTATICOS.....	45
RESPOSTAS AUTONÔMICAS E ANTI-ATEROGÊNICAS DO HIIT DE ALTA INTENSIDADE COMBINADO COM TREINAMENTO DE FORÇA.....	46
EFEITOS DO EXERCÍCIO FÍSICO RESISTIDO E DIETA HIPERLIPÍDICA NA EXPRESSÃO HEPÁTICA DE CD36 EM RATOS WISTAR.....	47
ASSOCIAÇÃO ENTRE A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS E EQUILÍBRIO EM IDOSOS DINAPÊNICOS E SAUDÁVEIS.....	48
MANIPULAÇÃO DO MOVIMENTO DOS MEMBROS SUPERIORES MELHORA O ANDAR DE IDOSOS COM DOENÇA DE PARKINSON.....	49
TEMPO SENTADO ASSISTINDO TELEVISÃO E A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM MULHERES SOBREVIVENTES AO CÂNCER DE MAMA E TAMBÉM NAQUELAS SEM A DOENÇA.....	50
NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E DOENÇAS METABÓLICAS E CARDIOVASCULARES EM PACIENTES DO SUS.....	51
PRESSÃO ARTERIAL APÓS EXERCÍCIO DE FORÇA E AERÓBIO COM RESTRIÇÃO DO FLUXO SANGUÍNEO.....	52
EFEITO DO TREINAMENTO COMBINADO NA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS HIPERTENSOS.....	53
AUTOPHAGY AND METABOLIC SIGNALING IN HUMAN SKELETAL MUSCLE AFTER ACUTE LOW-INTENSITY EXERCISE CYCLING WITH BLOOD FLOW RESTRICTION.....	54
TESTE ESPECÍFICO PARA DETERMINAÇÃO DA INTESIDADE DO JOGO DE FUTSAL.....	55

NUTRIÇÃO ESPORTIVA:

EFEITOS NA QUALIDADE DO SONO EM PRATICANTES DE EXERCÍCIO SOB INGESTÃO DE SUPLEMENTAÇÃO NOTURNA.....56

ASPECTOS SOCIOCULTURAIS NO ESPORTE:

INFLUÊNCIA DO APOIO SOCIAL EM MULHERES ATLETAS DE JUDO.....57

AVALIAÇÃO DO PADRÃO DE SONO DE IDOSOS RESIDENTES NA VILA DIGNIDADE EM LIMEIRA – UM ESTUDO COMUNITÁRIO COMPARATIVO.....58

A PRAIA REABITADA: PRÁTICAS DE DIVERTIMENTO EM FORTALEZA NO INÍCIO DO SÉCULO XX.....59

ESTUDOS DO MOVIMENTO HUMANO: ESPORTE E LAZER.....60

CORPO, AMBIENTE E MOVIMENTO: A EXPERIÊNCIA DO SKATE.....61

A CONTRIBUIÇÃO DO SURFE PARA OS ASPECTOS SOCIAIS E CULTURAIS DE SEUS PRATICANTES.....62

PROPAGAÇÃO DO YOGA EM PROJETOS SOCIAIS NA CIDADE DE SÃO PAULO.....63

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR:

RECURSOS TECNOLÓGICOS NA EDUCAÇÃO FÍSICA: DESENVOLVIMENTO DE NOVAS PRÁTICAS PEDAGÓGICAS.....64

EDUCAÇÃO FÍSICA, AVALIAÇÃO MOTORA E PLANEJAMENTO PEDAGÓGICO NA EDUCAÇÃO INFANTIL.....65

SEGURANÇA EM ATIVIDADES AQUÁTICAS E A PROMOÇÃO DA SAÚDE NA ESCOLA.....66

É POSSÍVEL O DESENVOLVIMENTO INFANTIL ATRAVÉS DO BRINCAR?....67

ROLE PLAY GAME DE MESA NA EDUCAÇÃO FÍSICA: O CHAMADO PARA UMA AVENTURA DIFERENTE.....68

ATIVIDADES CIRCENSES NA ESCOLA: PORQUE MUITOS PROFESSORES NÃO ENSINAM?69

EU QUERO BRINCAR: UM CHAMADO DA INFÂNCIA PARA A LUDICIDADE.....70

CURRÍCULO DO ESTADO DE SÃO PAULO: RELAÇÃO DO TEMA SAÚDE COM O PERFIL DE MORBIMORTALIDADE DE ESCOLARES.....	71
POTENCIALIDADES EDUCATIVAS DOS JOGOS E MEDIAÇÃO PEDAGÓGICA NO ENSINO DAS ATIVIDADES CIRCENSES.....	72
ANÁLISE DE CONCURSOS PÚBLICOS PARA PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO BÁSICO	73
A IMPORTÂNCIA DA LUDICIDADE NO CONTEXTO DA EDUCAÇÃO INFANTIL.....	74
AVALIAÇÃO DE UMA PROPOSTA DE INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA INTERDISCIPLINAR NA INFÂNCIA.....	75
A EDUCAÇÃO FÍSICA E O MOVIMENTO NA EDUCAÇÃO INFANTIL PARA BEBÊS DE 06 A 18 MESES.....	76
A MEDIAÇÃO DO PROFESSOR NO BRINCAR EM AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR.....	77
LAZER E POLÍTICAS PÚBLICAS:	
OS ENCONTROS CIRCENSES NA CIDADE DE SÃO PAULO: UMA OPÇÃO DE LAZER?	78
LAZER E CRIANÇAS SEMI-INSTITUCIONALIZADAS: O EVENTO NATALINO “VIRTUAL4KIDS”	79
A INFLUÊNCIA DO LAZER NA RESSOCIALIZAÇÃO DE MENORES INFRATORES.....	80
ADMINISTRAÇÃO E GESTÃO ESPORTIVA:	
GINÁSTICA PARA TODOS NO BRASIL: UMA ANÁLISE DAS FEDERAÇÕES ESTADUAIS DE GINÁSTICA.....	81
BIOMECÂNICA:	
PROPOSIÇÃO DE INDICADORES PARA DESCRIÇÃO DO JOGO DE FUTEBOL DE MESA, MODALIDADE DADINHO.....	82
ANÁLISE DA PONTUAÇÃO DO NOVO BASQUETE BRASIL A PARTIR DAS ESTÁTISTICAS OFICIAIS.....	83
ANÁLISE DA EVOLUÇÃO DOS ARREMESSOS DE TRÊS PONTOS NO NOVO BASQUETE BRASIL.....	84
RELAÇÃO ENTRE O TEMPO DE ATAQUE E A DIFERENÇA DO PLACAR EM JOGOS DE BASQUETEBOL.....	85

EFEITO DO SUBTIPO DA DOENÇA E DA TAREFA DUPLA NO CONTROLE POSTURAL NA DOENÇA DE PARKINSON.....86

UMA ABORDAGEM MULTIFATORIAL PARA PREDIZER OCORRÊNCIA DE QUEDAS EM PESSOAS COM DOENÇA DE PARKINSON.....87

PEDAGOGIA DO ESPORTE:

FATORES DETERMINANTES NAS TRANSIÇÕES NA CARREIRA ESPORTIVA DE ATLETAS DE SQUASH.....88

PEDAGOGIA DO ESPORTE: UMA PROPSTA DE INICIAÇÃO EM BASQUETEBOL A PARTIR DE CONCEITOS DE JOGO.....89

SATISFAÇÃO COM A PRÁTICA ESPORTIVA EM JOVENS JOGADORES DE BASQUETEBOL.....90

AS LUTAS NO PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA DA FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNICAMP.....91

ANÁLISE E DISCUSSÃO DA APLICABILIDADE DA TEORIA DE JOGOS ESPORTIVOS DE JÚLIO GARGANTA PARA O FUTEBOL AMERICANO.....92

EFEITOS DA EXPERIÊNCIA DE TREINO NA MOTIVAÇÃO PARA A TAREFA E PARA A COMPETIÇÃO EM JOVENS JOGADORES DE BASQUETEBOL.....93

ANÁLISE DOS EFEITOS E PERCEPÇÃO DA ESPECIALIZAÇÃO PRECOCE EM JOVENS ATLETAS DE FUTSAL E TÉCNICOS.....94

INICIAÇÃO TARDIA DA GINÁSTICA RÍTMICA EM AMBIENTE UNIVERSITÁRIO.....95

METODOLOGIA UTILIZADA PELOS TREINADORES PARA O ENSINO DO HANDEBOL NA CATEGORIA INFANTIL: UMA REFLEXÃO A PARTIR DO ENSINO DOS JOGOS ESPORTIVOS COLETIVOS.....96

PSICOLOGIA DO ESPORTE E NEUROCIÊNCIAS:

ASPECTOS PSICOLÓGICOS DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA NEUROLÓGICA PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE DANÇA.....97

ANÁLISE ESTRUTURAL DAS ÁREAS CEREBRAIS ATIVADAS EM PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE BALLET CLÁSSICO.....98

AVALIAÇÃO COGNITIVA E ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS COM COMPROMETIMENTO COGNITIVO LEVE.....99

SINTOMAS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM PESSOAS COM LESÃO NA MEDULA ESPINHAL PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE ESPORTES ADAPTADOS.....	100
IMAGEM CORPORAL E TRANSTORNOS ALIMENTARES EM PRATICANTES DE DANÇA.....	101
A DANÇA E A RECUPERAÇÃO DA CAPACIDADE FUNCIONAL NA PERCEPÇÃO DE MULHERES DA TERCEIRA IDADE FREQUENTADORAS DE UM GRUPO DE DANÇA.....	102
A EFICÁCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO NO TRATAMENTO DA “FISSURA” E DA AUTOESTIMA EM DEPENDENTES DE CRACK.....	103
A INFLUÊNCIA DO TREINADOR EM ATLETAS DE NATAÇÃO.....	104
ADAPTAÇÃO E VALIDAÇÃO DA ESCALA DE MOTIVAÇÃO NO ESPORTE-II PARA CRIANÇAS DE 12 A 16 ANOS DE IDADE.....	105
ESTADO DE FLUXO EM PRATICANTES DE ESPORTES DE AVENTURA.....	106
MAPEAMENTO DOS SINTOMAS DE ANSIEDADE NO BASQUETE UNIVERSITÁRIO.....	107
EFEITO DA MÚSICA AUTOSSELECIONADA NO DESEMPENHO EM SESSÃO DE TREINO DE FORÇA.....	108
TREINAMENTO DESPORTIVO:	
INDICADORES DE MORBIMORTALIDADE COMO SUBSÍDIOS PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE NA ESCOLA.....	109
INTENSIDADE NOS JOGOS DE FUTEBOL NAS CATEGORIAIS DE BASE SUB-13 E SUB-17.....	110
PREVALÊNCIA DE OSTEOPOROSE EM IDOSOS PRÉ-SARCOPÊNICOS SUFICIENTEMENTE E INSUFICIENTEMENTE ATIVOS NO LAZER.....	111
GINÁSTICA ARTÍSTICA: DIAGNÓSTICO DO PLANEJAMENTO, MONITORAMENTO E CONTROLE DO SISTEMA DE PREPARAÇÃO ESPORTIVA.....	112
IMPACTO DE TRÊS MÉTODOS DE ALONGAMENTO NA FLEXIBILIDADE DE QUADRIL DE BAILARINOS.	113
EFEITOS DO ALONGAMENTO AGUDO SOBRE A FORÇA NOS LANÇAMENTOS E ARREMESSO DO ATLET.....	114
COMPARAÇÃO DA APTIDÃO CARDIORESPIRATÓRIA DE ATLETAS DE CROSSFIT COM JOVENS ATIVOS.....	115

ALTERAÇÕES DO SALTO DURANTE O TREINAMENTO E O JOGO DE
VOLEIBOL COMO INDICADOR DA INTENSIDADE.....116

Apresentação

A Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas (FEF-UNICAMP), em parceria com os cursos de: Ciências do Esporte, da Faculdade de Ciências Aplicadas da Universidade Estadual de Campinas (FCA-UNICAMP-Limeira); Educação Física e Saúde, da Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo (EACH-USP); Educação Física, da Universidade Estadual Paulista (UNESP - Rio Claro, Bauru e Presidente Prudente), da Escola de Educação Física e Esporte, da Universidade de São Paulo (EEFE-USP), e da Escola de Educação Física e Esporte, de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (EEFERP-USP), realizaram o **VII CONGRESSO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA - CIC 2016**. Este congresso teve o objetivo de compartilhar o conhecimento produzido por alunos de graduação e pós-graduação das três universidades, que se destacam no cenário nacional pela qualidade de suas produções no campo da Educação Física e Esporte, em suas diversas áreas temáticas. O evento foi realizado na FEF-UNICAMP, nos dias 29 e 30 de Setembro de 2016 e contou com atividades nas áreas de conhecimento, englobadas em três principais eixos: Atividade Física Adaptada e Saúde; Educação Física e Humanidades; Biodinâmica e Ciências do Esporte.

PROGRAMAÇÃO

29 DE SETEMBRO – Quinta-feira

08h30 – Assinatura da lista de presença.

09h00 – Cerimônia de Abertura

09h30 às 10h30 - Conferência de Abertura - EVOLUÇÃO DO ESPORTE OLÍMPICO E PARALÍMPICO. Profa. Larissa Galatti (FCA-UNICAMP) e Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida (FEF-UNICAMP)

11h00 às 12h30 - Sessão de Pôster 1 - Atividade Física Adaptada e Saúde

14h00 às 15h30 – MINICURSOS:

1: Sinalização Celular e Exercício Físico - Efeitos do exercício físico na via de sinalização de Insulina - Osvaldo Tadeu da Silva Jr (UNESP - Bauru)

2: Circo na Escola - Leonora Tanasovici Cardani (FEF - UNICAMP), Gilson Santos Rodrigues (FEF - UNICAMP), Teresa Ontañón Barragán (FEF/UNICAMP)

3: Análise do metabolismo basal em atletas usuários de cadeira de rodas: comparação entre dois métodos de avaliação - Vivian Maria dos Santos Paranhos (FEF/UNICAMP)

4: Bases teórico-práticas da quantificação e monitoramento do treinamento e desempenho físico - Thiago Oliveira Borges (USP-SP)

5: Educação Olímpica: história, conceitos e uma proposta pedagógica - Carlos Rey Perez, Natália K. Quintilio, Maria Alice Zimmermann (EEFE - USP)

6: Exercício físico e sua relação com o sono: uma abordagem da biologia básica ao alto rendimento esportivo - Paulo Daubian-Nosé, Beatriz Franco (FCA - UNICAMP)

16h00 às 17h00 - Palestra FADIGA E EXERCÍCIO AERÓBIO, Prof. Dr. Rômulo Bertuzzi (EEFE-USP)

17h00 às 18h00 - Mesa Redonda - A IMPORTÂNCIA DA PESQUISA NA GRADUAÇÃO. Profa. Dra. Claudia R. Cavaglieri (FEF-UNICAMP), Prof. Dr. Umberto Correa (USP-SP) e Prof. Dr. Samuel de Souza Neto (UNESP-Rio Claro)

30 DE SETEMBRO – Sexta-feira

09h00 às 10h30 – MINICURSOS:

7: Políticas públicas em esporte e lazer no Brasil: um olhar sobre os Jogos Olímpicos - Carlos Fabre Miranda, Bruno Modesto Silvestre (FEF - UNICAMP)

8: Treinamento Físico para idosos - Amanda Veiga Sardeli, Diego Brunelli, Guilherme Defante Telles (FEF - UNICAMP)

9: Imunometabolismo e Exercício Físico - Barbara de M. Mello Antunes (UNESP - Presidente Prudente)

10: Fisiologia do exercício e biologia molecular: uma nova abordagem para velhas questões - Paulo Roberto Jannig, Clara Nóbrega (EEFE - USP)

11: Análise de rendimento em esportes coletivos - Yura Yuka Sato dos Santos (FCA - UNICAMP), Otávio Bettega (FEF - UNICAMP)

12: Bases da estatística aplicada à Educação Física - Júlia Barreira (FEF - UNICAMP)

10h30 às 11h00 - Atividade Cultural - GGU (Grupo Ginástico UNICAMP) e OFICINA DE DANÇA (FEF-UNICAMP)

11h00 às 12h30 - Sessão de Pôster 2 - Educação Física e Humanidades

14h00 às 15h30 - Sessão de Pôster 3 - Biodinâmica e Ciências do Esporte

16h00 às 17h00 - Conferência de Encerramento - DESENVOLVIMENTO DA PESQUISA NA EDUCAÇÃO FÍSICA, Prof. Dr. Eduardo Kokubun (UNESP-Rio Claro)

17h00 às 18h00 - Encerramento e Premiação dos Trabalhos

PERCEPÇÃO SUBJETIVA DE ESFORÇO EM EXERCÍCIO DE FORÇA: COMPARAÇÃO ENTRE HALTERES E FAIXAS ELÁSTICAS

BORTOLOZO, H.I, BARBIERI, J.F, UCHIDA, M.C.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Introdução: O envelhecimento populacional é notável na década atual. Acompanhado deste processo, existe um decréscimo geral das capacidades motoras, dificultando a realização das atividades diárias e a manutenção de um estilo de vida saudável. Como alternativa para contornar os problemas causados pelo envelhecimento, o treinamento de força é uma ferramenta excelente para retardá-la e também para a manutenção da força. **Objetivo:** analisar dois implementos comumente utilizados no treinamento de força, as faixas elásticas e os halteres, quanto à percepção subjetiva de esforço (PSE) (CR-10 BORG) e frequência cardíaca em cada série **Metodologia:** 6 voluntários foram submetidos ao modelo crossover design, realizando 3 séries de 10 repetições do exercício rosca bíceps unilateral (flexão do cotovelo), com carga relativa de 35 e 70% de 1 RM, utilizando os dois implementos. **Resultados:**

	PSE 1	PSE 2	PSE 3	PSE MÉDIA
35% H	2,2 ± 0,4	2,7 ± 0,8	2,7 ± 0,8	2,5 ± 0,7
35% F	2 ± 0	2,3 ± 0,5	2,7 ± 0,8	2,3 ± 0,4
70% H	4,3 ± 1,9	4,7 ± 1,8	5,8 ± 2,2	4,9 ± 1,9
70% F	3 ± 0,9	4 ± 1,1	4,6 ± 1	3,9 ± 0,9

H: halter; F: faixa elástica. Dados expressados em média ± desvio padrão.

	FCM 1	FCM 2	FCM 3	MÉDIA
35% H	84,4 ± 12,3	82,5 ± 12,6	82,3 ± 11,8	83,1 ± 12
35% F	76 ± 12,3	76,5 ± 12,2	74,8 ± 12,3	75,6 ± 12,2
70% H	90,2 ± 10,7	89,6 ± 11,8	95,4 ± 11,5	92 ± 11,1
70% F	83,1 ± 12,2	84,3 ± 12,6	84,3 ± 11,9	83,9 ± 11,5

H: halter; F: faixa elástica. Dados expressados em média ± desvio padrão.

Com análise feita pelo Effect Size e Anova, foi mensurada grande diferença nos resultados da PSE entre os implementos à 70% de 1 RM, com diferença estatística, e diferença moderada na PSE entre os implementos à 35% de 1 RM, sem diferença estatística. Em relação à frequência cardíaca, foi observado grande diferença entre os implementos nas duas intensidades, com diferença estatística somente em 70%. **Conclusão:** foi observado nas duas intensidades uma menor percepção subjetiva de esforço da faixa elástica quando comparado com o halter, bem como nos números de frequência cardíaca durante a execução da série e no repouso. Isso representa que, estando a carga equalizada, visando resultados como aumento da força e hipertrofia, possivelmente o implemento halter possui vantagem quando comparado à faixa elástica, devido a maiores valores da PSE e também maior alteração da frequência cardíaca.

Palavras-chaves: Envelhecimento. Fragilidade. Treinamento de força. Faixas elásticas

EFEITOS DO EXERCÍCIOS AERÓBIOS SOBRE A FUNÇÃO COGNITIVA DE IDOSOS

MORAES DFG, SARDELI, AV, FERREIRA, MLV, SANTOS LC, FERREIRA
MLV, CAVAGLIERI, CR, CHACON-MIKAHIL, MPT

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Introdução: Com o envelhecimento ocorre uma perda progressiva de diversas funções fisiológicas, incluindo a função cognitiva (FCG). O treinamento com exercício aeróbio (EA) promove diversas adaptações à saúde como melhora da capacidade aeróbia, adaptações cardiovasculares e mais recentemente, tem-se observado a melhora da FCG, que também pode ser beneficiada de forma aguda, ou seja, após uma única sessão de EA. No entanto, não está claro qual o protocolo de EA seria o mais eficaz para promoção de tais benefícios nesta população. **Objetivo:** Verificar o efeito agudo de protocolos de EA eficientes para melhora da capacidade cardiorrespiratória sobre a FCG de idosos. **Métodos:** Homens e mulheres acima de 60 anos, sem limitações de saúde, que passarão por avaliação clínica cardiológica e realizarão teste ergoespirométrico máximo ($VO_2máx$), para cálculo da intensidade das sessões de EA. Após uma sessão de familiarização com o RFS e a aplicação do teste de Stroop para FCG, as diferentes sessões de EA serão realizadas (alta intensidade-AI, baixa intensidade-BI e baixa intensidade com restrição de fluxo sanguíneo-BIRFS), com intervalo de uma semana entre elas. **Cronograma:** 2º semestre/2016 Revisão da literatura e coleta de dados. 2º semestre/2017 tabulação e análise dos dados, preparação do relatório parcial e final. **Resultados esperados:** Esperamos que o BIRFS traga melhores resultados a FCG de idosos, devido aos resultados fisiológicos cardiocirculatórios esperados para este tipo de protocolo de TA.

Palavras-chaves: Exercício aeróbio, Função cognitiva, Envelhecimento, Restrição de Fluxo Sanguíneo.

COMPARAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL ENTRE IDOSOS COM ALTO E BAIXO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO

CORDEIRO C. B, SANTOS V. R, ANTONUCCI C. B, CARDOSO M. R, GOBBO L. A.

Laboratório de Avaliação do Sistema Musculoesquelético – LABSIM, Departamento de Educação Física, Faculdade de Ciências e Tecnologia – FCT UNESP, Campus de Presidente Prudente - SP.

Introdução: O comportamento sedentário refere-se a atividades, que são realizadas nas posições sentadas ou deitadas, como por exemplo, ver televisão. A permanência prolongada em comportamento sedentário pode estar associada alterações na composição corporal, como o excesso de gordura corporal e redução da massa muscular e densidade mineral óssea, fatores esses, que predisõem os indivíduos a agravos cardio-metabólicos e funcionais. **Objetivo:** Comparar a composição corporal entre idosos com alto e baixo comportamento sedentário. **Métodos:** A amostra foi constituída por 375 idosos com idade entre 60 e 97 anos (70 ± 7 anos), e desses 114 eram homens e 261 (70%) mulheres do município de Presidente Prudente-SP. A estimativa da composição corporal total e segmentar foi realizada pela técnica de Absortimetria de Raios-X de Dupla Energia. Para avaliar o comportamento sedentário foi utilizada a questão 13 do questionário de Baecke et al. (1982), "Nas atividades de lazer você assistiu à TV", as opções de respostas para essa questão foram as seguintes: (nunca, raramente, algumas vezes, frequentemente ou sempre). Foram considerados com alto comportamento sedentário os idosos que referiram sempre assistir TV. A normalidade dos dados foi testada por meio do teste de Kolmogorov Smirnov. Os valores médios das variáveis da composição corporal foram comparados entre grupos (alto e baixo comportamento sedentário) pelo teste t de Student, no programa estatístico SPSS(17) e o nível de significância estabelecido foi de 5%. **Resultados:** Observou-se que idosos com alto comportamento sedentário apresentaram valores médios de gordura de tronco (45,82% x 43,55%), $p=0,014$ e (16,74Kg x 15,32Kg), $p=0,011$, bem como total (41,40% e 39,10%), $p=0,025$ e (30,39Kg e 27,58Kg), $p=0,020$ maiores comparado àqueles com baixo comportamento sedentário. **Considerações finais:** O comportamento sedentário está relacionado a alterações na composição corporal, uma vez que idosos com alto comportamento sedentário apresentam maiores quantidades de gordura corporal comparado àqueles com baixo comportamento sedentário.

Palavras chave: Composição Corporal, Idosos, Comportamento Sedentário.

O SONO E A QUALIDADE DE VIDA DE ATLETAS CEGOS: A RELAÇÃO COM A PRÁTICA DA NATAÇÃO

TOME C.A., ESTEVES A.M.

Faculdade de Ciências Aplicadas - UNICAMP, Limeira – SP

Poucas propostas são apresentadas na literatura sobre os benefícios da natação na vida de um atleta que possui deficiência visual e sua qualidade de vida relacionada ao sono do indivíduo. Assim, o presente trabalho teve como objetivo analisar os benefícios que a natação promove na saúde e na qualidade do sono de indivíduos com deficiência visual de diferentes níveis de aptidão física. Para isso, foram necessários 30 voluntários do gênero masculino, com idade entre 16-60 anos. Os voluntários foram divididos em 3 grupos, sendo: Grupo 1: sedentários; Grupo 2: qualidade de vida; Grupo 3: rendimento. Os voluntários responderam a questionários relacionados ao padrão de sono (Pittsburgh), sonolência (Epworth), cronotipo (Horne e Ostberg) e qualidade de vida (SF-36). Os resultados foram analisados através do programa Statistic 7.0. O teste ANOVA ONE-WAY foi utilizado para os dados paramétricos e o teste de KRUSKALL WALLIS para os dados não paramétricos. Os resultados estão representados em média \pm erro padrão. O nível de significância considerado foi o de $p < 0,05$ para a rejeição da hipótese de nulidade. Os principais resultados do presente estudo demonstraram que o grupo sedentário apresentou menores escores nos domínios de Capacidade funcional, Dor, Estado geral de saúde, Vitalidade e Aspecto Social em relação aos grupos 2 e 3. No entanto, os melhores valores nos domínios foram encontrados no grupo rendimento. Assim, podemos sugerir que a prática do exercício físico apresentou melhora em vários domínios da qualidade de vida, atuando de forma positiva na qualidade do sono da população avaliada.

Palavras-chaves: natação, deficiência visual, sono.

Panorama do Para-taekwondo no Estado de São Paulo

NASCIMENTO, M. F.P, OLIVEIRA G.H.C.

Orientador: José Júlio Gavião de Almeida

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Introdução: O Taekwondo como modalidade paralímpica estreará nos Jogos de Tóquio em 2020 com categorias para quem possui alguma deficiência de membros superiores, sendo ainda pouco desenvolvido desportivamente no Brasil. Ao analisarmos o contexto nacional, e mesmo o internacional, há poucas publicações acadêmicas sobre este tema apesar de já terem sido realizados seis campeonatos mundiais da modalidade. Segundo Patatas (2012) é de importância que o para-taekwondo se fortaleça no cenário esportivo internacional e tenha tratamentos pedagógicos científicos, que podem ir de estratégias de ensino-aprendizagem a estudos sobre a classificação esportiva ou treinamento de atletas. O Brasil nas Paralimpíadas de Londres em 2012 terminou em sétimo lugar no ranking do quadro de medalhas com 21 ouros, 14 pratas e 8 bronzes, reflexo contrário do resultado das Olimpíadas em que o Brasil terminou em vigésimo segundo lugar, no qual o país se mostrou uma das potências paralímpicas. Objetivo: Este trabalho procurará analisar o panorama do Para-taekwondo no Estado de São Paulo a partir dos dados do Primeiro Campeonato Paulista realizado em 2015, primeiro e único evento da modalidade realizado até o momento no Brasil, principalmente investigar a quantidade de atletas e o perfil dos seus treinadores. Metodologia: Para responder aos objetivos este estudo analisará o ofício do Campeonato, comparativamente às normas estabelecidas pela World Taekwondo Federation (WTF), especialmente referente a classificação funcional dos atletas. Cronograma: Este trabalho tem previsão de início em Setembro de 2016 e previsão de término para setembro de 2017. Resultados Esperados: Contribuir para o conhecimento acadêmico do Para-taekwondo, conhecendo seus praticantes no Estado de São Paulo e disseminar a prática da classificação funcional aos treinadores da modalidade.

Palavras-chaves: Para-taekwondo, paralimpíadas, atletas.

FLUXO AUTOFÁGICO INDUZIDO POR RESPOSTA SEMELHANTE AO EXERCÍCIO FÍSICO EM MIOBLASTOS

BOTELHO G.C, JANNIG P.R, BRUM P.C.

Escola de Educação Física e Esporte – USP, São Paulo - SP

Introdução: A melhora da função mitocondrial muscular é considerada fator central para os diversos benefícios à saúde induzidos pelo exercício físico aeróbio (EFA). Além do aumento do número de mitocôndrias (biogênese), a adaptação mitocondrial induzida pelo EFA depende também de mecanismos de controle de qualidade como fissão, fusão e remoção de mitocôndrias danificadas/envelhecidas via autofagia (mitofagia). Nesse sentido, nosso laboratório tem explorado novos mecanismos envolvidos na mitofagia induzida pelo EFA. Associando ferramentas de bioinformática à análise do proteoma mitocondrial muscular de camundongos submetidos a uma sessão de EFA, identificamos proteínas que podem interagir com LC3 (proteína marcadora do processo autofágico) e induzir a mitofagia. Para validação dos alvos encontrados, é necessário desenvolver estratégias que estimulam o fluxo autofágico de maneira semelhante ao EFA em cultura de células musculares. **Objetivo:** Investigar o fluxo autofágico de células precursoras musculares após tratamento com compostos que simulam efeitos moleculares do exercício físico. **Métodos Propostos:** Mioblastos C2C12 expressando de forma estável o construto mCherry-GFP-LC3 serão tratadas com os compostos AICAR, Cafeína e Clenbuterol, na ausência ou presença do inibidor lisossomal Cloroquina. Por meio de um microscópio de fluorescência acoplado a uma incubadora de células, avaliaremos o fluxo autofágico pelo diferencial de colocalização de mCherry e GFP nas células tratadas ou não com Cloroquina. Essa análise será realizada a cada 2h, até um máximo de 12h após os tratamentos. **Cronograma:** experimentos serão realizados no 2º semestre de 2016. **Resultados Esperados:** Embora sejam capazes de induzir in vitro respostas semelhantes ao EFA, os compostos utilizados o fazem por vias moleculares distintas. A identificação da janela temporal de ação destes compostos sobre o fluxo autofágico auxiliará na compreensão dos mecanismos envolvidos na indução da autofagia mediada pelo EFA. Por fim, esta padronização viabilizará experimentos de validação de alvos potencialmente envolvidos na mitofagia induzida pelo EFA.

Palavras-chaves: autofagia, mitofagia, músculo esquelético.

PREVALÊNCIA DE LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS E FATORES DE RISCO CARDIOVASCULARES EM ATLETAS RECREACIONAIS NO FUTEBOL

GUTEMBERG W., MARINHO J., NASCIMENTO V.H., MARQUES L., VADETTE M.
FACULDADE DE FISIOTERAPIA, UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA
FACULDADE DE FISIOTERAPIA – UNOESTE, PRESIDENTE PRUDENTE – SP.

Introdução: O futebol é um esporte de contato, impacto, aceleração e desaceleração e mudança constante de direção, o que podem ser fatores agravantes pelo esforço físico realizado durante uma partida de futebol, com o risco de praticantes desse esporte, serem susceptíveis a lesões musculoesqueléticas, levando em consideração que muitos desses praticantes comumente são sedentários por toda semana, e esse despreparo podem levar a diversos agravantes, não só por lesões, mas também por riscos cardiovasculares. **Objetivo:** analisar a prevalência de lesões musculoesqueléticas, e fatores de risco cardiovasculares, em praticantes de futebol recreacionais, com idade superior a 45 anos. **Metodologia:** O projeto será um estudo transversal. Será aplicado um questionário, desenvolvido pelos próprios pesquisadores e orientador do projeto, composto de questões simples, abertas e fechadas. Desenvolvido durante um campeonato interno de clube de campo, na categoria máster, apenas dos sexo masculino. O trabalho se mostrará de forma descritiva, e os valores serão expressos em frequências e proporções. **Resultados:** O numero de sujeitos avaliados foram 122, até dado momento.

Tabela 1 – Dados antropométricos

Idade (anos)	Massa corporal (kg)	Estatura (m)	IMC (kg/m ²)	C.A.
53,85 ± 6,90	82,17 ± 12,26	1,72 ± 0,06	27,64 ± 3,80	97,13 ± 10,48

Legenda: n = número de sujeitos; kg = quilograma; m = metros; IMC = Índice de Massa Corporal; kg/m² = quilograma por metro quadrado; C.A = Circunferência Abdominal.
Fonte: Dados da pesquisa.

Tabela 2 – Tipos de lesões

Sexo	Lesões articulares		Lesões musculares		Lesões tendíneas		Lesões ósseas	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Masculino	89	55,97%	50	31,44%	5	3,14%	15	9,43%

Legenda: n = número absoluto de lesões; % = porcentagem referente a correlação das lesões. Fonte: Dados da pesquisa.

Considerações finais: A prevalência de lesões são articulares. Como comportamento de risco a média de IMC é sobrepesada, e a C.A. como risco aumentado. Resultados parciais.

Palavras-chave: Prevalência, Sedentarismo, Comportamento de Risco.

PÔTENCIA E EQUILÍBRIO UNIPODAL PRESERVADO EM IDOSAS FRÁGEIS: UM ESTUDO TRANSVERSAL

¹DE LIMA V. C., ¹SAMPAIO R. A. C., ¹UCHIDA M.C., ¹SEWO SAMPAIO, P.Y.

¹Gepefan, Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas-SP

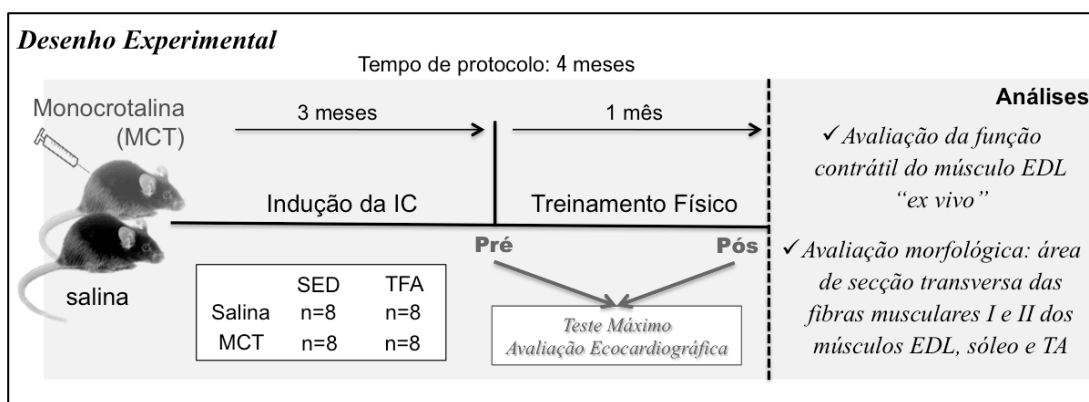
Introdução: O envelhecimento é um processo contínuo e dinâmico caracterizado por importantes mudanças fisiológicas, o qual pode ser agravado pela síndrome da fragilidade que compromete aspectos funcionais e as atividades da vida diária. **Objetivo:** Comparar o rendimento físico entre idosas de acordo com a fragilidade física (frágeis e robustas). **Metodologia:** A amostra foi composta de 132 idosas divididas em grupo frágil fisicamente (n=27; idade média=70,89±6,66) e no grupo robusto fisicamente (n=105; idade média=67,87 ±5,87). Foram analisados a velocidade usual e acelerada da caminhada (10 metros), equilíbrio unipodal, força isométrica de preensão manual, *Timed Up and Go* –TUG, e sentar e levantar 5 vezes (potência) em idosas da comunidade. A fragilidade física foi determinada pelo domínio físico do índice de fragilidade Kihon Checklist. Os dados foram analisados estatisticamente através do *T-Test*, considerado estatisticamente significativo com $p < 0,05$. **Resultados:** Foi encontrada as seguintes diferenças entre os grupos, menor velocidade tanto da caminhada usual (Frágil=1.25 ± 0.37; Robusto=1.41 ± 0.29; $P < 0,018$) quanto da acelerada (Frágil=1.54 ± 0.39; Robusto=1.80 ± 0.24; $P < 0,003$), maior tempo gasto para a realização do TUG (Frágil=8.31 ± 3.08; Robusto=6.83 ± 1.20; $P < 0,024$) e menor força de preensão manual (Frágil=24.22 ± 4.58; Robusto=26.69 ± 4.77; $P < 0,020$) por parte das idosas frágeis. Os grupos não diferiram nos testes de equilíbrio unipodal e no teste de sentar e levantar. **Considerações finais:** Como esperado as idosas robustas apresentaram melhor desempenho físico na maioria dos testes. Porém, o grupo de idosas frágeis fisicamente não apresentou diferenças no equilíbrio e teste de potência, ambos predominantemente neurais nas suas valências físicas. Destacamos a importância da realização da avaliação física periodicamente para detectar e prevenir declínios funcionais que comprometem a saúde e qualidade de vida dos idosos.

Palavras-chaves: Envelhecimento, Fragilidade Física, Rendimento Físico

Efeito do exercício aeróbico nas alterações morfofuncionais do músculo esquelético de camundongos com IC induzida por monocrotalina
CARRASCOZA L.S., VIEIRA J.S., PAIXÃO N.A., BRUM P.C., BACURAU, A.V.

Escola de Educação Física e Esporte – Universidade de São Paulo, São Paulo – SP.

Introdução: A insuficiência cardíaca (IC) é uma síndrome clínica associada à disfunção/atrofia muscular esquelética (ME). Embora o infarto do miocárdio seja um modelo reconhecido para indução da IC, a variabilidade e a grande mortalidade associada dificultam estudos nesta síndrome, especialmente em camundongos. A monocrotalina (MCT) é conhecida por induzir IC pelo aumento da pós-carga no ventrículo direito (VD) resultante da hipertensão pulmonar, sendo esse modelo bem estabelecido em ratos. Estudo prévio do nosso laboratório demonstrou que o tratamento por 4 meses com MCT em camundongos induziu sinais de IC como disfunção do VD e intolerância ao esforço, associados a atrofia e disfunção ME. No entanto, são escassos estudos que avaliaram o efeito do treinamento físico aeróbico (TFA) em modelo de IC por MCT. **Objetivo:** Sabendo que o TFA é um coadjuvante no tratamento da IC, este projeto avaliará o potencial preventivo do TFA na atrofia e disfunção ME de camundongos com IC induzida por MCT. **Métodos propostos:** Serão utilizados camundongos machos (C57BL6/J-3 meses), divididos em salina, MCT (80mg/kg, i.p., a cada 20 dias por 4 meses), sedentário e treinado (esteira rolante, 4-semanas, 5x/semana, 1h a 60% da velocidade máxima atingida em teste de esforço máximo). A função cardíaca será avaliada por ecocardiográfica. A função contrátil do músculo EDL “ex vivo” por banho de órgãos. A área de secção transversa das fibras do tipo I e II dos músculos sóleo, tibial anterior e EDL, por imunofluorescência. As variáveis serão comparadas entre os grupos pela análise de variância de dois caminhos, com *post-hoc* de Tukey, apresentadas como média \pm erro padrão da média, com nível de significância $p \leq 0,05$. **Cronograma:** Seis meses para a realização do protocolo e análises. **Resultados esperados:** O TFA prevenirá a atrofia e disfunção muscular nos animais tratados com MCT. **Palavras-chaves:** Treinamento físico aeróbico; Insuficiência cardíaca; Músculo esquelético, Monocrotalina.



Esquema ilustrado do desenho experimental. IC, insuficiência cardíaca; SED, sedentário; TFA, treinamento físico aeróbico; EDL, *extensor digitorum longus*; TA, tibial anterior.

DEMANDA ENERGÉTICA ANAERÓBIA EM SIMULAÇÃO DE COMBATE “NO-GI” NO JIU-JITSU

J. G. S. V. OLIVEIRA¹, J. M. GIMENES¹, A. SANCASSANI², A. R. SIMIONATO², L. O. C. SIQUEIRA²⁻³, D. P. SILVA⁴, D. M. PESSÔA FILHO¹⁻²

1-Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho – UNESP – Bauru

2-Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho – UNESP – Rio Claro

3- Centro Universitário UNIFAFIBE – Bebedouro/SP

4- Associação Bauruense de Desportos Aquáticos

Introdução: O *Jiu-Jitsu* é um esporte de combate que visa a submissão do adversário por emprego de técnicas de estrangulamento e/ou luxação. A vertente “no-gi” é realizada sem a vestimenta tradicional, usando apenas bermuda, eliminando a aplicação de algumas técnicas. Todavia, uma alta atividade muscular tende a ser um componente essencial da luta em solo, frente à duração de seis minutos (6-min) de combate, sendo necessário melhor compreensão das características e exigências fisiológicas deste esporte. **Objetivo:** O presente estudo analisou a demanda do metabolismo anaeróbio em simulações de combates “no-gi” no Jiu-Jitsu. **Metodologia:** 10 praticantes (24±6anos; 76,1±8,3kg; 178,5±7cm; 13,6±3,8% de gordura corporal), compareceram por três vezes às avaliações experimentais. Na primeira os participantes foram avaliados quanto aos aspectos antropométricos (DEXA - Dual Energy X-Ray Absorbtion). Na segunda e terceira, realizaram duas simulações de combate (6-min), onde foram analisados a frequência cardíaca (FC), o lactato ($[La^-]$) e o consumo de oxigênio ($\dot{V}O_2$). A troca gasosa pulmonar foi medida respiração-a-respiração (K4b², Cosmed®, Itália). **Resultados:** Ao término da transição exercício-reposo encontrou valores de $[La^-]_{pico}$ de 16,2±4,7mmolx⁻¹ (4º minuto de coleta). Além disso, valores médios de $\dot{V}O_{2pico}$ absolutos e relativos de 2850,8±325,9 mlx⁻¹ e 37,6±4,6 mlxkgx⁻¹, respectivamente, indicando um baixo condicionamento aeróbio, comparados com os valores indicados para sua faixa etária de acordo com a ACSM. Este estudo experimental descreveu também o custo da demanda energética anaeróbia e sua respectiva contribuição láctica e aláctica durante combates de 6-min. E em relação ao valor médio de $\dot{V}O_2$ correspondente ao débito alático encontrado foi de 2,4±0,75 lx⁻¹. Mostramos que um combate de Jiu-jitsu induz o sistema anaeróbio a uma alta ativação, com níveis médios de $[La^-]$ de 16,2±4,7 mmolx⁻¹. Estes resultados precisam ser confirmados, mas até o presente momento, entretanto podem ser propostos como "referência" nos programas de periodizações para preparação dos atletas desta modalidade específica.

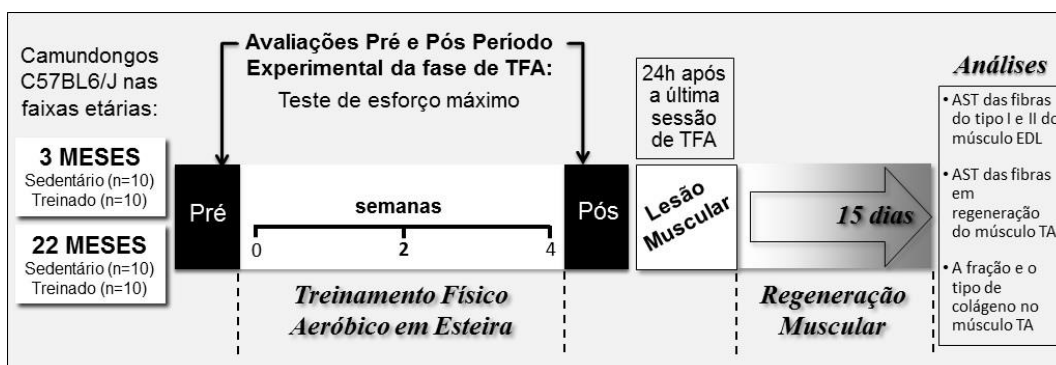
Palavras-chave: Jiu-jitsu; demanda anaeróbia; Consumo de O₂

Efeito do treinamento físico aeróbico na regeneração muscular de camundongos idosos

ASSUNÇÃO-MOREIRA T., PAIXÃO N.A., VIEIRA J.S., BRUM P.C.,
BACURAU, A.V.

Escola de Educação Física e Esporte – Universidade de São Paulo, São Paulo – SP.

Introdução: A proporção de idosos no mundo ocidental aumenta constantemente. A perda progressiva de massa muscular (sarcopenia) contribui significativamente para o declínio na qualidade de vida e na autonomia dos idosos, além do aumento no número de hospitalizações. Parte dos mecanismos envolvidos no quadro da sarcopenia envolve o declínio da capacidade do músculo em se regenerar. No entanto, mesmo em condições adversas, o tecido muscular é conhecido pela sua grande capacidade em responder positivamente à estímulos, como o treinamento físico aeróbico (TFA). **Objetivo:** Estudar a contribuição do TFA na capacidade regenerativa do músculo tibial anterior (TA) de camundongos jovens e idosos, 15 dias após lesão mecânica. **Métodos propostos:** Comitê de Ética 2014/03. Camundongos da linhagem C57BL6/J jovens (3 meses) e idosos (22 meses) serão divididos em sedentários e treinados (esteira rolante, 4 semanas, 5x/semana, 1h a 60% da velocidade máxima atingida em teste progressivo escalonado até a exaustão). Após 24h do período experimental, os animais serão submetidos a lesão muscular mecânica por 10 perfurações com agulha estéril (22 G) no músculo tibial anterior (TA). Após 15 dias da lesão será avaliada a capacidade regenerativa pela área de secção transversa (AST) das fibras em regeneração do músculo TA por coloração com hematoxilina-eosina. A fração e o tipo de colágeno serão quantificados após coloração com picrosirius-red. Para avaliar a sarcopenia será analisada a AST das fibras do tipo I e II do músculo EDL por imunofluorescência. As variáveis estudadas serão comparadas entre os grupos pela análise de variância de dois caminhos, com *post-hoc* de Tukey, apresentadas como média \pm erro padrão da média, com nível de significância $p \leq 0,05$. **Cronograma:** Oito meses para a realização do protocolo experimental e das análises. **Resultados esperados:** O TFA aumentará a capacidade regenerativa após lesão muscular em animais idosos. **Palavras-chaves:** Envelhecimento; Treinamento físico aeróbico; Regeneração muscular esquelética; Sarcopenia.



Esquema ilustrado do desenho experimental. TFA, treinamento físico aeróbico; EDL, *extensor digitorum longus*; TA, tibial anterior; AST, área de secção transversa.

TIME COURSE OF ACUTE METABOLIC RESPONSE TO AEROBIC EXERCISE: A METABOLOMICS APPROACH

LOPES-SANTOS M, CASTRO A, ETECHEBERE A, RIGHI I, TEIXEIRA A, CAVAGLIERI C.R, CHACON-MIKAHIL M.P.T.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Systemic metabolic responses observed after a single aerobic training session reflect changes in physiological and biochemical processes due to physical exercise and their comprehension can contribute to develop more efficient training strategies, so as for individual fitness condition. Metabolomics, a broad technique utilized for quantitative measures of the dynamic metabolic response to a determined stimulus has been widely suggested for investigation and a better understanding of this response. Thus, the goal of this study is to investigate the metabolic response after a single AT session in different periods from a metabolomics approach. Fifteen recreationally active healthy men, age 18-29 will undergo two experimental sessions in a crossover design: control session (CO) and aerobic training (AT). Sessions will occur randomly divided by one-week interval. During AT session subjects will perform 40 minutes of cycling in a cycle ergometer with 70% of maximum heart rate reserve (HRR). Subjects will be kept at rest for 40 minutes during the CO session. Blood samples will be collected 15 minutes before, right before and after 0, 15, 30, 60, 90 and 180 min following each protocol. Furthermore, serum and plasma samples will be analyzed through nuclear magnetic resonance of protons (NMR ^1H) and quantification of circulating metabolites will be done. Subject selection and experimental sessions will occur during the second semester of 2016. Reports will be written in the first semester of 2017 and all gathered data will be organized as a scientific article. We expect to find specific metabolites to aerobic exercise previously reported in the literature or new ones that might be related to molecular events, and determine a time course to serve as reference for further studies.

Key Words: Metabolism, Nuclear Magnetic Resonance, Aerobic Training, Metabolome.

Funding: São Paulo Research Foundation (FAPESP), Scientific Initiation, and FAEPEX-UNICAMP.

EFEITO DO TREINAMENTO HIIT SOBRE A MASSA LIVRE DE GORDURA DE ADOLESCENTES OBESOS

DIAS J.S; MONTEIRO P. A; SARAIVA B. T. C; CARVALHO C. C; SONVENSO D.K; FREITAS JR. I. F.

Faculdade de ciências e tecnologia - UNESP, Presidente Prudente – SP.

Introdução: A obesidade está diretamente associada a distúrbios metabólicos decorrentes do excesso de gordura corporal. Como forma de prevenção e tratamento da obesidade, além da mudança nos hábitos alimentares, programas de treinamento físico estão sendo investigados, dentre eles esta o treinamento intermitente de alta intensidade (HIIT), que baseia-se em exercícios de curta duração e com alta intensidade, ao qual possui grande potencial em aumentar o metabolismo energético e consequentemente promover alterações da composição corporal. **Objetivo:** Analisar o efeito de 16 semanas de HIIT sobre a massa livre de gordura em adolescentes obesos. **Metodologia:** Foram voluntários deste estudo 21 adolescentes, de ambos os sexos com idade entre 11 e 17 anos, classificados como obesos de acordo com o índice de massa corporal (IMC) e o percentual de gordura corporal. Foram mensurados peso e estatura para o cálculo do IMC. A massa total (MT em kg) e a massa livre de gordura (MLG em kg) divididos por região de tronco, andróide, ginóide, pernas e braços foi mensurado por meio da Absorptiometria de Raios-X de Dupla Energia (DEXA), modelo GE LUNAR-DPX-NT. O treinamento HIIT foi realizado em três sessões semanais, compostas por duas séries de 6 tiros de corrida na esteira a 100% da FC_{pico}. Cada tiro teve duração de 40 segundos com intervalo passivo de 20 segundos entre os tiros e descanso ativo (5km/h) com duração de 4 minutos entre as séries. A análise estatística descritiva foi expressa em média e desvio padrão. As demais variáveis foram analisadas por meio do teste *t* pareado, pelo *software* SPSS versão 17.0, adotando nível de significância de 5%. **Resultados:** Foram observados neste estudo melhoras significantes na MLG nas regiões ginóide ($p=0,020$), pernas ($p=0,010$) e braços ($p<0,001$). **Considerações finais:** Conclui-se que o HIIT foi eficaz em aumentar significativamente a MLG de adolescentes obesos.

Palavras-chaves: Adolescentes, Obesidade, HIIT.

AValiação da Sensibilidade Gustativa em Idosos e sua Relação com a Qualidade do Sono

MARTELLI M.E, CAPITANI. C.D, ESTEVES A.M

Faculdade de Ciências Aplicadas-UNICAMP, Limeira-SP

Com o envelhecimento ocorre uma perda da sensibilidade gustativa devido a algumas alterações fisiológicas que ocorrem nessa fase da vida. As perdas mais significativas na terceira idade são para os gostos amargo e salgado. Os idosos também consomem uma maior quantidade de medicamentos devido ao maior risco para o desenvolvimento de doenças crônicas, e uso de medicamentos é um dos principais fatores que altera o paladar. Com o avanço da idade pode ocorrer também alguns distúrbios no sono, e as alterações de sono mais encontradas nessa população são a insônia e a apnéia do sono. Os estudos que relacionam a sensibilidade gustativa com os distúrbios do sono ainda são escassos e os resultados obtidos são controversos, por isso se faz necessário mais estudos nessa área para conseguir correlacionar esses dois fatos, por esse motivo o objetivo do presente estudo é avaliar a sensibilidade gustativa e os distúrbios do sono na população idosa e correlacionar esses dois fatores. Serão selecionados 30 idosos para participar do presente estudo. Os idosos responderão aos questionários do sono que avaliam sonolência, qualidade de sono e cronotipo e também passarão por uma avaliação da sensibilidade gustativa aos quatro gostos básicos, para isso serão oferecidos para os participantes do estudo diferentes concentrações de cloreto de sódio (salgado), açúcar refinado (doce), cafeína (amargo) e ácido cítrico (ácido) com o objetivo de avaliar a sensibilidade gustativa desses idosos. O projeto será realizado ao longo de 12 meses. Os primeiros 6 meses serão para a coleta de dados, sendo os 6 meses restantes divididos entre análise dos resultados e confecção do relatório final/divulgação dos resultados. Como resultado da pesquisa espera-se encontrar relações entre a diminuição da qualidade do sono e a perda da sensibilidade gustativa.

Palavras chave: sensibilidade gustativa; idosos; qualidade do sono.

***TIME COURSE* DA RESPOSTA METABÓLICA AO TREINAMENTO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE**

RIGHI I, CASTRO, A, LOPES-SANTOS M, CASTRO A, ETECHEBERE A,
TEIXEIRA A, CAVAGLIERI CR, CHACON-MIKAHIL MPT.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Introdução: O treinamento intervalado de alta intensidade (HIIT) promove respostas metabólicas relacionadas às adaptações específicas deste tipo de treinamento. A metabolômica tem sido apontada como método altamente sensível e robusto, o qual permite analisar detalhes e identificar grande quantidade de metabólitos presentes em diversas amostras biológicas. A cinética temporal das respostas metabólicas ao HIIT ainda não é clara, assim como, não foram conduzidas análises mais abrangentes destas respostas após períodos prolongados após exercício. Objetivo: investigar a resposta metabólica ao longo do tempo (*time course*) após uma sessão aguda de HIIT utilizando a análise metabolômica. Metodologia: Participarão deste estudo 15 homens jovens saudáveis, recreacionalmente ativos (CEP 1.488.274). Os voluntários serão submetidos a duas sessões experimentais em um design cross-over: sessões controle (CO) e HIIT, em ordem randomizada com intervalo de uma semana entre elas. Na sessão HIIT, serão realizados 40 min de exercício no ciclo ergômetro a 90% VO_{2MAX} reserva (5 séries de 4 min) e intervalos ativos a 50 % do VO_{2MAX} reserva (5 séries de 3 min). Na sessão CO, os participantes permanecerão em repouso durante 40 minutos. Serão coletadas amostras de sangue pré (-0 min) e pós 0 min, 15 min, 30 min, 60 min e 180 min ao longo de ambas as sessões. Nas amostras de soro sanguíneo serão realizadas análises por meio de metabolômica com ressonância magnética nuclear de prótons (RMN 1H) para a quantificação dos metabólitos circulantes. Para identificar o momento de maior expressão do metaboloma (conjunto dos metabólitos) serão realizadas análises por Componentes Principais seguidas por análises estatísticas univariadas. Considerações finais: a seleção dos voluntários e aplicação das sessões experimentais ocorrerão durante o segundo semestre de 2016. A análise das amostras e dos resultados, bem como a escrita do trabalho para publicação serão realizadas no primeiro semestre de 2017. Espera-se identificar o momento de maior expressão do metaboloma, assim como, os momentos específicos dos picos de expressão de diferentes metabólitos após uma sessão aguda de HIIT.

Palavras-chave: Metabolismo, Ressonância Magnética Nuclear, HIIT

ANEMIA: INFLUÊNCIA NO CICLO ESTRAL, NA PREENHEZ, NA ATIVIDADE LOCOMOTORA E NA PROLE DE RATAS

FRANCO, B.S., BEZERRA, R.M., DAUBIAN-NOSÉ, P., ESTEVES, A.M.

Faculdade de Ciências Aplicadas - UNICAMP, Limeira – SP

O período reprodutivo feminino é um fator para o aparecimento de deficiência de ferro devido à menstruação. Existe uma alta relação entre a falta de nutrientes e a infertilidade sem causas conhecidas. No entanto, essa relação não é tão bem definida e explicada. A anemia é considerada um problema de saúde pública, associada à morbidade e mortalidade, aumentando os riscos em mulheres grávidas. Na gestação a anemia pode gerar consequências na saúde da mulher e do bebê, bem como alterações no padrão e duração do sono. Atualmente, alguns autores veem estudando, em modelos animais, a influência do ferro no comportamento e suas consequências no padrão de sono e locomoção. Assim, o objetivo do presente estudo foi observar a influência da dieta de restrição de ferro no ciclo estral, e analisar de acordo com a dieta, a atividade locomotora das mães durante a prenhez e as características das proles. As ratas receberam dietas com diferentes concentrações de ferro durante a prenhez (padrão, restrição e suplementação), sendo o grupo restrição já alimentado com a dieta anteriormente a prenhez. Para a prenhez foram introduzidos ratos machos para o acasalamento. Os resultados demonstraram que as ratas que receberam uma dieta de suplementação de ferro durante a prenhez apresentaram um perfil com maior tempo em freezing e menor locomoção em relação aos outros grupos. Já as que receberam uma dieta de restrição de ferro apresentaram um maior tempo de grooming. A prole das ratas que receberam dieta restrição apresentaram baixo peso, até o desmame, em relação a prole dos outros grupos. Em conclusão, os dados sugerem que a dieta influenciou negativamente o ciclo estral e que a suplementação de ferro alterou a atividade locomotora das ratas prenhas. Também foi demonstrada uma alteração no peso e número de prole em decorrência da alteração de ferro nas dietas.

Palavras-chaves: Dietas de ferro, Atividade locomotora, Síndrome das pernas inquietas, ciclo estral, modelo animal.

Implantação de um Programa de Atividade Física para a Promoção de Saúde e Qualidade de Vida.

DINIZ, L.J, DE MARCO, A.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Com a revolução industrial e o advento das modernas tecnologias a o modo de vida do homem passou por grandes modificações em sua vida, desde o modo de produção, de transporte e a alimentação, definindo mudanças significativas em seu estilo de vida. As longas jornadas de trabalho corroboram para que a qualidade de vida (QV) desses sujeitos por vezes fique em segundo plano, aproximando-os ao sedentarismo. Diante deste histórico e da mesma realidade presente em nossa comunidade, surgiu o interesse desta pesquisa, a qual visou implantar um programa de atividade física interdisciplinar com profissionais da Educação. Foi aplicado o questionário Whoqol abreviado e testes físicos, para mensurar a Qualidade de Vida e duas capacidades físicas: Força e Flexibilidade. A amostra foi de (N= 8) professoras da Divisão de Educação Infantil e Complementar – DEdIC/DRGH/UNICAMP. Os participantes realizaram o Teste de Arremesso de *medicine ball*, banco de Wells e salto horizontal e o formulário Whoqol abreviado na estratégia de pré e de pósteste. Para a análise dos dados coletados foi utilizado o Teste T para amostras pareadas, em que a comparação dos resultados foi obtida pela aplicação de teste e reteste (a partir do pré e pósteste). A média e o desvio padrão foram caracterizados para análise das variáveis coletadas, em que o nível estabelecido como significativo foi de $p < 0,05$. A partir dos resultados obtidos na pesquisa e a confrontação com a literatura, verifica-se que o tempo de Atividade Física realizada não foi suficiente para demonstrar melhoria nas capacidades físicas das professoras participantes, sendo necessário, portanto, estudo com maior intervalo de tempo, ou seja, maior do que oito semanas. Assim, diante destes resultados preliminares esta pesquisa se estenderá por mais um semestre.

Palavras-Chave: Qualidade de Vida, Promoção da Saúde, Atividade Física, Educação Física.

LACTATO E A EXPRESSÃO DE GENES ENVOLVIDOS EM SUA OXIDAÇÃO NO CORAÇÃO: EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO

SANTOS J.B, CUNHA T.F, VIEIRA J.S, PAIXÃO N.A, SOUZA R.W,
BACURAU A.V, BRUM P.C e GABRIEL-COSTA D.

Faculdade de Educação Física e Esporte - USP, São Paulo – SP

Introdução: O lactato, além de substrato energético, participa da modulação de genes envolvidos no metabolismo oxidativo dos músculos esquelético e cardíaco *in vitro*. No entanto, essa participação *in vivo* ainda não foi avaliada. **Objetivo:** Investigar o efeito do lactato na expressão de genes envolvidos em sua oxidação no coração de camundongos submetidos a uma sessão de exercício com e sem bloqueio do transporte de lactato (CINN). **Metodologia:** O estudo foi aprovado por comitê de ética (EEFE-USP #2011/55). Camundongos C57BL6J machos, com 5 meses de idade foram submetidos a um teste progressivo até a exaustão em esteira rolante e divididos em três grupos: controle (repouso); E90% (uma sessão única de exercício à 90% da velocidade máxima) e E90% + CINN (mesmo exercício + 500 μ M, i.p. de CINN). Em seguida, os animais foram eutanasiados e o coração foi dissecado para análise. A concentração de lactato foi avaliada por espectrofotometria e a expressão gênica por qPCR. Os dados foram expressos em média \pm EPM e comparados com análise de variância e *post hoc* de Tukey ($p < 0,05$ ($n = 6$)). **Resultados:** Observamos um aumento na concentração de lactato no grupo E90% ($2,0 \pm 0,3$ mM) em relação ao controle ($0,7 \pm 0,1$, mM) com redução dessa concentração no grupo E90% + CINN ($0,7 \pm 0,3$ mM). Verificamos um aumento na expressão de PGC-1 α no grupo E90% (controle $1,0 \pm 0,2$ vs. E90% $2,1 \pm 0,5$, u.a.) com redução dessa expressão do grupo E90% + CINN ($1,1 \pm 0,3$ u.a.). Resposta similar foi observada para a expressão de COXIV (controle $1,0 \pm 0,5$ vs. E90% $4,2 \pm 1,2$ vs. E90% + CINN $2,2 \pm 0,5$, u.a.). **Considerações finais:** Os dados do presente trabalho sugerem que o lactato modula a expressão dos genes PGC-1 α e COXIV no coração de camundongos *in vivo*.

Palavras-chaves: lactato, exercício físico, coração, expressão gênica.

ALTERAÇÕES MORFOLÓGICAS DA JUNÇÃO MIOTENDÍNEA DO TIBIAL ANTERIOR DE RATAS OVARIETOMIZADAS TREINADAS

FÁVARO, G, CERRI, RB, HOFFMAN, JS, SIERRA, LR., ROCHA, LC, CIENA, AP
Laboratório de Morfologia e Atividade Física – LAMAF. Departamento de Educação Física, Instituto de Biociências, UNESP - Rio Claro.

O processo de retirada bilateral dos ovários denomina-se ovariectomia, ato cirúrgico que ocasiona drástica diminuição na produção de hormônios como estrógeno, progesterona e promove alterações no aparelho locomotor. A junção miotendínea é a principal área de transmissão de força entre a musculatura esquelética e o tendão que está diretamente associada ao exercício físico. O objetivo consistiu analisar as características estruturais e ultraestruturais da junção miotendínea do tibial anterior de ratas Wistar idosas ovariectomizadas submetidas à natação. Foram utilizadas 40 ratas divididas em quatro Grupos, (n=10): Grupo Sedentário (GS); Grupo Treinado (GT); Grupo Ovariectomizado (GO) e Grupo Ovariectomizado Treinado (GOT). O protocolo de treinamento consistiu em 40 sessões, durante 1 hora diária com sobrecarga de 3% da massa corporal (Grupos GT e GOT). A ovariectomia foi realizada nos grupos GO e GOT. As imagens histológicas foram analisadas em microscopia de luz, microscopia eletrônica de varredura e transmissão, de maneira a evidenciar características morfométricas, aspectos tridimensionais dos elementos estruturais e características ultraestruturais ao nível celular. Os resultados de microscopia de luz evidenciaram alterações nos grupos treinados, apresentando maior superfície de contato entre o tecido muscular e o tendíneo, bem como maior depósito de fibras colágenas e tenócitos em relação aos grupos GS e GO. A partir dos resultados obtidos por microscopia eletrônica de transmissão observaram-se adaptações ultraestruturais na região da JMT. Os grupos GS e GO demonstraram desorganização tecidual além de menor densidade e comprimento das invaginações sarcoplasmáticas. Os grupos GT e GOT evidenciaram maior densidade, comprimento e organização tecidual, além de apresentarem subníveis e comunicações entre as projeções sarcoplasmáticas. Conclui-se que a região da JMT apresentou adaptações em relação ao exercício físico durante o envelhecimento associado à ovariectomia, de modo eficaz e positivo na qualidade de vida por aprimorar a resistência e a transmissão de força na principal área de lesões.

Palavras -chaves: Junção Miotendínea, Envelhecimento, Ovariectomia, Tibial Anterior, Natação, Microscopia Eletrônica.

INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO AQUÁTICO NA JUNÇÃO MIOTENDÍNEA

HOFFMANN, JS, CERRI, BR, SILVA, MGF, FÁVARO, G, CIENA, AP

Laboratório de Morfologia e Atividade Física – LAMAF. Departamento de Educação Física. Instituto de Biociências. UNESP, Rio Claro – SP.

Introdução: Na extremidade do músculo esquelético onde o tendão e músculos se unem localiza-se a junção miotendínea (JMT), área altamente especializada responsável pela transmissão de força e principal região de lesões vinculadas ao exercício físico. A ovariectomia é o processo de remoção bilateral dos ovários com redução dos hormônios ovarianos e pode acarretar alteração ao aparelho locomotor. As alterações na JMT após a ovariectomia podem comprometer a transmissão de força e a organização dos feixes de fibras colágenas que possivelmente serão atenuadas com a aplicação um protocolo de treinamento. **Objetivo:** Os objetivos do presente estudo consistiram em analisar as alterações morfo-quantitativas na JMT do sóleo de ratas Wistar adultas ovariectomizadas e submetidas ao protocolo de treinamento aquático. **Metodologia:** Foram utilizadas 40 ratas Wistar adultas, divididas em 4 Grupos: Sedentário (S), Treinado (T), Ovariectomizado (O), Ovariectomizado Treinado (OT). Os grupos OT e O foram submetidos ao procedimento cirúrgico. Após 30 dias de pós operatório os grupos T e OT adaptaram-se ao meio líquido e realizaram o treinamento com duração de 1h, 5 dias/semana e ao total 20 sessões. Ao término do treinamento foram iniciadas as técnicas de microscopia de luz (ML), microscopia eletrônica de varredura (MEV) e microscopia eletrônica de transmissão (MET), os animais foram eutanasiados em câmara de CO₂ e as amostras dissecadas e preparadas. **Resultados:** As observações através da ML revelaram fibras tendíneas, musculares e presença de tenócitos. A MEV revelou a fibra muscular tridimensionalmente revestida por tecido conjuntivo, fibras tendíneas e sarcômeros alinhados em série. A microscopia eletrônica de transmissão evidenciou as invaginações e evaginações da junção miotendínea, a lâmina basal e os diferentes Tipos de colágeno nos grupos S, T, O e OT de ambos os músculos. **Considerações finais:** Após a aplicação do treinamento de natação houve adaptações da região da JMT, que possivelmente ocasionou fortalecimento e menos risco de lesões.

Palavras-chaves: Junção Miotendínea, Sóleo, Morfologia

ADAPTAÇÕES MORFOLÓGICAS NAS INVAGINAÇÕES SARCOPLASMÁTICAS DA JUNÇÃO MIOTENDÍNEA DE RATAS IDOSAS OVARIETOMIZADAS SUBMETIDAS AO TREINAMENTO

Autores: Luan Rissatto Sierra¹; Johann Simon Hoffmann¹; Gabriel Fávaro¹; Bruno Rubin Cerri¹; Lara Caetano Rocha¹; Ii-sei Watanabe²; Adriano Polican Ciena¹

¹ Laboratório de Morfologia e Atividade Física – “LAMAF”, Universidade Estadual Paulista “Julho de Mesquita Filho” – UNESP Rio Claro.

² Departamento de Anatomia, ICB-III, Universidade de São Paulo-USP

Introdução: A junção miotendínea (JMT) é a principal área de transmissão de força e interação entre o tecido muscular e tendíneo. O processo fisiológico de envelhecimento acarreta em diversas alterações nos sistemas corporais humanos onde a sarcopenia resultante da perda progressiva da massa muscular associada a menopausa, promoverá diversas alterações morfológicas na área de interação e contato da JMT, no qual o exercício físico auxiliará como modalidade terapêutica para analisar os efeitos dos possíveis benefícios morfológicos na interface miotendínea. **Objetivo:** O objetivo do presente estudo consistiu em analisar as características ultraestruturais da junção miotendínea do sóleo de ratas *Wistar* idosas ovariectomizadas submetidas ao treinamento aquático. **Metodologia:** Foram utilizadas 40 ratas *Wistar* idosas, divididas em 4 Grupos: Sedentário (S) Treinado (T), Ovariectomizado (O), Ovariectomizado/Treinado (OT). Os Grupos O e OT foram submetidos ao procedimento cirúrgico – ovariectomia. No 4º mês pós operatório, os grupos T e OT foram submetidos à adaptação ao meio líquido e ao protocolo de treinamento aquático com duração de 1h, 5 dias/semana, sobrecarga de 5% da massa corporal, com total de 40 sessões. Ao término do treinamento todos os animais foram eutanasiados e as amostras da JMT do sóleo foram processadas e analisadas ao microscópio eletrônico de transmissão – Jeol 1010 (MET). **Resultados** Os resultados do presente trabalho apresentaram a plasticidade tecidual na organização da JMT, notaram-se a interface margeada por elementos da matriz extracelular constituídas por dobras na membrana sarcoplasmática. Nesta interface, destacou-se a extremidade distal da célula muscular com diferentes formatos, disposições, organização dos sarcômeros em séries e feixes de fibrilas do tecido conjuntivo provenientes da matriz extracelular. **Considerações finais:** Concluímos que a JMT apresentou amplas adaptações na disposição dos sarcômeros em séries, organização dos feixes de fibrilas de colágeno, densidade das invaginações e evaginações sarcoplasmáticas após a ovariectomia e organização com o treinamento aquático.

Palavras-chaves: : Junção Miotendínea, Envelhecimento, Menopausa

ALTERAÇÕES NA CARTILAGEM ARTICULAR DO JOELHO DE RATAS WISTAR OVARIETOMIZADAS SUBMETIDAS À NATAÇÃO

CERRI, B. R.*; FÁVARO, G., HOFFMANN, J. S., SIERRA, L. R., ANARUMA, C. A.,
CIENA, A.P.

“LAMAF” – Laboratório de Morfologia e Atividade Física, Instituto de Biociências,
Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”.

Introdução: A ovariectomia caracteriza-se pela remoção bilateral dos ovários, que acarreta na baixa produção dos hormônios sexuais, por sua vez o organismo fica suscetível à diversas alterações, como a degeneração cartilágnea, logo o exercício físico torna-se excelente prática para amenizar os efeitos deletérios. **Objetivo:** O objetivo deste estudo consistiu em analisar os tipos de colágeno presentes na cartilagem articular do joelho de ratas *Wistar* ovariectomizadas submetidas ao protocolo de natação. **Metodologia:** Foram utilizadas 40 ratas *Wistar* com três meses de idade divididas em 4 Grupos (n=10): Sedentário (S), Treinado (T), Ovariectomizado (O) e Ovariectomizado e Treinado (OT). O procedimento cirúrgico-ovariectomia consistiu na remoção bilateral dos ovários. O protocolo de treinamento-natação realizado diariamente, por 1h, durante 4 semanas com total de 20 sessões e sobrecarga de 5% da massa corporal. Para a realização da técnica de microscopia de luz foram utilizados 5 animais de cada grupo, previamente eutanasiados com overdose de anestésico e preparadas adequadamente de acordo com a técnica a ser realizada. Para Microscopia eletrônica de varredura foram utilizados 5 animais de cada grupo e preparadas adequadamente de acordo com a técnica a ser realizada. Posteriormente montadas em bases metálicas, cobertas com íons de ouro e analisadas no Microscópio Eletrônico de Varredura TM3000 Hitachi da UNESP. **Resultados:** Foram possíveis identificar componentes presentes na capsula articular, além do colágeno Tipo I que teve maior presença nos grupos T e OT, que corrobora com Montes (1996). O colágeno Tipo II encontrado nos grupos S e O é prejudicial pois torna a cartilagem mais rígida, porém menos resistente. **Considerações finais:** Conclui-se que a ovariectomia acarretou em amplas alterações com maior produção de colágeno Tipo II e através do exercício físico proporcionou maior resistência à cartilagem articular devido ao aumento expressivo no colágeno Tipo I.

Palavras-chaves: joelho, ovariectomia, natação.

EFEITOS INFLAMATÓRIOS NA PRÓSTATA DORSOLATERAL DE RATOS UChB SUBMETIDOS AO EXERCÍCIO FÍSICO RESISTIDO E AO CONSUMO DE ETANOL

¹MENEZES, V.A., ¹VERAS, A.S.C., ²PINHEIRO, P.F.F., ²MARTINEZ, F.E.,
¹TEIXEIRA, G.R.

¹Departamento de Educação Física, FCT/UNESP–Campus de Presidente Prudente/SP;

²Departamento de Anatomia Humana, IBB/UNESP–Campus de Botucatu- SP;

Introdução: O etanol é agente tóxico perturbador das integridades fisiológicas e desenvolvimento de estruturas orgânicas envolvidas na reprodução. A próstata dependente de andrógeno possui papel chave no crescimento, manutenção estrutural e funcional. Fatores inflamatórios como NF-kB e citocinas pró inflamatórias TNF- α e IL-6 desregulam o epitélio prostático. **Objetivo:** Analisar os efeitos do exercício físico resistido e consumo de etanol na expressão de NF-kB, TNF- α e IL-6 na próstata dorsolateral ratos UChB. **Metodologia:** Foram utilizados 60 ratos (10 animais/grupo), divididos: ratos UChB com ingestão etanol treinados (EtOH+T) e sedentários (EtOH), ratos UChB sem ingestão etanol treinados (EtOHc+T) e sedentários (EtOHc); Wistars treinados (WT) e sedentários (WCo). Aos 90 dias foi iniciado protocolo de treinamento 3x por semana, durante 14 semanas através de saltos na água (4 séries de 10 saltos, 60 segundos de descanso) com sobrecarga de 50-70% do peso corporal acoplado no tórax. 190 dias de idade os animais foram submetidos a eutanásia por decapitação. Os dados foram analisados pela ANOVA complementado com o teste de Tukey ($p < 0,05$). **Resultados:** Na PD os grupos EtOH+T ($16,37 \pm 0,18$) e EtOHc+T ($16,84 \pm 0,35$) apresentaram maior imunomarcção de NF-kB, em comparação ao grupo de ratos wistars o grupo WCo ($13,30 \pm 0,85$). Na PL houve maior imunomarcção de NF-kB nos grupos EtOH, se comparado aos demais grupos treinados. A PD e PL apresentaram diferenças em relação a imunomarcção de IL-6, o grupo EtOH+T tanto na PD e PL, o grupo WT ($18,06 \pm 0,47$) apresentou maior expressão de IL-6 em relação ao grupo WCo ($15,66 \pm 0,41$). A imunomarcção de TNF- α está mais expressa nas células prostáticas dorsal e lateral do grupo EtOH+T. Concluímos que o treinamento físico e o consumo de etanol aumentam a expressão de NF-kB e IL-6. O aumento de TNF- α aumentou no grupo etanol e exercício, com isso podemos afirmar que a ingestão de etanol aumenta a inflamação prostática. E que o exercício físico atenua os efeitos da inflamação.

Palavras chaves: próstata dorsolateral, exercício resistido, etanol

Apoio Financeiro: FAPESP– Proc.nº2013/25927-0.

EFEITOS DO TREINAMENTO FÍSICO E DIETA HIPERLIPÍDICA NA EXPRESSÃO DE AR E BCL-2 NA PRÓSTATA DE RATOS WISTAR

SANTOS ACV¹, RAMPAZZO GT¹, BIANCHINI DB¹, GABRIEL LMC¹, OLEAN TO¹, ALVES VM¹, CONRADO M F², MONTEIRO P S².

¹ Departamento de Educação Física, Faculdade de Ciência e Tecnologia (FCT) – Universidade Estadual Paulista (UNESP) – Campus de Presidente Prudente – SP – Brasil.

² Departamento de Fisioterapia, Faculdade de Ciência e Tecnologia (FCT) – Universidade Estadual Paulista (UNESP) – Campus de Presidente Prudente – SP – Brasil.

Introdução: Estudos dizem que a dieta hiperlipídica, pode ser indutor do câncer de próstata, alterando o metabolismo e anatomia. A expressão de AR está ligada com a ativação dos genes p21 e regulação do p53, supressor de apoptose. Já a proteína BCL-2 é anti-apoptótica, utilizada como marcador prostático para desregulações do ciclo celular. A expressão de AR reduz BCL-2. O treinamento físico resistido (TF), é usado para reduzir riscos de mortalidade via alterações prostáticas. **Objetivo:** Verificar os efeitos da dieta hiperlipídica (DH) e do TF sob marcação de AR e BCL-2, na próstata de ratos Wistar. **Metodologia:** Foram utilizados 40 ratos machos Wistar, 60 dias, ± 200 g, obtidos junto ao Biotério central da UNESP-Campus de Botucatu, ficaram no Biotério II da FCT - Unesp - Campus de Presidente Prudente. Os animais foram divididos em: S (sedentários), T (treinados), DH (dieta hiperlipídica) e DHT (dieta hiperlipídica mais treino). Aos 60 dias iniciou o TF e DH. Após a adaptação, os animais realizaram 3 séries, 12 repetições, 3x/semana. Aos 150 dias os animais foram eutanasiados, a próstata foi removida e submetida a análise imunohistoquímica, protocolo 02/2015. A quantificação de BCL-2 foi feita no “image-j”, 10 campos, 5. Análise estatística por One Way Anova, pós teste de Tukey, significância $p=0,05$. **Resultados:** DH teve mais ganho de peso ($519,1 \pm 11,3$) que S ($414 \pm 16,2$), T ($378 \pm 9,784$), DHT ($422,1 \pm 15,1$). As médias dos animais foram: S ($59,2 \pm 4,7$), T ($50,6 \pm 11,2$), DH ($47,7 \pm 9,0$), DHT ($40,7 \pm 8,3$) mas não houve diferença significativa. Os S tiveram mais BCL-2 ($15,5 \pm 0,9$) que T ($11,2 \pm 0,9$), o DH aumentou BCL-2 ($16,7 \pm 1,2$) em relação a S ($15,5 \pm 0,9$), T ($11,2 \pm 0,9$) e DHT ($15,9 \pm 1,5$). **Considerações finais:** A DH modificou o peso dos animais e induziu a expressão de AR. O treinamento físico reduziu a ação de BCL-2 e reduziu os efeitos da DH. **Palavras-chaves:** imunomarcção, próstata, DH, TF.

ANÁLISE DO ÂNGULO DE FASE EM IDOSOS SARCOPÊNICOS SEGUNDO SEXO E FORÇA MUSCULAR

BATISTA V.C, SANTOS V.R., GOBBO L.A.

Departamento de Educação Física, Faculdade de Ciências e Tecnologia - UNESP,
Presidente Prudente – SP

Introdução: O ângulo de fase (AnF), obtido a partir da análise de impedância bioelétrica, tem sido utilizado para a análise da saúde celular. Estudos apontam uma relação inversa entre o AnF e a idade, indicando que valores mais elevados do AnF refletem uma melhor integridade celular. Da mesma forma, o AnF pode ser utilizado para prever funcionalidade e estado nutricional, sobretudo em idosos sarcopênicos, com menor massa e força muscular. **Objetivo:** Comparar valores de AnF de idosos sarcopênicos entre os sexos e analisar a correlação entre o AnF e força e massa muscular. **Metodologia:** Vinte e quatro idosos (idade ≥ 60 anos) sarcopênicos de ambos os sexos (mulheres = 62,5%) foram selecionados para participarem do presente estudo. Foram mensurados peso, estatura, além de análise de impedância bioelétrica (IB), a partir de equipamento octapolar. Após a análise de IB, valores de reatância, resistência, AnF e massa musculoesquelética (MME) predita foram registrados. A variável força relativa (FR) foi desenvolvida a partir da razão entre força muscular de preensão manual (FPM) e de tração lombar (FTL) pela MME. Teste t para amostras independentes foi utilizada para a comparação do AnF entre os grupos segundo sexo, e análise de regressão linear foi realizada para análise da correlação entre o AnF e as variáveis de força e força relativa. **Resultados:** Apesar das diferenças significativas entre os sexos para as variáveis FPM, FTL e a força relativa da tração lombar ($p < 0,05$), não houve diferenças para o AnF. Na análise de regressão linear bruta e/ou ajustada por sexo, não houve significância estatística entre o AnF e as variáveis de força muscular ($p > 0,05$). **Considerações finais:** Idosos sarcopênicos, em maior condição de fragilidade, não apresenta diferença de valores de AnF entre os sexos, bem como os valores desta variável não se correlacionaram com variáveis de força muscular.

Palavras-chaves: ângulo de fase, massa musculoesquelética, força muscular.

**UTILIZAÇÃO DE UMA ABORDAGEM METABOLÔMICA NA
INVESTIGAÇÃO DE DIFERENÇAS METABÓLICAS ENTRE
GÊNEROS EM ADOLESCENTES COM SOBREPESO**

FINARDI E. A. R., DUFT R. G., LOPES W. A., LEITE N., CHACON-MIKAHIL
M. P. T., CAVAGLIERI C. R.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

A obesidade na infância e adolescência traz problemas físicos e emocionais, além do surgimento prematuro de comorbidades na vida adulta. As diferenças na composição corporal, tecido adiposo visceral (TAV) e subcutâneo (TAS) entre crianças e adolescentes de diferentes etnias já tem sido elucidada na literatura. A puberdade faz com que ocorram mudanças na sensibilidade à insulina, nos fatores hormonais, endócrinos e hormônios sexuais que mudam a composição corporal e diferem homens de mulheres, porém os mecanismos exatos pelos quais essas mudanças ocorrem ainda precisam ser melhor estudados e detalhados. Para isso a utilização das ciências “ômicas”, que através de tecnologias analíticas avançadas, permite um maior entendimento global do organismo. A metabolômica faz a identificação e quantificação de metabólitos, os chamados bioindicadores, que seriam potenciais biomarcadores, que caracterizariam um organismo. Com isso é possível caracterizar perfis metabólicos entre diferentes populações e gêneros. Neste sentido, o objetivo deste projeto é verificar as diferenças entre o perfil metabólico de adolescentes de ambos os sexos com sobrepeso e encontrar novos bioindicadores dessas diferenças associadas à obesidade. Serão estudados cerca de 40 indivíduos de ambos os sexos na adolescência (13-17 anos) com sobrepeso (IMC entre 25 – 29,9 kg/m²). Os sujeitos selecionados serão distribuídos em: grupo masculino (GM) e grupo feminino (GF). Após a coleta de 8 ml de sangue da veia antecubital, será utilizada a espectroscopia de ressonância magnética nuclear (1H NMR) 600 MHz para a aquisição do espectro. Também será utilizado o software Chenomx versão 7.6 (Edmonton, AB, Canadá) para identificar e quantificar os metabólitos. Sendo assim, a hipótese desse estudo é que haverá diferenças no perfil metabólico entre os adolescentes com sobrepeso e será possível encontrar novos bioindicadores dessas diferenças. Agradecimentos especiais para o Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) pela bolsa de estudos fornecida para este projeto.

Palavras chaves: Perfil metabólico, gênero, obesidade, metabolômica

RELAÇÃO ENTRE CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO E DESARMES EM FUTEBOLISTAS AMADORES

Pedro Victor Felisberto da Silva ^{1,2}, Denise Rodrigues Bueno ¹, Sylvia Cheidid Seidinger ¹, Tabata Bellé¹, Camila Buonani ^{1,2}
Faculdade de Ciências e Tecnologia - UNESP, Presidente Prudente – SP

Introdução: A capacidade cardiorrespiratória e o desempenho técnico são componentes fundamentais para a melhora do rendimento em esportes como o futebol, no entanto, há poucos estudos que investigaram as relações entre essas variáveis durante jogos formais.

Objetivo: Analisar a relação entre o consumo máximo de oxigênio (VO_{2max}) com desarmes certos em futebolistas amadores durante jogos formais.

Metodologia: Estudo de caráter transversal desenvolvido em Presidente Prudente – SP
Amostra: Futebolistas amadores do sexo masculino

Variáveis do estudo: Massa corporal: balança eletrônica; Estatura: estadiômetro fixo; Consumo máximo de oxigênio (VO_{2max}): yoyo intermitente.

Registro das ações técnicas: filmagem dos jogos, foram registradas frequências de desarmes certos e errados.

Tratamento estatístico: Regressão linear múltipla para verificar a associação entre VO_{2max} e desarmes durante jogos de futebol. Para análise estatística foi utilizado *Software* SPSS (versão 20.0) com significância estatística de 5%.

Resultados: Foram avaliados 44 futebolistas amadores com idade entre 16 e 33(19.61 ± 3.31) anos e valores médios de estatura de $1,79(\pm 0,08)$ m, massa corporal de $72,96(\pm 9,71)$ kg e VO_{2max} de $46,74(\pm 3,65)$ ml/kg/min.

Na tabela 1 se apresenta o modelo de regressão linear múltipla gerado após tratamento estatístico, na qual é apresentada associação entre capacidade cardiorrespiratória e ações técnicas de futebolistas amadores.

Tabela 1. Modelo de regressão linear múltipla para associação entre capacidade cardiorrespiratória e desarmes certos de futebolistas amadores.

	β	p	R ²
Desarmes certos	0,589	0,013	0,346

VO_{2max} = consumo máximo de oxigênio

Teste estatístico: regressão linear múltipla, $p < 0,05$

Considerações finais: O VO_{2max} apresentou relação significativa com os desarmes certos em futebolistas amadores em jogos formais.

Palavras-chaves: Desempenho atlético, ações técnicas e futebol.

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E DOENÇAS METABÓLICAS E CARDIOVASCULARES EM PACIENTES DO SUS

TRINDADE, A. C. A. C.; ARAUJO, M. Y. C.; ROCHA, A. P. R.; GOBBO, L. A.;
CODOGNO, J. S.

Faculdade de ciência e tecnologia - UNESP, Presidente Prudente – SP

Introdução: O aumento da população idosa vem acompanhado de maior prevalência de doenças metabólicas e cardiovasculares, fato que pode ser minimizado em decorrência de estilo de vida saudável e ativo. **Objetivo:** Analisar a ocorrência de doenças metabólicas e cardiovasculares em pacientes atendidos pelo Sistema Único de Saúde, de acordo com o nível de atividade física. **Metodologia:** Estudo descritivo de caráter transversal, realizado com 542 adultos de ambos os sexos com idade igual ou superior a 50 anos (média de 61,9 ± 9,2 anos), todos atendidos em duas Unidades Básicas de Saúde (UBS) do município de Presidente Prudente/SP. Para análise do nível de atividade física, utilizou-se o questionário de Baecke *et al.* (1982), validado nacionalmente para adultos por Florindo *et al.* (2004), constituído por 16 questões de múltipla escolha (escala *Likert*) contemplando os domínios: ocupacional, exercício físico e lazer/locomoção, a soma dos mesmos denotou o nível de atividade física habitual. O diagnóstico de doenças metabólicas e cardiovasculares foi verificado através de entrevista utilizando o questionário de morbidades referidas utilizado por Freitas Júnior *et al.* (2009). A análise estatística foi composta pelo teste qui-quadrado utilizado para verificar associação entre as variáveis dependentes (doenças metabólicas e cardiovasculares) e independente (nível de atividade física), o nível de significância adotado foi de p -valor <0,05 e o software utilizado foi o BioEstat (versão 5.0). **Resultados:** Das doenças estudadas apenas arritmia cardíaca ($p=0,033$) apresentou associação com o nível de atividade física. **Considerações finais:** Embora exista pouca informação sobre arritmia e atividade física habitual, a literatura indica a existência da associação entre o nível de atividade física e a prevenção de diversas causas de mortalidade por motivos cardiovasculares. **Conclusão:** O nível de atividade física está associado ao acometimento de arritmia cardíaca em pacientes com idade acima de 50 anos atendidos pelo Sistema único de Saúde de Presidente Prudente/SP.

Palavras-chaves: SUS, Doenças Metabólicas/Cardiovasculares, Atividade Física.

Treinamento intermitente de alta intensidade e regulação da massa corporal adiposa e controle do apetite

CALDEIRA, R.S; SANTOS, T; LIRA, F.S.

Faculdade de Ciências e Tecnologia – UNESP, Campus de Presidente Prudente–SP.

Introdução: Há uma grande importância em compreender os mecanismos que regulam o peso corporal, o envolvimento com programas de treinamento físico estão intimamente relacionados à redução e manutenção da massa corporal adiposa, apresentando-se como uma excelente estratégia no combate e prevenção a obesidade. Sendo assim o treinamento aeróbio intermitente de alta intensidade, apresenta-se como uma alternativa de otimização no processo de emagrecimento. Estudos demonstram que assim como o treinamento tradicional (contínuo, de intensidade moderada), o modelo intermitente em alta intensidade possui potencial para promover redução de gordura corporal similar ou até superior ao modo tradicional. **Objetivo:** Foi verificar o papel do exercício aeróbio intermitente de alta intensidade sobre a regulação do tecido adiposo em adultos. **Metodologia:** Durante seis semanas 18 homens, fisicamente ativos realizaram três sessões semanais de exercício de corrida em esteira ergométrica. Os sujeitos foram randomizados em treinamento intermitente de alta intensidade (TIAI) ou treinamento contínuo de intensidade moderada (TCIM). A composição corporal foi mensurada por Impedância Bioelétrica e controle do apetite (escala subjetiva) foram avaliados antes e após o período de treinamento. Para análise dos dados foi aplicado ANOVA two-way com medidas repetidas e Post-test Tukey, adotando $p < 0,05$. **Resultados:** Os diferentes programas de treinamento direcionaram para redução da massa adiposa após 6 semanas de treinamento ($p < 0,05$), porém o grupo TIAI exibiu redução mais acentuada quando comparado ao grupo TCIM ($p < 0,05$). A ingestão alimentar não apresentou diferenças entre os grupos ($p > 0,05$), embora o grupo TIAI apresente menores valores quando comparado ao grupo TCIM. **Considerações finais:** Tomados em conjunto, nossos dados demonstraram a efetividade dos diferentes programas de treinamento. Mais estudos são necessários para melhor elucidação dos mecanismos envolvidos no controle da massa adiposa.

Palavras-chaves: Treinamento Físico, Tecido Adiposo, Ingestão Alimentar.

INTERVENÇÃO DE EXERCÍCIO FÍSICO EM UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

BORTOLUCCI M. C. T, SPOSITO C. A. L, KOKUBUN E

Faculdade de Educação Física - UNESP, Rio Claro –SP

Introdução: Cerca de 51% da população brasileira é inativa (VIGITEL, 2014). Estudos comprovam que praticar atividade física gera efeitos positivos para a prevenção e controle de doenças crônicas (MATSUDO, 2001). Sendo assim, a UNESP Rio Claro desenvolve o Programa de Exercícios Físicos em Unidades Básicas de Saúde (PEFUS). Objetivo: Comparar em diferentes momentos o desenvolvimento das capacidades físicas de idosas praticantes do PEFUS. Metodologia: A amostra foi composta por 10 idosas, com idade ($63,53 \pm 4,71$) e IMC de ($28,99 \pm 6,30$). Como critérios de inclusão considerou-se frequência de 75% e participação nos três testes de aptidão física ao longo de 1 ano. A intervenção envolve exercícios cardiorrespiratórios e exercícios neuromotores, sendo realizada em dois dias na semana, durante 60 min (KOKUBUN, 2007). Para avaliar as capacidades físicas: flexibilidade, coordenação, agilidade e equilíbrio dinâmico, força e capacidade aeróbia foi utilizada a bateria de testes da AAHPERD (OSNESS, 1990) em três momentos distintos durante o ano de 2015, sendo nos períodos de: março, julho e dezembro. Para a análise estatística verificou-se a normalidade dos dados através do teste de Shapiro-Wilk, em seguida utilizou-se o teste de Anova para comparação entres os momentos, adotando-se $p < 0,05$. Resultados: Não foram encontradas diferenças significativas para $p < 0,05$ em nenhum dos momentos, indicando manutenção das capacidades físicas. Contudo, verificou-se que a classificação para as capacidades: flexibilidade, agilidade e equilíbrio dinâmico, coordenação e força apresentaram-se como “Boa” e somente a capacidade aeróbia classificou-se “Muito fraca” durante o ano (ZAGO, 2003). Considerações finais: Com a diminuição das capacidades físicas ao longo do envelhecimento nota-se que a prática de exercícios regulares de caráter cardiorrespiratório e neuromotor podem realizar a manutenção das capacidades físicas em idosas. Ainda, é importante incentivar mais práticas de caráter cardiorrespiratório, como caminhadas, em ambientes além do PEFUS, a fim de se garantir maiores benefícios para mulheres idosas.

RELAÇÃO ENTRE FUMO PASSIVO E EXERCÍCIO FÍSICO NOS RECEPTORES DE GLICOCORTICOIDES PROSTATICOS

BAPTISTA D. B.¹, TEIXEIRA, G. R.¹, MENEZES V. A.¹, VERAS A. S. C.¹,
CHAGAS L. G. M.¹, SERAPHIM P. M.².

¹Departamento de Educação Física, FCT/UNESP, Presidente Prudente/SP.

² Departamento de Fisioterapia, FCT/UNESP, Presidente Prudente/SP.

Introdução: A próstata é uma glândula sexual acessória masculina, com importante função no processo de reprodução. Os Receptores de Glicocorticoides (GR) mostraram fortes associação quanto suas altas expressões e desenvolvimento do câncer. Estudos com exercício físico evidenciaram inúmeros benefícios inclusive prevenção do câncer prostático. **Objetivo:** Quantificar as expressões dos receptores GR na próstata de ratos Wistar submetidos ao exercício físico e o fumo. **Métodos:** Foram utilizados 40 ratos machos adultos (60 dias) da variedade Wistar distribuídos em quatro grupos com 10 animais cada: controle (C); exercício (E); fumantes (FUMO); e fumo + exercício (FUMO + E). A exposição ao tabaco foi através de inalação de fumaça compreendido por duas fases: adaptação (2 cigarros/dias a 10 min) e experimental (4 cigarros/30 min, 2x/dia, 5 dias por semana, durante 60 dias). O protocolo de treinamento aeróbico foi desenvolvido em 8 semanas em esteira rolante com uma semana de adaptação, com carga progressiva. O treinamento consistiu de cinco sessões/semana com duração de 60 minutos cada sessão, velocidade de 10m/min. Aos 120 dias de idade os animais foram submetidos a eutanásia, a região intermediária e distal da próstata ventral (PV) foi coletada, dissecada e processadas por métodos de Imunohistoquímica. Comitê de Ética (Protocolo 1/2012). **Resultados:** O peso da próstata dos animais fumantes foi menor ($0,581 \pm 0,09$) comparado ao grupo FUMO+E ($0,748 \pm 0,165$). Para as marcações de GR foram observadas maiores expressões no grupo FUMO ($84,4\% \pm 2,2$) comparados ao grupo C ($73,4\% \pm 1,2$), em contrapartida, os animais do grupo E apresentaram menor média ($66,3\% \pm 2,4$) em relação ao grupo C. Animais do grupo FUMO + E apresentaram menor média ($75,2\% \pm 1,9$) em relação ao grupo FUMO. **Considerações Finais:** Concluímos que o fumo aumenta as expressões de GR, em contrapartida o exercício físico atua suprimindo essas expressões, e quando associado o exercício físico e fumo as expressões se normalizam.

Palavras-Chaves: Próstata, Exercício Físico e Fumo.

Respostas autonômicas e anti-aterogênicas do HIIT de alta intensidade combinado com treinamento de força.

FIGUEIREDO C., LIRA F.S, ANTUNES B. M. M , EDUARDO Z. C., VANDERLERLEI L. C., .

Faculdade de Ciências e Tecnologia - UNESP, Presidente Prudente – SP

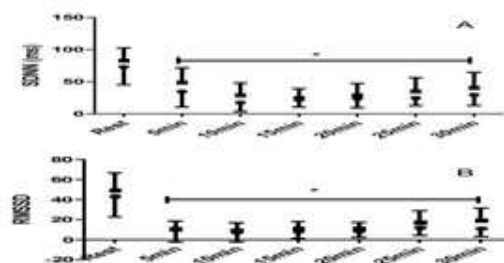
Introdução: A inatividade física e hábitos alimentares inadequados são gatilhos para o desenvolvimento de alterações metabólicas, tais como elevação da LDL-c e TAG, redução da HDL-c e mudanças na glicemia de jejum. Esses distúrbios, principalmente os associados com o perfil lipídico, afetam a funcionalidade do SCV por meio de alterações na VFC, PA e FC, além de promover disfunções endoteliais e inflamatórias. Em contrapartida, o exercício físico regular exerce papel anti-inflamatório e anti-aterogênico, sendo o HIIT associado com o treinamento de força um interessante modelo para beneficiar parâmetros cardiovasculares.

Objetivo: Avaliar o efeito de oito semanas do HIIT combinado com o treinamento de força na modulação autonômica e resposta anti-aterogênica em homens.

Metodologia: Dez homens (idade: 18 a 35; IMC: 23.7 ± 2.52 kg.m⁻¹) realizaram o HIIT associado com o treinamento de força durante 8 semanas. Índices de VFC e amostras de sangue foram obtidos. ANOVA de duas vias para medidas repetidas foi utilizada com o Bonferroni post-hoc.

Resultados:

Variáveis	Pré-treino	Pós-treino
HDL-c (mg·dL ⁻¹)	31.50 ± 4.56	34.73 ± 4.29*
LDL-c (mg·dL ⁻¹)	127.21 ± 43.64	132.01 ± 50.49
BDNF (ng·mL ⁻¹)	108.88 ± 56.73	92.69 ± 15.92
PAI-1 (ng·mL ⁻¹)	11.44 ± 2.63	13.26 ± 1.71
SDNN (ms)	73.09 ± 27.80	82.84 ± 19.63
RMSSD (ms)	43.35 ± 20.51	49.48 ± 17.14
LF (n.u.)	61.52 ± 16.08	63.80 ± 10.40
HF (n.u.)	38.48 ± 16.08	36.21 ± 10.42



Considerações finais: Em resumo, concluímos que oito semanas de HIIT combinado com treinamento de força foram capazes de promover efeitos anti-aterogênicos e autonômicos positivos.

Palavras-chaves: Doenças cardiovasculares, citocinas e exercício físico.

EFEITOS DO EXERCÍCIO FÍSICO RESISTIDO E DIETA HIPERLIPÍDICA NA EXPRESSÃO HEPÁTICA DE CD36 EM RATOS WISTAR.

CHAGAS L.G.M.¹, TEIXEIRA G.R.¹, OLIVEIRA T.O.¹, MENEZES V.A.¹,
SERAPHIM P.M.², BAPTISTA D.B.¹, VERAS A.C.S.¹
FCT-UNESP - Universidade Estadual Paulista, Presidente Prudente – SP

Introdução: O excesso na expressão de CD36 hepática está correlacionada com doenças metabólicas, advindas do um estilo de vida sedentário associado a uma dieta hiperlipídica. **Objetivo:** Quantificar expressão da proteína CD36 no fígado de ratos Wistar submetidos a dieta hiperlipídica e exercício físico resistido intermitente. **Metodologia:** Foram utilizados 40 Ratos da variedade Wistar distribuídos igualmente em quatro grupos; Controle (C); Treinado (T); Dieta Hiperlipídica (DH); e Dieta Hiperlipídica Treinado (DHT). Os animais dos grupos (C) e (T) foram alimentados com ração padrão e água de torneira fornecida a vontade; grupos obesos (DH) e (DHT) seguiram uma dieta Hiperlipídica a partir do segundo mês de vida. Modelo de treinamento intermitente com pesos usado foi proposto por Tetsuro Tamaki et al. 1992, com adaptações. O protocolo era 3 series com 12 repetições, 3x/semana, com incremento de peso crescente até o fim do estudo. A quantificação da expressão de CD36 foi feita por análise de imagens, utilizando 10 campos por animal e 5 animais por grupo, a estatística foi dada pela análise One Way ANOVA complementada pelo teste de Tukey. Aos 150 dias de idade os animais foram submetidos a eutanásia e o fígado removida para análises imunohistoquímicas. **Resultados:** Sobre a composição corporal do animais os resultados mostraram significância, quando comparamos os animais do grupo DH com os demais grupos C, T e DHT (<0,05), na variáveis; Peso Corporal Final, Ganho de peso e peso absoluto do tecido adiposo, para as marcações de CD36 foram observadas maiores expressões no grupo DH (18,7±1,4) comparado com os grupos C, T e DHT (8,9±2,3; 5,2±2,9; 11,8±2,3), o grupo T (5,2±2,9) apresentou menor média entre os grupos e se mostrou diferente quando comparado com o grupo DHT (11,8±2,3). **Considerações finais:** Concluimos que a dieta hiperlipídica aumenta a expressão de CD36, porém o exercício físico resistido pode atenuar esse quadro.

Palavras-chaves: Fígado, Dieta Hiperlipídica, Exercício Físico.

Tabela 1 - Valores de composição corporal dos animais submetidos ao exercício e DH

Variáveis	C	DH	T	DHT
Peso corporal fina (g)	414,0±51,2 ^a	519,1±36,0 ^b	378,0±30,9 ^a	422,1±47,8 ^a
Ganho de peso (g)	134,7±32 ^a	229,6±26 ^b	110,6±25 ^a	137,5±49 ^a
Peso absoluto do fígado (g)	11,420±1,2 ^a	14,055±1,6 ^b	9,811±1,8 ^a	10,544±1,1 ^a
Peso relativo do fígado (%)	2,75±0,195 ^a	2,70±0,194 ^a	2,58±0,343 ^a	2,50±0,186 ^a
Peso absoluto do tecido adiposo (g)	3,343±1,9 ^a	9,351±4,9 ^{bc}	3,082±1,5 ^a	6,496±3,6 ^{ac}
Peso relativo do tecido adiposo (%)	2,71±0,96 ^{ac}	6,0±1,29 ^{bd}	2,4±0,64 ^a	4,53±1,65 ^{bc}
Índice de Lee (g/cm ³)	0,315±0,01 ^a	0,333±0,006 ^b	0,309±0,006 ^a	0,315±0,007 ^a

Médias seguidas de letras minúsculas diferentes p<0,05; letras minúsculas semelhantes p>0,05 entre os grupos. Teste One Way Anova, Valores expressos em média±EPM, (n=10 ratos/grupo)

ASSOCIAÇÃO ENTRE A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS E EQUILÍBRIO EM IDOSOS DINAPÊNICOS E SAUDÁVEIS

PEREIRA C. G. S, SANTOS V. R, BATISTA V. C, MUNIZ C. F, BERTOLINI G. N, GOBBO, L. A.

Laboratório de Avaliação do Sistema Musculoesquelético – LABSIM, Departamento de Educação Física, Faculdade de Ciências e Tecnologia – FCT UNESP, Campus de Presidente Prudente - SP.

Introdução: A força muscular é uma capacidade física que sofre declínio com o envelhecimento e, essa redução é definida como dinapenia. Com a presença da dinapenia o equilíbrio pode ser prejudicado, e por consequência, afetar o desempenho nas atividades de vida diária. A prática regular de exercícios físicos pode ser uma estratégia para melhorar a força muscular e, conseqüentemente o equilíbrio de idosos. **Objetivo:** Analisar a associação entre a prática de exercícios físicos e equilíbrio em idosos dinapênicos e saudáveis. **Métodos:** A amostra foi constituída por 375 idosos com idade entre 60 e 97 anos (70 ± 7 anos), e desses 114 eram homens e 261 (70%) mulheres do município de Presidente Prudente-SP. O equilíbrio estático e dinâmico foram avaliados por meio de dois testes funcionais propostos pela literatura. Para estimar a força muscular foi realizado teste de dinamometria de preensão manual. A prática de exercícios físicos foi verificada por meio de entrevista face a face. Foi empregado o teste qui-quadrado para verificar a associação entre a prática de exercícios físicos e equilíbrio, e análise de regressão logística binária para construção de modelo múltiplo. Todas as análises foram realizadas utilizando o pacote estatístico SPSS versão 17.0, com nível de significância estabelecido em 5%. **Resultados:** Foi verificada associação entre a prática de exercícios físicos e equilíbrio em idosos, com maior chance de risco para baixo equilíbrio estático OR:3,29 [IC95% 1,03-10,53] em idosos dinapênicos e equilíbrio dinâmico OR:2,00 [IC95% 1,10-3,63] e OR:13,15 [IC95% 6,09-28,40] em idosos saudáveis e dinapênicos, respectivamente, que não praticam exercícios físicos regularmente, independente do sexo e da idade. **Considerações finais:** A prática regular de exercícios físicos está inversamente associada ao baixo equilíbrio, especialmente em idosos dinapênicos, independente do sexo e da idade. Desse modo, a prática de exercícios físicos pode atenuar a dinapenia e, conseqüentemente melhorar o equilíbrio de idosos.

Palavras-chaves: Dinapenia, Equilíbrio e Exercício Físico.

Manipulação do movimento dos membros superiores melhora o andar de idosos com doença de Parkinson.

¹ZAMPIER, V.C.; ¹VITÓRIO, R.; ¹BERETTA, V.S.; ¹SANTOS, P.C.R.; ¹GOBBI, L.T.B.

¹ Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”/ UNESP- Rio Claro

A redução do balanço dos membros superiores (MMS) é comumente observada na doença de Parkinson (DP). Apesar de haver relação entre o balanço dos MMS com a marcha de idosos saudáveis, poucos estudos investigam essa relação na DP. Portanto, o objetivo foi verificar o efeito do aumento da amplitude e da frequência dos MMS na marcha de idosos com DP e saudáveis. Participaram desse estudo 17 idosos com DP e 19 neurologicamente saudáveis (GC) que foram convidados a percorrer uma distância de 10 metros em 4 condições de andar: Andar em velocidade preferida (VP); com aumento da amplitude dos MMS (AB); com aumento da frequência dos MMS (FB); e sem o balanço dos MMS (SB), realizando 5 tentativas para cada condição. Os parâmetros espaços-temporais da marcha foram coletados por meio de um tapete eletrônico. Para análise estatística foi realizada ANOVA two-way (grupo x condição). A ANOVA apontou que idosos com DP apresentaram menor comprimento e velocidade da passada ($p < 0,001$) e maior tempo em duplo suporte ($p < 0,001$) quando comparado ao GC. Ainda, ambos os grupos apresentam maior tempo em duplo suporte em VP quando comparado com o AB e FB ($p < 0,001$). Também, apresentaram maior duplo suporte em SB em relação à AB e FB ($p = 0,001$). Por fim, apresentaram maior velocidade da passada na condição FB quando comparado às outras condições, e maior velocidade na condição AB em relação à VP ($p = 0,02$). Concluímos que idosos com DP apresentam alterações na marcha quando comparados ao GC pelo menor comprimento e velocidade da passada e maior tempo em duplo suporte. Além disso, a diminuição do balanço dos MMS parece diminuir a estabilidade e a mobilidade dos idosos. Já em situações com aumento do balanço dos braços os idosos podem aumentar a velocidade e diminuir o tempo em duplo suporte, melhorando a mobilidade nessa população.

Palavras chaves: Doença de Parkinson, Marcha, Balanço dos membros superiores.

IMPORTANTE: Formatação do texto: Papel A4, Letra Times New Roman 12 (exceto o título que deverá ser Times New Roman 14), espaço simples, parágrafo único e justificado, margens de 3 cm. O conteúdo não poderá exceder uma folha. ENVIAR EM PDF.

TEMPO SENTADO ASSISTINDO TELEVISÃO E A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM MULHERES SOBREVIVENTES AO CÂNCER DE MAMA E TAMBÉM NAQUELAS SEM A DOENÇA

ARO B. L.; PAULO T. R. S.; VIEZEL J.; SEIDINGER S. C.; TRINDADE A. C. A. C.
CHRISTOFARO D. G. D.; FREITAS JR. I. F.

Faculdade de Ciências e Tecnologia - UNESP, Presidente Prudente – SP

Introdução: O câncer de mama é o segundo tipo de câncer que mais acomete as mulheres, o comportamento sedentário é considerado um fator de risco e em contrapartida, a prática de atividade física é considerada como um fator de proteção para esta doença. **Objetivos:** Analisar a relação entre o tempo sentado assistindo televisão e a prática de atividade física em mulheres sobreviventes ao câncer e também naquelas sem a doença. **Métodos:** A amostra foi composta por mulheres com idade entre 50 e 80 anos (63.16 ± 8) pós-menopausa que fazem uso de AIs para o tratamento de câncer de mama, divididos em dois grupos; grupo sem câncer ($n = 63$) e câncer de mama ($n = 35$). O tempo assistindo televisão foi avaliado pelo somatório do número de horas por dia assistindo televisão durante a semana e o final de semana. A prática de atividade física foi avaliada por meio do questionário de Baecke considerando o somatório das atividades físicas no trabalho, lazer e atividade ocupacionais o que gerou um escore de atividade física total. Para verificar a associação entre o tempo gasto assistindo televisão e a prática de atividade física em mulheres sobreviventes do câncer de mama (SCM) e mulheres sem o problema foi utilizada a Regressão Linear. O nível de significância adotado foi de 5% e o intervalo de confiança de 95%. **Resultados:** O tempo gasto pelas mulheres SCM foi associado de forma inversa a prática de atividade física; $\beta = -0,79$ (IC: -1,40; -1,79 [$p=0,013$]) e o mesmo ocorreu nas mulheres sem o câncer de mama $\beta = -0,58$ (IC: -0,93; -0,23 [$p=0,002$]). **Considerações Finais:** Baseado nos achados desse estudo, conclui-se que o tempo de tela assistindo televisão é relacionado a menor prática de atividade física tanto em mulheres sobreviventes ao câncer de mama como naquelas sem a doença. **Palavras-chaves:** Comportamento sedentário; Câncer de mama; Atividade física.

PRESSÃO ARTERIAL APÓS EXERCÍCIO DE FORÇA E AERÓBIO COM RESTRIÇÃO DO FLUXO SANGUÍNEO

SANTOS LC, SARDELI AV, FERREIRA MLV, CAVAGLIERI CR, CHACON-
MIKAHIL MPT

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Introdução: O exercício de baixa intensidade com restrição do fluxo sanguíneo (RFS) promove benefícios similares a exercícios convencionais de força (EF) e aeróbio (EA). EA e EF com RFS são capazes de aumentar a força e a massa muscular, sendo uma alternativa para idosos. No entanto, não existe consenso qual desses protocolos é mais seguro para o sistema cardiovascular. **Objetivo:** Comparar os efeitos do exercício aeróbio com restrição de fluxo sanguíneo (EA-RFS) e exercícios de força com restrição de fluxo sanguíneo (EF-RFS) sobre PAS e PAD de idosos saudáveis. **Métodos:** Após triagem e testes clínicos, 17 idosos participaram do estudo (9♀ e 8♂, 63,5±4,2anos, 65,6±12,8kg). Após familiarização com protocolos, teste de força máxima (1RM), teste de aptidão aeróbia (VO₂máx.), os voluntários foram randomizados em um estudo *cross-over*. Os protocolos EA-RFS (20 minutos de caminhada em esteira com 40% do VO₂máx. e 50% de RFS.) e EF-RFS (uma série de 30 repetições + 3 séries de 15 repetições, com 30% de 1RM e 50% de RFS) foram separados por um período mínimo de 72 horas. PAS e PAD foram registradas pelo Finometer-PRO (Finapres Medical Systems). Foi realizada a análise de modelo misto para medidas repetidas e post hoc de Bonferroni - SPSS. **Resultados:** Não houve diferença entre sessões no momento pré para PAS e PAD. Ambos os protocolos aumentaram a PAS e PAD no final do exercício, com maiores picos para EF-BFR. Após 15 segundos do final dos protocolos de exercícios, PAS e PAD retornaram aos níveis basais, porém PAS foi maior para EF-RFS. PAD após 30 minutos de esforço foi maior superior em EA-BFR. **Conclusão:** Ambos os protocolos de exercícios com RFS permitiram rápido retorno da PAS e PAD aos níveis basais, com EF-RFS apresentando valores mais elevados da PAS e PAD.

Palavras-chaves: *Exercício aeróbio, Exercício de força, Restrição do fluxo sanguíneo.*

EFEITO DO TREINAMENTO COMBINADO NA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS HIPERTENSOS

GADELHA VB, SARDELI AV, CAVAGLIERI CR, CHACON-MIKAHIL MPT

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP.

Introdução: Ao longo do processo de envelhecimento, o organismo tem uma perda gradual nas reservas fisiológicas, um aumento do risco de doenças e um declínio geral na capacidade funcional do indivíduo, que podem culminar em redução da qualidade de vida (QV) do mesmo. Uma das doenças mais prevalentes em idosos é a hipertensão arterial, que mesmo quando controlada, também pode prejudicar a QV destes. Hábitos como a prática de exercício físico regular podem reduzir a pressão arterial em repouso, reduzir os picos durante o esforço entre outros incômodos que acompanham o indivíduo hipertenso. **Objetivo:** Identificar o efeito do treinamento combinado - força e aeróbio - sobre a QV. **Métodos:** A QV será avaliada por meio de instrumentos internacionais validados em população brasileira, WHOQOL-bref e SF-36, antes e após 16 semanas de treinamento combinado. **Cronograma:** Pesquisa Bibliográfica de Agosto/2016 a Fevereiro/2017, Coleta de Dados de Outubro/2016 a Maio/2017, Preparação do relatório parcial e final de Janeiro/2017 a Julho/2017. **Resultados esperados:** Esperamos que o treinamento combinado eleve significativamente os escores de QV, principalmente nos âmbitos físicos como capacidade funcional, dor, estado geral da saúde, vitalidade, aspectos sociais, aspectos emocionais, saúde mental dos idosos estudados.

Palavras-chaves: Treinamento Combinado, Hipertensão, Idosos, Qualidade de Vida.

Autophagy and Metabolic Signaling in Human Skeletal Muscle after Acute Low-Intensity Exercise Cycling with Blood Flow Restriction.

TELLES, G.D.¹, SMILES W. J.², CONCEIÇÃO M. S.¹, HAWLEY J. A.², CAMERA D.M.², CAVAGLIERI, C.R.¹, CHACON-MIKAHIL, M. P. T.¹.

¹Faculty of Physical Education, University of Campinas, Campinas, Brazil.

²Mary MacKillop Institute for Health Research, Centre for Exercise and Nutrition, Australian Catholic University, Melbourne, Victoria, Australia.

INTRODUCTION: Autophagy is an intracellular degradative system sensitive to hypoxia and exercise-induced perturbations to cellular bioenergetics. However, the effects of low-intensity endurance-based exercise performed with blood flow restriction (BFR) on cell signaling adaptive responses regulating autophagy and substrate metabolism in human skeletal muscle are unknown. **AIM:** To investigate autophagic cell signalling responses to low-intensity cycling undertaken with BFR and compare these responses to traditional bouts of REX and END. **METHODS:** In a randomized cross-over design, 9 young, healthy but physically inactive males completed three experimental trials consisting of either a resistance exercise bout (REX: 4 × 10 leg press repetitions, 70% 1-RM), endurance exercise (END: 30 min cycling, 70% VO₂peak), or low-intensity cycling with BFR (15 min, 40% VO₂peak). A resting muscle biopsy was obtained from the vastus lateralis two weeks prior to the first exercise trial and 3 h after each exercise bout. Data were analyzed using one-way repeated measures ANOVA with Student-Newman-Keuls post hoc analysis (time × treatment). When tests for normality and/or equal variance failed, data were log-transformed and statistical inferences were made based on these data. Statistical significance was set to P<0.05. **RESULTS:** END increased ULK1Ser757 phosphorylation above rest and BFR (~37-51%, P<0.05). Following REX there were significant elevations compared to rest (~348%) and BFR (~973%) for p38 MAPKThr180/Tyr182 phosphorylation (P<0.05). Parkin content was lower following BFR-cycling compared to REX (~20%, P<0.05). There were no exercise-induced changes in select markers of autophagy following BFR. Genes implicated in substrate metabolism (HK2 and PDK4) were increased above rest (~143-338%) and BFR-cycling (~212- 517%) with END (P<0.001). **FINAL CONSIDERATIONS:** We provide novel data demonstrating that a single bout of low-intensity cycling with BFR is insufficient to induce intracellular “stress” responses (e.g., high rates of substrate turnover, local hypoxia) necessary to activate skeletal muscle autophagy signaling.

Key-Words: Blood Flow Restriction, aerobic exercise, autophagy.

TESTE ESPECÍFICO PARA DETERMINAÇÃO DA INTENSIDADE DO JOGO DE FUTSAL

FERNANDES JÚNIOR, R. ; DOS-SANTOS, J.W.

Departamento de Educação Física – Faculdade de Ciências – UNESP – Bauru – SP

O futsal é um esporte intermitente, com ações físicas, técnicas e táticas. Na literatura ainda não há um teste que simule o jogo de futsal. O presente estudo tem o objetivo de criar um teste específico que simule a intensidade do jogo, através da observação das ações técnicas (passe, condução, drible e finalização) e do deslocamento (corrida de baixa intensidade, aceleração e desaceleração, corridas em alta intensidade, mudança de direção, corrida de costas) que ocorrem numa partida de futsal. A amostra será composta por 10 jogadores de futsal de uma equipe da Liga Paulista/SP, todos jogadores de linha. A frequência cardíaca (FC) será monitorada durante os jogos e ao final de cada jogo será verificada a percepção subjetiva de esforço (PSE). Cronograma inclui três jogos em intervalo de um mês, que serão filmados para posterior análise. A partir das ações técnicas, movimentação, relação esforço/pausa, tempo em jogo de cada jogador e sequência das ações, será criado um teste específico (T-Fut) para simular a intensidade do jogo. O T-Fut será elaborado em prazo de 2 meses e após a sua criação, dentro um período de 2 semanas a reprodutibilidade do T-Fut será verificada em teste e re-teste (intervalo 48-72h) e a confiabilidade do T-Fut será feita com a comparação entre os dados obtidos no jogo e no teste. A análise estatística será feita com base na média entre os jogos e compreenderá correlação intraclasse e teste-t pareado para FC e correlação de Spearman e teste Wilcoxon para a PSE ($P < 0,05$). Espera-se que o T-Fut seja reprodutível e que simule a intensidade do jogo, uma vez que será realizado com base no jogo real. Assim, o T-Fut poderá ser utilizado em estudos que procurem fazer análises básicas ou avançadas, que não são possíveis de serem realizadas durante a partida.

Palavras-chaves: teste, simulação, futsal.

EFEITOS NA QUALIDADE DO SONO EM PRATICANTES DE EXERCÍCIO SOB INGESTÃO DE SUPLEMENTAÇÃO NOTURNA

GOMES M.A, ESTEVES A.M.

Faculdade de Ciências Aplicadas - UNICAMP, Limeira – SP

Introdução: Atualmente, jovens e adultos começaram a frequentar academias em maior instância no período noturno, pois é o único horário disponível que encontram em sua rotina. Ao frequentarem academias no período noturno, administram suplementos no mesmo período, algumas vezes, minutos antes de dormir. A qualidade do sono é um fator que influencia diretamente no exercício, assim, a devida suplementação realizada no período noturno é um fator a ser estudado. **Objetivo:** Analisar e comparar os efeitos na qualidade do sono (QS) em jovens praticantes de exercício de força sob administração de suplementação noturna, nas quais envolvem os seguintes suplementos: Whey Protein (WP), BCAA, Creatina e Bebidas de Recuperação (BR). **Metodologia:** Foram recrutados 51 jovens entre 18 e 27 anos ($21,7 \pm 3,19$) praticantes de exercício de força com tempo mínimo de 2 meses e que administravam algum dos suplementos: WP, BCAA, Creatina ou BR a partir das 18:00h (exceto grupo Controle). Os questionários utilizados foram: Questionário de Pittsburg, de Horne & Ostberg, Escala de Epworth, Diário do Sono. **Resultados:** Foi verificado que indivíduos que suplementam com BR apresentam uma melhor QS, já indivíduos que não suplementam (CTRL) apresentam menor latência do sono e melhor eficiência do mesmo, como apresentado na Tabela 1.

Tabela 1. Questionário de Pittsburg.

	Latência (min)	Eficiência (%)	Escore (QS)
CTRL	8.73±9.34	102.43±9.19	4.0±2.28
WP	17.4±13.66	96.86±5.70	4.1±2.38
BCAA	12.2±14.54	99.47±4.97	3.0±1.49
Creatina	10.15±8.95	97.77±5.07	3.1±1.66
BR	10.95±11.02	98.75±2.65	2.5±1.18

Considerações Finais: Os resultados preliminares sugerem que o grupo CTRL possui melhor eficiência do sono seguido da menor latência. Entretanto, o grupo BR possui melhor escore de QS. Com base nos resultados preliminares os mesmos corroboram com o estudo de Madzima et. al. (2014), no qual desmistifica o mito de que não é benéfico ingerir macronutrientes minutos antes de dormir (período noturno).

Palavras-chaves: Sono, suplementação, academia.

INFLUÊNCIA DO APOIO SOCIAL EM MULHERES ATLETAS DE JUDO

FARIAS L.M., ALTMANN H.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas –SP

Introdução: O esporte feminino vem lutando contra as barreiras em contextos que não raro dificultam a prática esportiva de mulheres. O judô, que até 1979, tinha a prática feminina proibida, atravessou por diversas dessas barreiras, alcançando grandes conquistas em campeonatos mundiais e a disseminação da prática feminina. Porém, as mulheres ainda encontram obstáculos que dificultam a prática do judô, desde sua iniciação no esporte até profissionalização no alto rendimento. Esta pesquisa pretende investigar se o apoio social ao judô feminino se constitui em um obstáculo a essa prática, compreendendo como ele se estrutura, desde o apoio familiar, de professores e de pares, até incentivos financeiros e políticas públicas voltadas para essa prática. **Objetivo:** A pesquisa tem o objetivo de analisar o apoio social recebido por atletas judocas mulheres da cidade de Campinas. Serão analisados os apoios recebidos ao longo das suas trajetórias, passando pelas primeiras experiências esportivas até sua consolidação como atletas federadas e a participação em competições, compreendendo sua influência na participação dessas atletas no esporte. **Métodos Propostos:** pesquisa exploratória de delineamento qualitativo de estudos de caso, utilizando-se de entrevistas semi-estruturadas, com questões abertas e de aprofundamento com 10 atletas mulheres praticantes de judô, com idade entre 16 e 30 anos, da cidade de Campinas e que estejam federadas na Federação Paulista de Judô na 1ª Divisão. **Cronograma:** a pesquisa será realizada inicialmente com o contato com as academias de judô e com as atletas, posteriormente será realizada as entrevistas com as participantes, e por último a transcrição e análise das entrevistas. **Resultados esperados:** Esta pesquisa tem a hipótese de que é restrito no apoio social recebido por judocas, desfavorecendo seu crescimento como atletas. Busca-se compreender tais diferenças e desigualdades.

Palavras-chaves: esporte, gênero, judô.

**AVALIAÇÃO DO
PADRÃO DE SONO DE IDOSOS RESIDENTES
NA VILA DIGNIDADE EM LIMEIRA –
UM ESTUDO COMUNITÁRIO COMPARATIVO**

SANTOS, F.B., ESTEVES, A.M.

Faculdade de Ciências Aplicadas - UNICAMP, Limeira – SP

A estrutura de sono altera-se de forma contínua ao longo de toda vida. Os problemas de sono estão entre as principais queixas dos idosos. Ao estudar esses distúrbios, depara-se com a dificuldade em se estabelecer quais alterações são fruto do envelhecimento normal e quais são decorrentes da maior morbidade de idosos. Assim, o objetivo do presente estudo será avaliar o padrão de sono dos idosos residentes na Vila Dignidade e compará-los com os idosos da comunidade do entorno na cidade de Limeira. Para isso, todos os idosos residentes na Vila Dignidade serão convidados a participar do estudo. Serão recrutados 30 idosos da Vila e outros idosos residentes em outros 30 de bairros da comunidade geral na cidade de Limeira, como população de comparação. Todos os idosos residentes na Vila Dignidade serão convidados a participar do estudo, através de uma reunião inicial onde os pesquisadores explicarão os objetivos e os procedimentos da pesquisa. A partir da concordância na participação, a coleta de dados será feita com a aplicação do questionário de cronotipo (Morningness-eveningness Questionnaire-MEQ); questionário de qualidade do sono (Pittsburgh Sleep Quality Index – PSQI); questionário de sonolência (Epworth Sleepiness Scale-ESS), estes ocorrerão nos espaços comunitários da Vila ou nas próprias residências dos idosos, de acordo com a disponibilidade de local. Os critérios de inclusão para este grupo serão: idade de 60 anos ou superior, que seja morador da Vila Dignidade – Limeira, que apresente condições adequadas neurológicas e cognitivas para responder aos questionários e que concorde com a participação mediante assinatura do TCLE. Serão recrutados também 30 idosos residentes em outros bairros da comunidade geral na cidade de Limeira, como população de comparação. O recrutamento será realizado em centros de convivência, grupos de idosos e clubes. Os critérios de inclusão para esta população serão: ter 60 anos ou mais, ter boa funcionalidade, apresentar condições adequadas neurológicas e cognitivas para responder aos questionários e concordar com a participação mediante assinatura do TCLE.

Palavras-chaves: Distúrbio do sono em idosos, Qualidade do sono, Morbidade em idosos, Estudo comparativo.

A PRAIA REABITADA: PRÁTICAS DE DIVERTIMENTO EM FORTALEZA NO INÍCIO DO SÉCULO XX

MONTENEGRO, Nara Romero (Autora)
Prof^a Dr^a Carmen Lúcia Soares (Orientadora)

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas –SP

A praia nem sempre se caracterizou como local de práticas de divertimento ou de cura. Nas maiores cidades litorâneas do Brasil, pouco a pouco, a frequência às praias ganha novos contornos e outras finalidades se desenham. De um lugar de trabalho ou simplesmente de depósito de lixo e dejetos, a praia começa a ser percebida como um local em que se pode curar diversos males e, também, divertir-se. No caso do litoral que margeia a cidade de Fortaleza, delimitação geográfica de nossa pesquisa, até aproximadamente 1920, não se encontram registros que mencionem a praia para além do trabalho. Habitada principalmente por pescadores tinha como nome Praia do Peixe. É a partir da década de 1920 que esta praia experimenta deslocamentos de sentidos, culminando inclusive com a substituição do seu nome para Praia de Iracema no ano de 1925, quando então, passa a ser frequentada pela elite fortalezense para fins terapêuticos e de divertimento. Pretendemos neste trabalho identificar os discursos que perpassaram a transformação de sentidos da praia em Fortaleza e os usos relacionados às práticas de divertimento que se tornaram possíveis desde então. Para tanto, jornais, revistas, textos literários, relatos de memorialistas e figuras do período compõem o conjunto de fontes desta pesquisa.

Palavras-chaves: praia; Praia de Iracema; práticas de divertimento

ESTUDOS DO MOVIMENTOS HUMANO: ESPORTE E LAZER

COSTA, V.A.G; SAURA, S.C.

Escola de Educação Física e Esporte - USP, São Paulo – SP

Introdução: Considerando que as atividades físicas e esportivas constituem um sistema construído como cultura do movimento humano, esta pesquisa pretende observar o fenômeno do skate em espaços urbanos e a relação dos praticantes com os elementos que compõe a prática, como o solo, os obstáculos materiais, entre outros da relação skatista-ambiente. Nos movimentamos não por obrigatoriedade, mas por necessidade, por buscar um sentido e por envolvimento profundo. Nesta perspectiva, o lazer é tido muito mais como um ideal de vida qualitativo, deslocando-se do âmbito de organização lógico-aristotélica para situar-se neste paradigma que atua com pares complementares e concorrentes. Considerando o caráter autônomo, lúdico e de adesão espontânea, esperamos que a modalidade possa contribuir com esta reflexão. **Objetivo:** Investigar os principais elementos materiais que caracterizam o skate, considerando a relação que o praticante estabelece com o ambiente. **Metodologia:** Pesquisa qualitativa, descritiva, com análise indutiva dos dados, onde o significado é de importância vital. Os procedimentos incluem observação e registro in loco dos praticantes e entrevistas abertas realizadas com sujeitos pontuais. A análise de dados fundamenta-se na fenomenologia da imagem, cruzando descrições fornecidas, registros, filmes e bibliografia. **Cronograma:** 1º mês, entrega do memorial; 2º mês, seleção de artigos e textos para revisão de literatura, leitura e aprofundamento teórico; 3º mês, planejamento de coleta de dados; 4º e 5º mês, elaboração do relatório parcial; 6º e 7º mês, pesquisa de campo e análise do material coletado; 8º e 9º mês, leitura e análise do material; 10º até 12º mês, elaboração de artigo final, encaminhamento para publicação e entrega do relatório final. **Resultados Esperados:** Redação de artigo sobre os praticantes e o skate. **Considerações Finais:** Espera-se compreender de forma mais profunda a forma com que o praticante interage com o espaço urbano e como é provocado por ele.

Palavras-chaves: fenomenologia, skate, espaço urbano.

Corpo, ambiente e movimento: a experiência do skate

MARSOLA M.A.B., ZIMMERMANN A.C.

Escola de Educação Física e Esporte - USP, São Paulo – SP

Introdução: esportes de aventura em espaços urbanos podem auxiliar a pensar como estabelecemos nossa relação com o ambiente a partir de uma forma de interrogar o mundo. A pesquisa explorará temas da experiência, aventura e ludicidade, considerando como referencia praticas corporais realizadas em ambientes urbanos, em particular o skate. Objetivo: Investigar os principais elementos caracterizantes da prática do skate, considerando como referencia a relação estabelecida entre espaço e as pessoas que partilham o mesmo território. Métodos propostos: trata-se de uma pesquisa qualitativa descritiva, onde busca-se refletir e analisar elementos de maior sentido e significado para os praticantes. Após revisão literária inicial será realizada uma pesquisa de campo com observação participante em locais de prática de skate na cidade de São Paulo e entrevista em profundidade com 5 skatistas. O registro da observação se dará por meio de diário de campo podendo incluir dados audiovisuais e fotografia. Os entrevistados serão estimulados a descrever a prática detalhando aspectos associados à relação com o espaço, risco e aventura. As entrevistas serão realizadas individualmente, em data sugerida pelos participantes. Cronograma: revisão de literatura do primeiro ao oitavo mês, planejamento da coleta de dados e pesquisa de campo do quarto ao oitavo mês, relatório parcial no sexto mês, análise do material coletado do sétimo ao nono mês, elaboração do texto final e material para apresentação em evento do décimo ao décimo segundo mês, entrega de relatório final no final do décimo segundo mês. Resultados esperados: Os elementos levantados e suas recorrências serão analisados na discussão com a literatura. Esperamos ampliar os conhecimentos acerca do skate, aprofundando as noções de espacialidade, risco e aventura.

Palavras-chaves: espacialidade, aventura, skate, experiência, risco.

A CONTRIBUIÇÃO DO SURFE PARA OS ASPECTOS SOCIAIS E CULTURAIS DE SEUS PRATICANTES.

DORO L.C.M. Universidade São Judas Tadeu-USJT, São Paulo- SP, Brasil.

No presente trabalho pesquisaremos o surfe, modalidade olímpica que estará presente nos jogos do Japão 2020 e que possui mais de dois milhões de praticantes no Brasil. Os surfistas ao entrarem no mar trabalham além das capacidades físicas variáveis psicológicas como confiança autoestima e relações interpessoais. O objetivo deste trabalho será de identificar os aspectos socioculturais dos praticantes de surfe. Para tanto, será realizada uma pesquisa descritiva do tipo exploratório de cunho qualitativo e quantitativo. Participarão desta pesquisa adultos do sexo masculino e feminino com idade entre 20 e 35 anos, moradores do Litoral Sul de São Paulo. Para a coleta de serão utilizados os seguintes instrumentos: Questionário de Qualidade de Vida, WHOQOL-Bref, Questionário de Classificação Econômica Brasil (ABEPE, 2014) e entrevista individual semiestruturada. Iniciaremos a coleta de dados em janeiro de 2017 com previsão de termino em dezembro do mesmo ano. Esperemos que a prática do surfe proporcione resultados positivos e contribua nos valores socioculturais de seus praticantes, principalmente ao que diz respeito a novas relações interpessoais.

Palavras-chave: Esporte Radical; Sociabilidade; Atividades Aquáticas.

A PROPAGAÇÃO DO *YOGA* EM PROJETOS SOCIAIS NA CIDADE DE SÃO PAULO

DO NASCIMENTO, A.C.G, ZIMMERMANN, A.C.

Escola de Educação Física e Esporte - USP, São Paulo – SP

Introdução: Com o propósito de potencializar o Ser Humano de forma integral, o *yoga* trata-se de um complexo conjunto de práticas e procedimentos milenares. **Objetivo:** Investigar a percepção de praticantes de *yoga* em projetos sociais na cidade de São Paulo, acerca da influência desta prática em aspectos físicos, emocionais e sociais de sua vida. Os objetivos específicos se atentarão à identificação dos principais projetos sociais que oferecem esta prática, assim como investigar a trajetória do *yoga* em projetos sociais na cidade de São Paulo. **Metodologia:** A pesquisa será qualitativa descritiva, iniciando com uma revisão de literatura sobre a presença do *yoga* inserido em projetos sociais, em São Paulo. Após uma revisão inicial de literatura, será realizada uma pesquisa de campo com observação participante e entrevista semiestruturada a instrutores e praticantes de *yoga* em diferentes grupos de vulnerabilidade social, em São Paulo. **Cronograma:** Revisão de literatura (1º ao 8º mês); planejamento da coleta de dados (4º ao 6º mês); elaboração de relatório parcial (6º mês); pesquisa de campo (5º ao 8º mês); leitura e análise do material coletado (7º ao 9º mês); elaboração do texto final e material para apresentação do evento científico (10º ao 12º mês) e elaboração e entrega do relatório final (12º mês). **Resultados esperados:** Ao final desta pesquisa, espera-se ampliar conhecimentos sobre a prática do *yoga* e seus significados para os praticantes e instrutores no contexto dos projetos sociais. **Palavras-chaves:** *yoga*; experiência; projetos sociais.

RECURSOS TECNOLÓGICOS NA EDUCAÇÃO FÍSICA: DESENVOLVIMENTO DE NOVAS PRÁTICAS PEDAGÓGICAS

FRANÇA R.S., PEREIRA G.S., SILVA S. A.G., MOREIRA J. C. C.

Faculdade de Ciências e Tecnologia – UNESP, Presidente Prudente- SP

Introdução: As tecnologias que contribuem para a melhoria da qualidade de vida, também diminuem os movimentos do cotidiano contribuindo para o aumento do número de alunos sedentários e obesos. Entretanto, a transposição pedagógica de alguns jogos virtuais/exergames pode tornar-se aliada na aprendizagem dos esportes e no incentivo a prática de atividade física, beneficiando a saúde. Para o estudo escolheu-se jogos virtuais que requerem movimentação do corpo para funcionar, e que utilizam tecnologias de baixo custo/acessíveis ao ambiente escolar formal. As práticas pedagógicas a partir desses jogos criam um diferencial nas aulas, tornando-as mais atrativas, ao inovarem por meio do ambiente virtual, as situações de aprendizagem do currículo oficial paulista. **Objetivo:** Investigar a implementação de recursos tecnológicos como jogos virtuais/exergames por professores nas aulas de Educação Física da rede estadual. **Metodologia:** Foi realizada uma pesquisa educacional de abordagem qualitativa. Após a coleta do consentimento livre e esclarecido de professores da área em um ciclo de formação na Diretoria de Ensino da Região de Presidente Prudente; os docentes vivenciaram os jogos tecnológicos, realizaram discussões sobre sua aplicação na escola pública. Posteriormente levaram os recursos tecnológicos apreendidos para suas unidades, possibilitando que seus alunos também vivenciassem as mesmas práticas. Os professores avaliaram suas intervenções e responderam um questionário. Para finalizar houve a averiguação do conjunto de respostas, análise e discussão. Participaram 11 professores estaduais da região mencionada. **Resultados:** Foi unânime nas respostas, o aproveitamento e a relevância da aprendizagem e do ensino das práticas pedagógicas que implementam os recursos tecnológicos nas aulas de Educação Física. **Considerações finais:** Agradecimento ao NÚCLEO DE ENSINO/PROGRAD, a Orientadora Profa. Dra, Jaqueline Castilho Moreira e ao Grupo de Pesquisa IPTECHI.

Palavras-chave: Formação, Tecnologia, Práticas Pedagógicas.

Educação Física, Avaliação Motora e Planejamento Pedagógico na Educação Infantil.

OTA, G. S. G.; DE MARCO, A.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Tanto as variadas estimulações, como as ricas interações com o ambiente e as pessoas, ou por outro lado, as privações destas experiências para a criança, apresentam potencial para influenciar o curso do desenvolvimento infantil em seus diferentes aspectos. Assim as vivências de movimento durante a infância são fundamentais, pois possibilitam condições para a aquisição de habilidades motoras, as quais por sua vez estimulam o desenvolvimento cognitivo e social da criança. Neste sentido, o objetivo desta pesquisa foi o de determinar a influência de uma intervenção pedagógica, realizada na sala "Cri Cri - Espaço Para a Criança Criar", instalada no CECI/DEdIC/UNICAMP, sobre a coordenação motora de crianças com idades entre cinco e seis anos. O grupo experimental configurou (N = 10) enquanto que o grupo controle teve (N = 25). Os participantes do grupo de intervenção foram submetidos a dez sessões as quais ocorreram por meio de uma sessão semanal com duração de 60 minutos, realizadas na Sala Cri Cri e orientadas por profissionais de Educação Física. Ao início e término da intervenção, todos os participantes realizaram o Teste Körperkoordination test für Kinder (KTK), uma bateria composta por quatro tarefas, com confiabilidade total de 0.90 (Kiphard e Schilling 1976). Diante da normalidade dos dados, foi utilizado o Teste t de *Student*. Os resultados indicam possíveis incrementos nos níveis da coordenação motora dos sujeitos do Grupo Experimento. Além disso, segundo a classificação motora do teste, o mesmo elevou-se em um nível para as crianças do grupo experimental, enquanto que para as do grupo controle se manteve no mesmo patamar. Dessa forma, o programa de intervenção demonstrou influenciar positivamente o desempenho da coordenação motora das crianças que participaram da pesquisa. Sugere-se para futuros estudos investigação mais ampla dos microsistemas visando elucidar a influência do fenômeno de forma mais precisa, ampliando o número de crianças participantes para configurar maior fidedignidade à pesquisa.

Palavras-chaves: Avaliação Motora, Intervenção Pedagógica, Educação Física.

IMPORTANTE: Formatação do texto: Papel A4, Letra Times New Roman 12 (exceto o título que deverá ser Times New Roman 14), espaço simples, parágrafo único e justificado, margens de 3 cm. O conteúdo não poderá exceder uma folha. ENVIAR EM PDF.

SEGURANÇA EM ATIVIDADES AQUÁTICAS E A PROMOÇÃO DA SAÚDE NA ESCOLA

RODRIGUES R., ROMERO L.R., FERREIRA J.N.S.

Faculdade de Ciência e Tecnologia - UNESP, Departamento de Educação Física,
Presidente Prudente – SP

Introdução: A prática da natação possibilita benefícios no âmbito social e físico. As contribuições podem ser identificadas nos aspectos do crescimento e fortalecimento da massa óssea, equilíbrio no desenvolvimento muscular, diminuição da gordura corporal, elevação da capacidade e eficiência cardiorrespiratória e no consumo de oxigênio, ampliação do limiar anaeróbio e da capacidade anaeróbia. Por outro lado, o número de incidentes graves envolvendo ambientes aquáticos tem sido elevado nas últimas décadas e o uso inseguro desses espaços contribui significativamente para o aumento deste problema de morbimortalidade. Portanto é fundamental o ensino de prevenção de acidentes na água. **Objetivo:** Descrever em frequência absoluta e relativa os dados sobre conhecimentos relacionados à segurança em atividades aquáticas entre escolares. **Metodologia:** Para tanto, será sistematizado instrumento de coleta de dados. Em seguida, os dados serão organizados segundo distribuição por idade, sexo, série e outras variáveis consideradas para estudo. O projeto será desenvolvido junto às escolas públicas de Presidente Prudente, São Paulo. Tais procedimentos poderão ampliar o conhecimento sobre os processos de sistematização da pesquisa científica, reconhecimento das expectativas relacionadas à segurança em atividades aquáticas para o grupo escolar local, além de favorecer a reflexão/implementação de ações futuras de promoção da saúde do escolar. Contará com a participação do Subprojeto PIBID Educação Física, UNESP-FCT e do Projeto de extensão - Multiplicando saberes: ludicidade e qualidade de vida na infância (PROEX/UNESP). **Considerações finais:** Espera-se contribuir com a ampliação de conhecimentos sobre atividades aquáticas e para a capacitação de profissionais das escolas.

Palavras-chaves: Promoção da saúde, educação, ludicidade, Atividades aquáticas.

É POSSÍVEL O DESENVOLVIMENTO INFANTIL ATRAVÉS DO BRINCAR?

PIMENTEL, M.B, RICCI, J, LIMA, J.M, LIMA, M.R.C DE.

Curso de Educação Física - Departamento da Educação Física. Departamento da Educação. Faculdade de Ciências e Tecnologia - UNESP, Campus de Presidente Prudente SP Financiado pela PROEX (Pró-Reitoria de Extensão Universitária da UNESP).

Este trabalho resulta de um projeto de extensão o qual utiliza-se de atividades lúdicas como recursos pedagógicos para investigação e intervenção no contexto da Educação Infantil. Nesse cenário observou-se que a brincadeira apresenta-se como atividade secundária no currículo. Levando a necessidade de pesquisarmos sobre a importância das atividades lúdicas no processo de desenvolvimento infantil. Utilizamos a Sociologia da Infância como principal referencial teórico, valorizando a singularidade de todas as crianças, respeitando o contexto e suas relações sociais. Usamos também os quatro eixos estruturadores das culturas infantis, são eles: interactividade, reiteração, ludicidade e a fantasia do real, que precisam ser considerados na formação das crianças à partir das práticas educativas. O objetivo central da pesquisa é conscientizar os envolvidos sobre a importância, do eixo ludicidade para o desenvolvimento das crianças no aspecto individual e social; promover através da ampliação dos conhecimentos teóricos e práticos obtidos durante os momentos de estudo, planejamento, execução e avaliação das atividades práticas, uma formação inicial mais sólida aos discentes universitários envolvidos, expandir a cultura lúdica das crianças, contribuindo para o desenvolvimento cognitivo, motor, afetivo e social; além da produção teórica desenvolvida sobre o tema “ludicidade” que possa contribuir com os educadores que atuam nesse contexto. A metodologia utilizada é a pesquisa-ação. Os procedimentos metodológicos utilizados são: planejamento semanal, intervenções na escola, com o acompanhamento das professoras das turmas, fotografias, observações, registros no diário de campo e aprofundamento bibliográfico, quinzenalmente, no grupo de pesquisa Cultura Corporal Saberes e Fazeres. Nota-se que as atividades desenvolvidas pelo projeto proporcionam uma ampliação da cultura lúdica às crianças, influenciando no seu desenvolvimento integral. Os educadores obtiveram progresso nas concepções de infância e educação, uma vez que passaram a trabalhar com mais frequências com as atividades lúdicas, porém não se pode afirmar que consideram a brincadeira indispensável para o desenvolvimento das crianças.

Palavras- chave: Ludicidade, Infância, Desenvolvimento infantil.

ROLE PLAY GAME DE MESA NA EDUCAÇÃO FÍSICA: O CHAMADO PARA UMA AVENTURA DIFERENTE

SILVA S. A.G., FRANÇA R.S., PEREIRA G.S., MOREIRA J. C. C.

No ambiente escolar é recorrente associar aos jogos virtuais/exergames, altos custos e restrição de sua utilização na rede pública. Acompanhando a propositura de que eles podem ser jogos de representação e condicionando as ações realizadas durante o jogo, a movimentação corporal na representação dos personagens, este projeto intenciona acrescer o Role Play Game (RPG) ao repertório de exergames possíveis de serem inseridos na Educação Física. Seguindo um livro de regras (*Story Teller*), o RPG inicia-se a partir de uma história, para a qual são criados intérpretes (caracterizados com o preenchimento de fichas), cujos conflitos durante o jogo são mediados por um mestre com rolagem de dados. O objetivo deste estudo será investigar a viabilidade do RPG na Educação Física em situação de interdisciplinaridade com outras áreas no ambiente escolar. O método proposto é a pesquisa-ação; pretendendo investigar o fenômeno, observá-lo, relatá-lo e ensinar o jogo simultaneamente. Assim, intenta-se trabalhar com um grupo de 30 adolescentes de uma escola de tempo integral no momento dos “Clubes”. Na primeira fase, após a coleta de autorização/consentimento/assentimento dos envolvidos haverá a solicitação que 5-6 alunos se voluntariem a uma capacitação para “mestrar”. Após três seções de narrativas, eles serão avaliados como mediadores, através de questionário e discussão oral. A segunda fase ocorrerá com a implementação do RPG com o grupo completo, dividido em cinco aventuras, cada qual com 5/6 participantes. Importante destacar que pequenos conflitos serão solucionados com os dados e os embates, com disputas, competições e/ou cooperações que envolvem atividades físicas ou esportes. O resultado esperado é que os alunos desenvolvam competências, vivenciem diferentes formas de expressão corporal e de emulação (competitiva/cooperativa) com os colegas, e aprendam que existem vários caminhos na resolução de conflitos.

Revisão de Literatura	Janeiro/Agosto/ 2016
Reunião com responsáveis, entrega de autorização, termos de consentimento e assentimento	Junho
Realização da Capacitação para mestrar com alunos voluntários	Agosto
Avaliação da Capacitação	Setembro
Pesquisa-ação com o grupo de 30 alunos	Setembro/Outubro
Encerramento da pesquisa-ação	Outubro
Confecção de relatório de observação	Novembro
Análise dos resultados, relatório final e redação de artigo.	Novembro/Dezembro

Quadro 1: Cronograma do projeto

Palavras-Chave: Educação Física Escolar. RPG. Mediação.

ATIVIDADES CIRCENSES NA ESCOLA: PORQUE MUITOS PROFESSORES NÃO ENSINAM?

CARDANI L.T, ONTAÑÓN T.B, BORTOLETO, M.A.C.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

A inserção das atividades circenses como conteúdo nas aulas de Educação Física representa uma temática cada vez mais presente nos debates da área. Entretanto, ainda são escassos os debates sobre as dificuldades encontradas pelos professores para seu ensino. Este estudo analisou os motivos pelos quais professores de Educação Física não ensinavam as atividades circenses em suas aulas. Para isso, enviamos um questionário semiestruturado aos professores de Educação Física da rede municipal de Campinas-SP do Ensino Fundamental, obtendo a participação de 13 professores. Verificamos que 9 (69%) professores não abordavam as atividades circenses nas aulas de Educação Física porque não conhecem ou não saberiam ensinar; 3 (23%) professores não ensinavam por falta de referencial bibliográfico e falta de material; apenas 2 (15%) relataram que não ensinavam por preferirem abordar outros conteúdos. Entendemos que muitas vezes cabe ao professor escolher os conteúdos a serem desenvolvidos e muitas vezes eles acabam optando por aqueles que possuem um maior domínio. Sabe-se também que o número de estudos publicados nesta área está crescendo desde os anos 2000 e que os materiais utilizados em uma aula de atividades circenses podem ser confeccionados ou adaptados de diversas maneiras. Considerando que o circo ainda é um conhecimento pouco abordado tanto na formação inicial como na continuada é normal que os professores tenham certas dificuldades, o que sugere maiores esforços para ampliar a formação oferecida sobre essa temática.

Palavras-chave: Atividades circenses; Educação Física escolar; Formação de professores.

Eu quero brincar: um chamado da infância para a Ludicidade.

ALVES F. N, PIMENTEL B. M, LIMA J. M, LIMA R. M.

Faculdade de Ciências e Tecnologia Júlio de Mesquita Filho – UNESP, Presidente Prudente - SP.

O presente resumo trata-se de um recorte de uma pesquisa de iniciação científica intitulada “A Ludicidade como eixo estruturador das culturas da infância: dando voz à criança”, desenvolvida pelo grupo de pesquisa CEPELIJ em parceria com uma escola periférica de Presidente Prudente. Segundo Áries (1981), as crianças antecedentes ao século XVII, eram concebidas como adultos em miniatura, não sendo consideradas singulares e importantes. Apenas no final desse século, iniciou-se o sentimento de infância que abriu portas para uma nova ciência, a Sociologia da Infância, que segundo Corsaro (2002) e Muller (2009), considera a infância como agência geracional e a criança produtora de cultura. A Ludicidade, aporte dessa pesquisa, é definida por Sarmiento (2003) como a atividade mais significativa dos pequenos. Nesse sentido, o estudo teve por objetivos compreender como as professoras e crianças consideram essa temática. Trata-se de uma pesquisa qualitativa do Tipo Etnográfica, pautada na Sociologia da Infância, que tem como método a observação de momentos lúdicos no contexto escolar. Para o alcance dos resultados foram realizados com as professoras diálogos e questionários e com as crianças entrevistas e desenhos. Percebemos que tanto crianças quanto professoras consideram o brincar como atividade primordial, no entanto, o espaço designado a essa prática dentro da escola está cada vez mais escasso. Diante disso, consideramos que a Ludicidade precisa de mais apoio teórico e prático para se instalar definitivamente e permanecer de maneira efetiva e enriquecedora nas escolas.

Palavras-chaves: Brincadeira, Infância, Professora.

Currículo do Estado de São Paulo: relação do tema saúde com o perfil de morbimortalidade de escolares

OLIVEIRA I. N, ROMERO L. R, PRADO Y.C.S.

FCT/UNESP Campus de Presidente Prudente - SP, Educação Física

Introdução: O panorama educacional e de abordagem da saúde na escola encaminhado neste projeto parte da realidade da disciplina Educação Física. Esta área do conhecimento tem sido relacionada à saúde desde o período colonial. A pesquisa pretende estudar a Proposta Curricular do Estado de São Paulo e os indicadores de morbimortalidade de escolares. **Objetivo:** Comparar os temas de saúde abordados na Proposta Curricular do Estado de São Paulo e o perfil de morbimortalidade em idade escolar de diferentes municípios/regiões de saúde. **Metodologia:** Será utilizado o modelo de pesquisa tipo documental. Destaca-se a utilização de dados secundários a partir da identificação de prevalência de morbimortalidade dos municípios investigados. Outros dados secundários utilizados serão provenientes do Índice de Desenvolvimento Humano Municipal. **Resultados:** Como ponto de partida foi realizado levantamento de informações referente a saúde no Currículo Escolar para a disciplina Educação Física do Ensino Médio. Verificou-se que a abordagem saúde está contemplada nos eixos temáticos Corpo, Saúde e Beleza; Lazer e Trabalho, com enfoque na saúde individual. Na fase seguinte, será realizado aproximação desses conteúdos com a prevalência de morbimortalidade de diferentes regiões e municípios do estado de São Paulo. **Considerações finais:** O estudo encontra-se em desenvolvimento. Está previsto para a próxima fase a ampliação do banco de dados e levantamentos de informações sobre as demais variáveis demográficas e de saúde consideradas para o estudo. **Palavras-chaves:** educação física, saúde coletiva, currículo, morbimortalidade.

POTENCIALIDADES EDUCATIVAS DOS JOGOS E MEDIAÇÃO PEDAGÓGICA NO ENSINO DAS ATIVIDADES CIRCENSES.

SANTOS RODRIGUES G^{1,2,3}, ONTAÑÓN T. B^{1,2,3}, PRODOCIMO E. ^{1,3}

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP¹

Grupo de Estudos e Pesquisas das Artes Circenses – CIRCUS²

Grupo de Estudos e Pesquisas em Educação Física Escolar – EscolaR³

O jogo é uma atividade humana sociocultural complexa que influencia nos processos de desenvolvimento e aprendizagem. Esta influência cria potencialidades educativas que o justifica como importante estratégia pedagógica no ensino das atividades circenses. Entretanto, o jogo é um fenômeno autotélico e para materializar tais potencialidades é necessária uma efetiva mediação pedagógica. Nesta oportunidade, objetivamos analisar as potencialidades educativas de jogos circenses. Por meio de observação participante num projeto extensionista de pedagogia das atividades circenses para crianças na Unicamp, um Diário de Campo foi produzido. Disposto desse material fizemos um inventário dos jogos ministrados no referido projeto. Os jogos foram classificados, a lógica interna deles foi analisada e suas potencialidades educativas foram descritas. O inventário foi composto por 34 jogos, 9 deles malabarísticos, 2 funambulescos, 3 aéreos, 9 acrobáticos, 5 clownescos e 6 diversos. A motricidade como potencial foi expressa em cada categoria na forma de manipulações de objetos, equilíbrios sobre objetos, habilidade corporal acrobática aérea e de solo, e expressão cênica, respectivamente. Em cada categoria haviam jogos individuais e coletivos, cujos potenciais de autoconhecimento, autonomia e disciplina estavam expressos nos primeiros e a socialização, afetividade e criação/resolução de conflitos presentes nos últimos. Notamos que as ações dos professores, compostas por “ajudas manuais”, demonstrações técnicas, criação de ateliês, realização junto aos alunos, conceituação, uso de imagens e *brainstormings*, abordaram os potenciais da ludicidade, criatividade, expressividade e do diálogo. Portanto, uma efetiva mediação pedagógica é primordial para materializar os potenciais educativos próprios à lógica interna dos jogos, bem como outros potenciais derivados da relação professor-aluno. Por fim, reafirmamos o jogo como importante estratégia educativa no ensino das atividades circenses desde que acompanhada de uma mediação de jogo valorativa do Circo e dos processos de desenvolvimento e aprendizagem.

Palavras-chaves: Jogos; Pedagogia; Ensino; Educação Física.

Análise de concursos públicos para professores de Educação Física do ensino básico

DONATANGELO C.S.R, SANTOS A.L.P

Escola de Educação Física e Esporte - USP, São Paulo – SP

Introdução: Concursos públicos tem por objetivo selecionar os profissionais mais qualificados para exercer determinada função necessária para o Estado, logo é de se esperar que os concursos públicos para contratação de professores de educação física do ensino básico reflitam o que o Estado entende como um profissional qualificado para lecionar a disciplina de educação física. Objetivo: Verificar a forma e o conteúdo de provas utilizadas em concursos públicos para a contratação de professores de educação física do ensino básico no estado de São Paulo. Metodologia: Será utilizado o método de análise de conteúdo, sendo assim se analisará de forma quantitativa os termos presentes tanto nas provas quanto nos editais recolhidos. Como critério de inclusão para análise dos dados, os concursos públicos e editais coletados serão os realizados pelos municípios paulistas e pelo próprio Estado de São Paulo durante os anos de 2015 e 2016 que estiverem disponíveis na forma de material eletrônico de domínio público disponível na internet. Após a coleta de dados, as informações obtidas serão analisadas e em seguida os dados obtidos serão comparados com os documentos norteadores da educação física escolar (Parâmetros Curriculares Nacionais e as Leis de Diretrizes e Bases). Cronograma: Levantamento bibliográfico (1° ao 3° meses), desenvolvimento da coleta de dados (2° ao 4° meses), elaboração do texto (5° ao 10° meses) e escolha de revista e encaminhamento para publicação (11° e 12° meses) Resultados Esperados: Espera-se que os processos de concurso público estejam alinhados com os documentos norteadores da educação física escolar.

Palavras-chaves: educação; análise de conteúdo; política pública.

A IMPORTÂNCIA DA LUDICIDADE NO CONTEXTO DA EDUCAÇÃO INFANTIL

GUEDES C.R, LIMA J.M.

Faculdade de Ciências e Tecnologia - UNESP, Presidente Prudente – SP

Introdução: este trabalho teve como objeto de estudo e pesquisa a ludicidade e o professor no contexto da Educação Infantil. A investigação surgiu a partir da constatação de que alguns educadores desconhecem ou simplesmente ignoram a importância das Culturas da infância, principalmente do eixo ludicidade, não proporcionando tempo e espaço para o desenvolvimento deste pilar em sala de aula. Deste modo, os referenciais predominantes desta pesquisa são os estudos e pesquisas da Sociologia da Infância que defendem a criança competente e ativa na produção de cultura. **Objetivo:** analisar como os professores concebem as Culturas da Infância e como eles trabalhavam um dos eixos estruturadores dessas culturas, a ludicidade. **Metodologia:** o trabalho foi desenvolvido em duas salas de Educação Infantil: I e II de uma instituição municipal, na cidade de Presidente Prudente, e contou com a participação e colaboração de cinquenta e cinco crianças e duas educadoras. Utilizou-se o método de natureza qualitativa e caracteriza-se como pesquisa do tipo etnográfico. **Resultados:** os resultados coletados revelam que as educadoras compreendem a importância do brincar em sala de aula e, às vezes, utilizam este recurso com seus alunos. Entretanto, é predominante, em outras observações, a desvalorização da ludicidade e imaginação dos alunos por parte de algumas educadoras. **Considerações finais:** a partir deste estudo, acredito que temos um caminho muito longo a percorrer no que diz respeito a pesquisas com crianças, suas culturas e experiências.

Palavras-chaves: Educação Infantil. Culturas da Infância. Sociologia da Infância. Ludicidade.

AVALIAÇÃO DE UMA PROPOSTA DE INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA INTERDISCIPLINAR NA INFÂNCIA.

CAMPOS T.C, DE MARCO, A.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

A criança pequena tem a necessidade de um espaço interativo e relacional com o meio, relação esta inestimável para a aprendizagem promovida pela gama variável de estímulos originada pela interação entre as próprias crianças ou pela mediação do adulto, contexto este que favorece o desenvolvimento integral. Essa apropriação intensa da criança em integração com o mediador pode ser atribuída como um elemento do processo pedagógico, visto que permite refletir a reorganização do tempo e do espaço. Assim, como um elemento deste processo, visando o mapeamento do desenvolvimento da criança, esta pesquisa propôs a aplicação do Teste DENVER II, o qual detecta, precocemente, possíveis manifestações no desenvolvimento neuromotor de crianças pequenas, e a partir deste mapeamento possibilita realizar um planejamento pedagógico interdisciplinar. Foi aplicado o Teste de DENVER II, para rastreamento de risco de desenvolvimento infantil. A amostra constou de quinze crianças participantes, de aproximadamente 3 anos, grupo experimental (N= 7) da Creche da Área da Saúde – CAS e o grupo controle (N=8) escolhidos no Centro de Convivência Infantil - CECI, sob critério aleatório. Os participantes realizaram o Teste de DENVER II na estratégia de pré e de pós teste. Para verificação estatística dos resultados foi utilizado o Teste Exato de Fisher e de Mantel Haenzel, ambos os resultados não indicaram diferenças estatísticas significantes. Porém, ao observar as tabelas estratificadas é possível analisar respostas relevantes. Assim, os resultados sugerem que a intervenção promoveu mudanças aparentes apesar da não significância estatística. Portanto, o planejamento pedagógico de intervenção dos conteúdos interdisciplinares demonstrou influenciar nas capacidades das crianças participantes. Ao final propomos estudos com intervenção mais prolongada e com maior número de crianças, promovendo assim análises mais aprofundadas e resultados mais fidedignos.

Palavras-chaves: Intervenção pedagógica; Interdisciplinaridade; Teste de Denver II; Educação Infantil; Educação Física.

A EDUCAÇÃO FÍSICA E O MOVIMENTO NA EDUCAÇÃO INFANTIL PARA BEBÊS DE 06 A 18 MESES.

GEOVANE, S.S., DE MARCO, A.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

A Sala “Cri Cri – Espaço para a Criança Criar”, consiste num ambiente para a prática de vivências lúdicas e seguras, propiciando a estimulação da criança, respeitando as características das etapas do desenvolvimento (DE MARCO, 2010), oferecendo a oportunidade para maior exploração das possibilidades corporais e ampliação do repertório motor da criança. Este estudo tende a direcionar, acompanhar e registrar o processo da instalação e utilização da sala Cri Cri, atribuindo novas experiências e conhecimento. Sendo assim, o objetivo é o de acompanhar as etapas do projeto de implantação da Sala Cri Cri localizada na instituição CECI Berçário/UNICAMP. O projeto é composto por três etapas: elaboração, instalação e intervenção, sendo que as etapas de instalação e intervenção ocorrem simultaneamente, sendo sistematizadas por meio de entrevistas, questionários, documentos, observações, diário de campo, registros fotográficos e vídeos. Participam do estudo aproximadamente 55 bebês de seis a 18 meses de idade, 13 professoras, seis estagiárias e a equipe pedagógica da instituição. No primeiro semestre de 2016, foi dedicado o tempo necessário para conhecer e compreender os aspectos gerais, projeto pedagógico e as rotinas diárias da instituição para o atendimento dos bebês. Ocorreu também um período de interação inicial entre o pesquisador e os bebês, e foram identificados os materiais disponíveis. Sendo assim, a instalação de materiais foi elaborada e efetivada, com o intuito de tornar a sala Cri Cri um espaço lúdico, seguro e dinâmico para o desenvolvimento motor dos bebês. No segundo semestre de 2016, as atividades serão continuadas e direcionadas ao planejamento pedagógico em conjunto com as professoras. Com este estudo espera-se contribuir para a compreensão dinâmica entre a teoria e a prática, apresentando interesse pelo processo como um todo e não apenas pelos resultados ou produtos finais, demonstrando a importância de que as ações sejam socializadas, debatidas e sistematizadas, de forma interdisciplinar, como afirma De Marco (2012).

Palavras-chaves: Educação Infantil, Intervenção Pedagógica, Educação Física.

A MEDIAÇÃO DO PROFESSOR NO BRINCAR EM AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

SPOLAOR, G. C, GRILLO, R. M, PRODÓCIMO, E.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas –SP

O brincar historicamente aparece de diferentes formas nas aulas de Educação Física. De acordo com as abordagens da área (Psicomotricidade, Construtivista, Desenvolvimentista, Crítico-Superadora, Crítico-Emancipatória e Cultural) é possível observar diferentes objetivos e maneiras de construção das práticas pedagógicas dos professores em relação ao brincar. Um aspecto importante da atuação do docente é a mediação do brincar, aqui entendida como o conjunto das diferentes formas de linguagem (palavras, gestos, desenhos, entre outras) utilizadas pelo professor, antes, durante e após as brincadeiras, para explicar, problematizar e também compreender a sua dinâmica. Nesse sentido, esta pesquisa, ainda em andamento, tem como objetivo analisar como acontece a mediação do brincar na atuação dos professores de Educação Física de uma Escola Municipal de Ensino Fundamental I da Prefeitura de Campinas. Como procedimentos metodológicos estamos realizando uma pesquisa qualitativa com observações e entrevistas com os professores. De maneira preliminar, percebemos que os professores utilizam principalmente a linguagem verbal e gestual para explicar e problematizar as brincadeiras. Porém, em algumas situações pela falta de proximidade cultural e exemplos mais concretos, as crianças encontram dificuldades de compreender o funcionamento da brincadeira, implicando em problemáticas no brincar. Outro dado encontrado mostra que poucas vezes os professores fizeram uma reflexão referente às brincadeiras e sobre os conhecimentos compartilhados e construídos pelas crianças. Isso tem relação com a abordagem utilizada nas aulas, demonstrando também que o olhar do professor em relação à dinâmica do brincar interfere nas possibilidades de mediação das brincadeiras, visto que em alguns momentos percebemos intervenções excessivas, não dando tempo dos alunos pensarem sobre as ações, e o contrário também, intervenções escassas, fazendo com que o brincar as vezes se tornasse repetitivo por falta de novidade. Entendemos que esta pesquisa se torna importante para refletir a prática pedagógica e criação de espaços de construção de conhecimento nas aulas.

Palavras-chave: Brincar; Educação Física Escolar; Mediação.

OS ENCONTROS CIRCENSES NA CIDADE DE SÃO PAULO: UMA OPÇÃO DE LAZER?

FERNANDES J. A. M, RIBEIRO O. C. F, BORTOLETO M. A. C.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Introdução: O espaço da cidade remete a ideia de troca, conflitos, socialização, tradições, e espaços de lazer inseridos nestes espaços proporcionam diversas experiências enriquecedoras. Nos espaços públicos específicos ou não para lazer, os indivíduos vivenciam diversas atividades, e dentre elas está o circo. No Brasil, no final do século XX surgem as convenções e encontros de circo, que possibilitam a troca de ideias, conhecimento e aprimoramento técnico-artístico, tendo alguns deles virado tradição.

Objetivo: conhecer como os encontros foram idealizados e quais suas principais características.

Metodologia: Os encontros estudados foram o Encontro de Artes Circenses da Zona Leste – Circo na Praça e o Encontro de Malabarismo e Circo da Praça Roosevelt, que acontecem na cidade de São Paulo. Por meio de observações e aplicação de questionários, aprovado pelo comitê de ética da Unicamp com número CAAE: 37334114.3.0000.5404.

Resultados: Os encontros de malabares proporcionam vivências e trocas, através da vivência do circo em espaços de lazer. Em relação às modalidades praticadas nos encontros a resposta predominante foi malabares e as principais maneiras de divulgação dos encontros é via rede social ou pelo “boca a boca” e a maioria dos participantes tomam conhecimento dos mesmos por meio de convites de amigos, passando pelo local ou pela internet. No que diz respeito à motivação para participar dos encontros os fatores mais citados foram a possibilidade de aprender uma modalidade circense e de diversão/curtição e encontrar amigos/convívio social.

Considerações finais: Por meio da ocupação de espaços públicos o circo tem se manifestado e tem sido uma opção de lazer na cidade de São Paulo, pois possibilita a socialização. Esses espaços são importantes, pois dão vida e movimento às praças onde acontecem e servem também como meio de divulgação do circo e fomento à diversas manifestações culturais e artísticas.

Palavras-chaves: lazer, circo, espaço público.

LAZER E CRIANÇAS SEMI-INSTITUCIONALIZADAS: O EVENTO NATALINO “VIRTUAL4KIDS”

PEREIRA G.S., SILVA S. A.G., FRANÇA R.S., MOREIRA J. C. C.

Faculdade de Ciências e Tecnologia – UNESP, Presidente Prudente- SP

Introdução: Pela vulnerabilidade, necessidade de cuidados e atenção, a Constituição de 1988 tornou as crianças e adolescentes, sujeitos de direitos e prioridade absoluta no processo de desenvolvimento. Embora a responsabilidade do Estado articule-se com a sociedade, a descentralização da questão fortaleceu as organizações não governamentais (ONGs), que passaram a oferecer cuidados, apoio, alimentação, educação e acompanhamento às famílias de jovens em situação de risco, por uma rede de suporte. Acrescenta-se a problemática, a garantia pela mesma Constituição do lazer como direito social, cujo acesso não é para todos na prática. Por esta perspectiva surgiu o projeto “Virtual4Kids” intencionando promover ações recreacionais pontuais, como mediadoras de desenvolvimento social e cidadania em contextos que necessitam de atenção social. Objetivo: Essa versão do evento objetivou oportunizar atividades que envolvessem tecnologia aos interesses do lazer (físico-esportivo; manual/artístico, social, virtual), as crianças semi-institucionalizadas de uma ONG de Presidente Prudente. Metodologia: Com abordagem qualitativa, partiu do desenvolvimento do evento, intencionalmente realizado no mês do Natal, época de grande oscilação no número de acolhimentos da ONG; que no ano atende diariamente uma média de 70 jovens em situação de risco, com faixa etária entre 6-14 anos, no contraturno escolar. Durante os quatro dias realizou-se uma pesquisa-ação, observada e relatada. Como avaliação do evento, solicitou-se que as crianças desenhassem as atividades mais apreciadas. Resultado: Recuperou-se 36 devolutivas (Tabela 1), 20 das quais apontaram a “Tarde dos Games” como a ação preferida. Relevante ressaltar que a maioria das crianças não conhecia os jogos virtuais com equipamento XBOX.

Quadro 1. Implementação do evento

Ação/dia	Materiais	Atividades da Pesquisa-ação	Devolutivas/nº
1º	Som, fantasias, tintas faciais	Recreação com palhaços, brincadeiras, Pintura facial, Coreografias de Dança a partir de jogos Xbox, Circuito de Fitness.	3
2º	Xbox 360 Kinect, Just Dance 2014-15, Kinect Adventures e Sports	Tarde dos Games. Gincana com os jogos virtuais/exergames: • Votação da sessão Cinema na ONG.	20
3º	TV, filme “Pixels”, brindes e livros infantis.	Cinema na ONG, Palestra sobre “Tecnologia e lazer”, Recreação com Gincana, Caça ao Tesouro, Contação de Histórias.	9
4º	Jogo de Erros e Acertos, brindes, lápis colorido e sulfite.	Recreação, Encerramento, Distribuição de Brindes e Alimentos • Balanço do evento: devolutiva das crianças por meio de desenhos de opinião.	4

Fonte: Próprio Autor

Considerações finais: Acredita-se que o evento foi positivo, evidenciado tanto pelo relato de interesse das crianças como pela disponibilidade da instituição em realizar eventos futuros como este. Agradecemos a PROEX/UNESP pela bolsa.

Palavras-Chave: Inclusão Digital, Lazer, Evento.

A INFLUÊNCIA DO LAZER NA RESSOCIALIZAÇÃO DE MENORES INFRATORES

TRENTIN, D. F. L.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

O estudo tem por objetivo compreender se há e qual é a influência do lazer na reinserção social de menores infratores. O tema se faz relevante por conta da Proposta de Emenda à Constituição 171/93, que diminui a maioria penal de 18 para 16 anos em casos de crimes hediondos no Brasil, e que tem gerado debates calorosos em grande parte da sociedade. Entende-se o lazer como um direito garantido por lei, que deve ser abordado como instrumento de mudança social e formação de personalidade e senso crítico. Nessa perspectiva, o mesmo pode ser uma importante ferramenta de ressocialização, atuando como tempo/espaço de desenvolvimento pessoal e social. A pesquisa se dará por meio de revisão de literatura e entrevistas semiestruturadas com funcionários da Fundação CASA, situada em Campinas/SP, com posterior relação entre as duas metodologias. O cronograma consiste em uma divisão em fases, que passam por revisão de literatura, entrevistas com trabalhadores da Fundação CASA – Campinas e com ex-internos da mesma, relação entre as informações da primeira e segunda fases e conclusão. Os resultados serão apresentados através da análise comparativa dos dados obtidos.

Palavras-chaves: lazer, ressocialização, maioria penal.

GINÁSTICA PARA TODOS NO BRASIL: UMA ANÁLISE DAS FEDERAÇÕES ESTADUAIS DE GINÁSTICA

MASSARO, I.F., TOLEDO, E.

Faculdade de Ciências Aplicadas – FCA/UNICAMP, LAPEGI - Limeira – SP

Introdução: Há estados do Brasil que desenvolvem ações na área da Ginástica, nos mais diversos contextos de prática, sendo algumas dessas ações promovidas pelas Federações Estaduais de Ginástica. O diálogo com esses gestores e alguns estudos científicos vêm mostrando que as mesmas funcionam com dificuldade, por conta disso, acabam não colaborando para democratizar a prática das Ginásticas, dentre elas a Ginástica para Todos (GPT). **Objetivo:** Mapear as modalidades gímnicas disponibilizadas nas Federações Estaduais de Ginástica, perspectivando uma análise acerca dessa realidade. **Metodologia:** A primeira fase da pesquisa foi documental, a partir dos dados disponibilizados pelas 21 federações, sendo numa segunda fase realizada uma pesquisa exploratória, utilizando-se da ferramenta questionário, composto por perguntas acerca das formas de fomento das modalidades ginásticas, com destaque na GPT. Somente 3 das 21 federações responderam o questionário até o momento. **Resultados:** Como obtivemos um número diminuto dos questionários, apresentaremos os dados parciais da pesquisa, a partir da conclusão da primeira fase documental. Assim, das 21 federações analisadas, foi possível observar a presença da ginástica rítmica (GR) em 19 delas, caracterizando-se 90,5% da amostra, e, portanto, a modalidade mais ofertada pelas federações. A ginástica artística (GA), 76,2%, presente em 16 federações. As ginásticas aeróbia (GAer) e de trampolim (GTram), 23,8%. A GPT e a acrobática (GAcro), 19%. **Considerações finais:** Diagnostica-se que as modalidades competitivas mais tradicionais no Brasil, a GR e a GA, são também as que mais são desenvolvidas nas Federações. As demais modalidades são as menos desenvolvidas embora tenham grande potencial para sua disseminação. Há nitidamente um problema de gestão nas Confederações, que em parceria com as Universidades, pode ser melhorado para fomentar todas as modalidades ginásticas nas Federações e no Brasil. Essa pesquisa contou com o financiamento do Programa PIBIC-CNPq, o apoio da CBG e a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa

Palavras-chaves: Ginástica Para Todos, Federações de Ginástica, Gestão Federativa.

Proposição de indicadores para descrição do jogo de futebol de mesa, modalidade Dadinho

BURATO M.B.B, MERCADANTE L.A.

Laboratório de Biomecânica e Instrumentação LABIN, da Faculdade de Ciências
Aplicadas – FCA UNICAMP – Limeira/SP

Introdução: Segundo as regras oficiais do Dadinho, cada unidade do jogo pode ser definida como ataque, dada pela posse de bola de uma das equipes, portanto, o jogo pode ser visto como uma sucessão de ataques alternados das duas equipes, onde em cada ataque são realizadas ações que podem ser quantificadas por análise notacional, ou seja, observação direta de avaliadores, caracterizando o jogo. **Objetivo:** Analisar quais os fundamentos são importantes para no futebol de mesa, modalidade Dadinho, para determinar o vencedor. **Metodologia:** Para descrever e compreender a dinâmica de jogos desportivos, pesquisadores tem utilizado indicadores técnicos de desempenho, que são uma combinação de variáveis de jogo capazes de discernir a eficiência das equipes. Assim, a opção deste trabalho foi construir uma metodologia para descrição do jogo, que defina os indicadores técnicos do futebol de mesa, que podem ser fundamentos e/ou ações realizadas, de maneira que seja possível comparar eficiências. A proposta aqui descrita foi aplicada em 9 partidas oficiais do VIII Campeonato Brasileiro Interclubes de Futmesa, através de análises computacionais utilizando o módulo *Scout* do programa DVideo. **Resultados:** Pela análise das médias dos fundamentos das nove partidas analisadas, o time vencedor troca mais passes, finaliza mais em direção ao gol e utiliza-se mais toques que o adversário. **Considerações finais:** Concluiu assim que, através dos fundamentos passe, finalização no gol e toque, quando realizados corretamente, são importantes para a vitória nesta modalidade.

Palavras-chaves: *Futebol de Mesa, Dadinho, Fundamentos do Jogo.*

ANÁLISE DA PONTUAÇÃO DO NOVO BASQUETE BRASIL A PARTIR DAS ESTÁTISTICAS OFICIAIS

Prochnow, R.A, Mercadante, L.A.

LABORATÓRIO DE BIOMECÂNICA E INSTRUMENTAÇÃO – LABIN -
FACULDADE DE CIÊNCIAS APLICADAS – FCA - UNICAMP, Limeira – SP

Introdução: O basquetebol é um esporte coletivo, composto por ações técnicas que são utilizadas no mapeamento das eficiências coletivas e individuais, e usadas pelos técnicos para planejar os treinamentos e melhorar o desempenho de suas equipes e jogadores. Em geral, são obtidas a partir das estatísticas oficiais dos principais campeonatos profissionais do mundo. No Brasil, a Liga Nacional de Basquetebol principal campeonato adulto masculino do país, disponibiliza em seu site o registro das ações técnicas de todos os jogos oficiais da competição, desde sua primeira edição. Os indicadores técnicos que podem representar o desempenho ofensivo são os arremessos de lances livres, 2 e 3 pontos, e são mais comuns em trabalhos científicos e podem ser analisados de várias formas, sendo possíveis de relacioná-los as vitórias e derrotas das equipes. O processo de registro durante os jogos é realizado por profissionais contratados e os dados são disponibilizados *online* no site oficial da Liga Nacional de Basquetebol. No entanto, estes dados não são revisados e, assim, podem apresentar erros em função da dinâmica em que ocorrem as ações nos jogos. Objetivo: O projeto tem como principal objetivo a validação dos dados de indicadores técnicos dos jogos do Novo Basquete Brasil, disponibilizados no site da Liga Nacional de Basquetebol, e analisar os indicadores técnicos ligados à produção de pontos, descrevendo os maiores pontuadores de cada time em função do tempo de quadra dos mesmos, suas posições e diferenças entre as temporadas. Metodologia: A amostra será composta pelos dados oficiais da primeira temporada 2008/2009 até 2014/2015, totalizando 1916 jogos de 27 equipes participantes. A análise dos dados dos indicadores técnicos será feita pelo programa Matlab[®]. A validação será feita a partir do teste estatístico de Correlação entre as observações de avaliadores treinados e os indicadores do mesmo campeonato.

Palavras-chaves: Esporte de rendimento, estatísticas do basquetebol, indicadores técnicos

**Análise da evolução dos arremessos de três pontos no Novo Basquete
Brasil.**

REALE V.M.C. MERCADANTE L.A.

LABORATÓRIO DE BIOMECÂNICA E INSTRUMENTAÇÃO – LABIN -
FACULDADE DE CIÊNCIAS APLICADAS – FCA - UNICAMP, Limeira – SP

Pouco se sabe sobre a evolução dos arremessos de três pontos nas temporadas do Novo Basquete Brasil (NBB). Assim, o objetivo deste projeto é analisar se esse indicador técnico está relacionado com o resultado final do jogo, sua evolução nas diferentes temporadas e considerando a mudança na distância da linha de três pontos em 2010, considerando que o treinamento desse fundamento pode solucionar ou minimizar os efeitos dessa alteração. Ao analisar os dados obtidos, pode ser verificado se esse indicador técnico é discriminante para ganhar e perder os jogos. Essa proposta utilizará as estatísticas oficiais dos jogos do NBB, que estão disponibilizados no site da Liga Nacional de Basquetebol (LNB), começando pela primeira temporada 2008/2009 até 2014/2015, totalizando 1916 jogos. Será utilizado o programa Matlab[®] para as análises dos indicadores técnicos de jogadores das 27 equipes. A validação dos indicadores oferecidos pela LNB será realizada a partir de comparação com os dados coletados por observadores, através do teste estatístico de Correlação. Serão feitas análises da utilização dos arremessos de três pontos em função do número de tentativas à cesta das equipes, dos principais jogadores em termos de eficiência e utilização do fundamento, e testando à correlação entre o uso e as eficiências deste fundamento com a classificação das equipes na temporada.

Palavras-chaves: Esporte de rendimento, estatísticas do basquetebol, indicadores técnicos

RELAÇÃO ENTRE O TEMPO DE ATAQUE E A DIFERENÇA DO PLACAR EM JOGOS DE BASQUETEBOL

YOSHIZANE, M.T, MERCADANTE, L.A

Faculdade de Ciências Aplicadas - UNICAMP, Limeira – SP

Introdução: O basquetebol torna-se cada vez mais dinâmico, imprevisível e competitivo. É uma modalidade coletiva cronometrada, onde os ataques são sucessivos e alternados entre as equipes, com limite de tempo de posse de bola de 24s. Assim, pode-se pensar na caracterização do ritmo do jogo em função da diferença no placar e pensar que as equipes à frente no placar devem gastar o tempo de posse de bola, e vice-versa. Alguns estudos utilizam o número de ataques e a eficiência de indicadores técnicos, porém, não consideram a duração dos ataques e a diferença do placar, que podem ser um fator de grande influência no ritmo do jogo. **Objetivo:** Foi verificar se existe relação entre a duração do ataque e a diferença no placar, discriminando os ataques posicionados 5x5 dos contra ataques, em jogos do Novo Basquete Brasil. **Metodologia:** As medições foram realizadas no módulo *scout* do Sistema DVideo, das variáveis tempo de cada ataque, diferença no placar, tipo de ataque e seu resultado em pontos. **Resultados:** Verificou-se que o tempo médio dos ataques posicionados com diferença positiva foi de 16,7s, com diferença negativa de 15,8s. Já nas situações de contra ataques em períodos positivos o tempo médio foi de 5,5s e nos períodos negativos de 5,6s. A quantidade de ataques posicionados com diferença positiva foi de 728 e os de diferença negativa foi de 898. Já a quantidade de contra ataques com diferença positiva foi de 121 e com diferença negativa 90. Verificou-se maior número de contra ataques para as equipes que estão perdendo no placar, e maior número de ataques 5x5 para as equipes que estavam vencendo. **Considerações finais:** Isso mostra que as equipes brasileiras controlam o tipo de ataque realizado, mas não o tempo de posse de bola. **Palavras-chaves:** Basquetebol, alto rendimento, posse de bola, ataque posicionado, contra ataque.

EFEITO DO SUBTIPO DA DOENÇA E DA TAREFA DUPLA NO CONTROLE POSTURAL NA DOENÇA DE PARKINSON

FIORIO, L. M., ORCIOLI-SILVA, D., LIRANI-SILVA, E., CONCEIÇÃO, N. R.,
GOBBI, L. T. B.

UNESP – Univ. Estadual Paulista, Instituto de Biociências, Rio Claro – SP.

A instabilidade postural é um dos principais sinais na doença de Parkinson (DP), podendo ser ainda mais acentuada em atividades que aumentam a exigência dos sistemas cognitivos e motores, como em tarefas duplas (TD). Estudar este comprometimento, sobretudo de acordo com os subtipos da DP – Instabilidade Postural/Dificuldades no Andar (IPDA) e Tremor Dominante (TrD) – pode esclarecer os mecanismos do controle postural na DP. O objetivo do estudo foi comparar o efeito do subtipo da doença e da TD no controle postural de pacientes com DP. Participaram deste estudo 36 idosos, sendo 18 classificados como IPDA e 18 como TrD, de acordo com a razão da pontuação média referente aos itens/subitens de tremor e instabilidade postural/problemas locomotores da Unified Parkinson's Disease Rating Scale. A avaliação do controle postural consistiu em permanecer ereto em pé, olhando para um alvo fixo a 1 m de distância, sobre uma plataforma de força, com frequência de 200Hz, durante 30 segundos. Duas condições experimentais foram testadas: tarefa simples e TD. Foram realizadas 3 tentativas para cada condição. A TD consistiu em ouvir um áudio com um conjunto de números aleatórios (0 a 9), no fim, o participante deveria relatar quantas vezes um determinado número apareceu. Variáveis dependentes do centro de pressão (CoP), no sentido anteroposterior (AP) e médio lateral (ML), foram analisadas. ANOVAs *two-way* com fator grupo e tarefa, com medidas repetidas para tarefa, foram utilizadas para análise das variáveis do CoP. O nível de significância foi $p < 0,05$. A ANOVA apontou efeito de grupo para deslocamento ML, velocidade ML, amplitude AP, amplitude ML, RMS AP e tendência no RMS ML. Em todas as variáveis o grupo IPDA apresentou maiores valores. Conclui-se que idosos com DP do subtipo IPDA possuem maior comprometimento no controle postural, tornando-os suscetíveis a quedas. A DT não influencia o controle postural.

Predição de quedas em pacientes com doença de Parkinson: uma abordagem multifatorial.

LUIZON, W. S., GOBBI, L. T. B., LIRANI-SILVA, E., ORCIOLI-SILVA, D.,
VITÓRIO, R.

UNESP – Univ. Estadual Paulista, Instituto de Biociências, Rio Claro – SP.

A doença de Parkinson (DP) é uma patologia progressiva e degenerativa que afeta os neurônios produtores de dopamina da substância negra parte compacta. Os sinais e sintomas da DP incluem comprometimentos motores (ex: tremor) e não motores (ex: declínio cognitivo). A principal consequência dos comprometimentos da DP é o aumento da ocorrência de quedas. Para o adequado gerenciamento dos problemas causados pela elevada ocorrência de quedas em pessoas com DP, faz-se necessário o desenvolvimento de ferramentas capazes de identificar indivíduos em risco de queda. Com vista nisso, profissionais da área da saúde poderiam intervir antes mesmo que uma queda ocorresse. Como vários fatores estão associados com a ocorrência de quedas, uma abordagem multifatorial é necessária para a identificação de bons preditores. Pesquisas desta natureza têm potencial para melhorar a qualidade de vida dos pacientes e também para diminuir os gastos públicos e privados com serviços de saúde relacionados a quedas. O objetivo deste projeto será testar o desempenho isolado e combinado de classificadores (variáveis clínicas, cognitivas, funcionais, parâmetros cinemáticos e cinéticos do andar e do controle postural) na predição de quedas em pacientes com DP durante um período subsequente de 4 meses. Este será um estudo retrospectivo que utilizará dados coletados entre os anos de 2010 e 2015 do banco de dados do Laboratório de Estudos da Postura e Locomoção. O desenho experimental envolve avaliações iniciais e um período subsequente de 4 meses de registro de ocorrência de quedas. Critérios de inclusão: diagnóstico de DP confirmado; participação em pelo menos 50% das avaliações; apresentar 4 meses de registro de ocorrência de quedas após as avaliações iniciais. O desempenho, individual e combinado, das variáveis dependentes em prever a ocorrência de quedas será testado por meio de análises ROC (incluindo valores de sensibilidade, especificidade e área sob a curva).

Palavras Chave: Predição de quedas, doença de Parkinson, cognição, capacidade funcional, marcha, postura.

FATORES DETERMINANTES NAS TRANSIÇÕES NA CARREIRA ESPORTIVA DE ATLETAS DE SQUASH.

MOTTA, M.D.C., GALATTI, L.R.

Faculdade de Ciências Aplicadas - UNICAMP, Limeira – SP

Introdução: O squash é uma modalidade esportiva de raquetes que foi criada em meados do século XIX. Por ser uma modalidade nova, o Brasil tem pouca expressão em termos de resultados nesta modalidade. É relevante conhecer a trajetória esportiva desses atletas para que seja possível melhorar e gerar condições e processos de formação de atletas de alto rendimento, compreender como um atleta de squash consegue se manter e competir em alto nível, visto que a projeção não é ampliada. **Objetivo:** Conhecer a trajetória de vida esportiva de atletas de squash em diferentes períodos da carreira esportiva, identificar fatores que foram determinantes para os diferentes períodos de transição na carreira esportiva. **Metodologia:** O quadro teórico utilizado como base para análise e discussão foi o Quadro Teórico de Valores Pessoais para o Esporte (CÔTÉ, 2014). Foi utilizada a metodologia de Bardin usando as três fases: pré-análise, exploração do material e por fim tratamento dos resultados, inferência e interpretação. As categorias utilizadas para a análise foram os elementos dinâmicos: engajamento pessoal, qualidade dos relacionamentos e cenários apropriados. Foram entrevistados três atletas de squash: um atleta recentemente ex-juvenil; um atleta com a maior pontuação no ranking do Professional Squash Association (PSA); um atleta em final de carreira esportiva. **Resultados:** Na categoria qualidade dos relacionamentos tiveram semelhanças entre os três atletas de squash, como tiveram o mesmo treinador, o apoio da família para a prática esportiva e algumas amizades foram comuns. Em cenários apropriados também tiveram elementos em comum, como o local da prática e apoio de patrocínio. Na categoria engajamento pessoal não foi encontrado elementos semelhantes. **Considerações finais:** Elementos das categorias qualidade dos relacionamentos e cenários apropriados foram determinantes nas três carreiras esportivas em diferentes fases, confirmando a importância na carreira esportiva. São necessárias mais investigações acerca da modalidade e também sobre carreira esportiva.

Palavras-chaves: Squash, Transição, Carreira Esportiva.

PEDAGOGIA DO ESPORTE: UMA PROPSTA DE INICIAÇÃO EM BASQUETEBOL A PARTIR DE CONCEITOS DE JOGO.

MARICONE L¹, GALATTI L¹, PEREZ B².

¹ Faculdade de Ciências Aplicadas – UNICAMP, Limeira – SP

² Universidade de Extremadura - Espanha

Introdução: No basquetebol, um problema na sua iniciação é a divisão de posicionamento mediante a altura de seus jogadores. Desta forma, há a tendência de ocorrer uma especialização precoce de posições nas categorias de base. Isso as fazem aprenderem o jogo de uma forma fragmentada, tirando-as a possibilidade de serem atletas completos e versáteis. Assim, se necessário mudar de posição, muitos não se adequam e acabam desistindo do esporte. Objetivos: Analisar a proposta da *Federacion Española de Baloncesto* (FEB) de iniciação do basquetebol, a fim de encontrar soluções para a problemática de iniciação precoce de posições no jogo ofensivas. Metodologia: Este estudo foi feito a partir da pesquisa documental, os documentos analisados foram reunidos a partir de pesquisa ao website da FEB, sendo consultados os artigos escritos por treinadores ou de autoria de uma Federação de Províncias vinculados à FEB, na aba “Entrenadores”. Resultados: Os treinadores vinculados à FEB indicam utilizar os conceitos *Dividir y pasar, pasar y cortar, juego al poste (triângulos), bloqueos (directos y indirectos)* e desajuste, além de outros sub-conceitos, uma vez que não especializam gestos técnicos ou função ofensiva, mas permitem ao jovem atleta adquirir competências gerais que lhe permitam amplo desenvolvimento no basquetebol. Considerações Finais: O método FEB se mostra eficiente diante dos resultados obtidos pelas seleções espanholas em competições internacionais, onde ocupam a segunda colocação na categoria combinado (masculino e feminino) no ranking FIBA. Frente a isto concluímos que podemos nos apoiarmos neste método afim de intervir na formação do atleta brasileiro, possibilitando assim uma formação integral do indivíduo, um crescimento da modalidade em número de praticantes e também um melhor desempenho futuro nas divisões de ponta.

Palavras-chave: Pedagogia do Esporte, Basquetebol, Iniciação.

SATISFAÇÃO COM A PRÁTICA ESPORTIVA EM JOVENS JOGADORES DE BASQUETEBOL

BREDER L.¹, LEONARDI T.J.^{1,2,3}, SOARES A.¹, BOSCARIOL M.¹, SOUSA L.A.¹, GONÇALVES C.E.⁴, PAES R.R.¹, CARVALHO H.M.¹

¹Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas –SP, Brasil

²Faculdade Adventista de Hortolândia, Hortolândia –SP, Brasil

³Faculdade de Jaguariúna, Jaguariúna – SP, Brasil

⁴Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal

Introdução: A satisfação com a prática esportiva, respostas afetivas positivas dos atletas às experiências esportivas, desempenha um papel relevante para a continuidade ou descontinuidade dos jovens no esporte. **Objetivo:** Neste estudo estudou o efeito da idade e estado de maturação somática sobre a satisfação com a prática esportiva em jovens atletas de basquetebol (10-16 anos). **Metodologia:** A estatura, massa corporal e altura sentado foram avaliadas em 58 jogadores de basquetebol (13.1± 1.6 anos). A idade no pico de velocidade de crescimento foi estimada pela equação do *maturity offset* (Mirwald et al, 2002, Med Sci Sport Exerc) e os atletas agrupados por estado de maturação somática (pré púbere *maturity offset*<-1 ano; púbere $-1 \leq \textit{maturity offset} \leq 1$ ano; pós-púbere >1 ano). A satisfação com a prática esportiva foi avaliada através da aplicação da versão em língua portuguesa do *Sources of Enjoyment in Youth Sports Questionnaire* (Wiersma, 2001, Meas Phys Educ Exerc Sci). Foram utilizados modelos de regressões lineares multinível. **Resultados:** Com exceção das *Competências referenciadas por outros e reconhecimento*, os valores de coeficiente intraclasse superiores a 0.05 quando os atletas estavam agrupados por estado de maturação somática indicando agrupamento significativo das médias por grupo. Nas *Competências autoreferenciadas, Esforço exercido e Afiliação com os pares* verificaram-se valores superiores para os atletas púberes e pós-púberes comparados com os atletas pré-púbere. Os valores de *Envolvimento parental positivo* foram superiores para os atletas pré-púberes comparados com os seus pares. Foi verificado um efeito positivo da idade sobre as dimensões do questionário de satisfação com prática, controlando a influência do estado de maturação no nível-2.

Considerações finais: Os resultados realçam a importância de se considerar a influência da variação associada à idade e maturação biológica na satisfação para a prática em jovens jogadores de basquetebol, sendo relevante para interpretação do desenvolvimento de jovens atletas, particularmente em estudos longitudinais.

Palavras-chaves: jovem atleta, maturação biológica, modelação hierárquica/multinível, esporte.

As Lutas no Projeto de Extensão Universitária da Faculdade de Educação Física da Unicamp

OLIVEIRA G.H.C, GALATTI L.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Introdução: A Extensão universitária constitui um dos pilares de atuação das Universidades conforme a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional nº 9.394 - 1996 “visando à difusão das conquistas e benefícios resultantes da criação cultural e da pesquisa científica e tecnológica geradas na instituição” junto à população. Seguindo este pré-requisito a Faculdade de Educação Física (FEF) da Unicamp oferece como atividades de Extensão diversas modalidades esportivas com o intuito de envolver a comunidade, proporcionando aos alunos de graduação da faculdade a oportunidade de adquirirem experiência com atividades inerentes a sua futura profissão. **Objetivo:** O presente trabalho objetiva verificar as percepções de professores e alunos das Lutas sobre suas atividades em seus respectivos projetos de Extensão na FEF-UNICAMP e, desta forma, compreender as motivações de cada uma das partes, o planejamento das aulas, quem são os agentes que procuram estas modalidades no espaço universitário e por que o fazem, por fim, como estas percepções contribuem para a construção do saber acadêmico. **Metodologia:** Para responder os objetivos o presente estudo entrevistou 8 monitores das modalidades de lutas oferecidas e um total de 135 alunos no início do semestre e 52 alunos ao final do primeiro semestre de 2016 através de uma entrevista composta por quatro perguntas abertas e distintas para professores e alunos no início e no final do semestre. A população deste estudo é composta por monitores e alunos maiores de 18 anos. **Cronograma:** Aplicação dos questionários em março e julho de 2016. Análise e resultados finais em novembro de 2016. **Resultados Esperados:** Compreender se a Extensão Universitária constitui um espaço privilegiado para a construção do conhecimento sobre as Lutas: não apenas para a disseminação dos seus conteúdos tradicionais, mas se contribui para a renovação e reinvenção do conhecimento e sua importância dentro da esfera da Educação Física. **Palavras-chave:** Lutas, Significados, Extensão.

Análise e discussão da aplicabilidade da teoria de jogos esportivos de Júlio Garganta para o Futebol Americano

Renan Schroter, Sérgio Settani Giglio
Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Introdução

O futebol americano, modalidade esportiva com grande crescimento no Brasil, é um esporte de invasão e disputa direta pela bola, conforme os conceitos de Bayer (1994). Como sua prática se difundiu apenas recentemente no país, poucas foram as produções acadêmicas sobre a modalidade, em especial sobre os métodos e pedagogias de ensino. Esse trabalho discute sobre as possibilidades de aplicação da teoria de jogos esportivos de Júlio Garganta para o futebol americano, assim como as dificuldades dessa aplicação.

Objetivo

Esse trabalho teve como objetivo analisar e discutir a possibilidade de aplicação da teoria de jogos esportivos de Júlio Garganta (1995) para o futebol americano, ampliando assim as possibilidades de ensino do esporte.

Metodologia

O método utilizado foi a revisão bibliográfica, usando como base a produção de Júlio Garganta e textos de apoio, além de livros escritos por técnicos americanos.

Resultados

Ao se analisar os conceitos de lógica interna e princípios operacionais de Bayer (1994), temos que o futebol americano se encaixa em todos os itens, podendo assim ser tratado em toda sua extensão como Jogo Desportivo Coletivo, sendo esse ponto importante para viabilizar a análise do esporte sob a luz das teorias de Júlio Garganta (1995), que em muito se fundamentam nos conceitos de Bayer (1994). Garganta (1995) propõe principalmente a utilização de jogos adaptados, com número reduzidos de jogadores, em espaços menores e regras simplificadas, como meio de ensino do jogo, sendo que assim seria ocorreria uma maior continuidade das ações e uma maior possibilidade de concretização. Analogamente existem já modalidades como o *flag football* e *touch* que possuem essas características, e muitas vezes são praticados por jovens antes de começarem a praticar a principal modalidade do futebol americano, *full pad*, em grande parte por estas terem contato físico reduzido.

Considerações finais

As teorias e propostas metodológicas de Júlio Garganta (1995), podem não só ser aplicadas ao futebol americano, como podem ser utilizadas como ferramentas para ensinar grupos heterogêneos.

No entanto, ainda restam pontos a serem discutidos de como seria esse ensino quanto a, por exemplo, o contato físico intenso do jogo.

Palavras-chaves: Futebol Americano, Júlio Garganta, pedagogia.

EFEITOS DA EXPERIÊNCIA DE TREINO NA MOTIVAÇÃO PARA A TAREFA E PARA A COMPETIÇÃO EM JOVENS JOGADORES DE BASQUETEBOL

SOARES A.L.A.¹, LEONARDIT.J.^{1,2,3}, BREDER L.¹, SILVA I.G.², SOUSA L.A.¹,
SANTOS B.¹, BOSCARIOL M.¹, GONÇALVES C.E.⁴, PAES R.R.¹, CARVALHO
H.M.¹

¹Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas –SP, Brasil

²Faculdade Adventista de Hortolândia, Hortolândia –SP, Brasil

³Faculdade de Jaguariúna, Jaguariúna – SP, Brasil

⁴Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Universidade de Coimbra,
Coimbra, Portugal

Introdução: A interação de múltiplas influências na trajetória esportiva de sucesso ainda não é totalmente compreendida. **Metodologia:** Neste estudo examinamos a variação na motivação para a realização de tarefas, para a competição e para a prática deliberada de jovens jogadores de basquetebol associados a diferenças de experiência no treinamento formal, considerando a variação do estado de maturação biológica e idade cronológica. Cinquenta e oito jogadores de basquetebol com idades de 9.5 a 15.5 anos foram considerados. As variáveis incluíram a idade cronológica, anos de experiência de treinamento formal, idade estimada do pico de velocidade do crescimento, estatura, massa corporal e altura sentado através da antropometria; Work and Family Orientation (WOFO) e Deliberate Practice Motivation (DPMQ). Foram utilizadas séries de modelos multinível/hierárquicos para extrair modelos de partição da variância. **Resultados:** Foi observada uma influência positiva significativa da experiência de treino para maestria e busca da excelência. Além disso, a influência da experiência de treino em ambas variáveis mostrou-se independentes da idade cronológica e do estado de maturação somática. Foi verificada uma influência independente do estado de maturação somática estimada na maestria e na busca da excelência.

Conclusão: A experiência de jovens jogadores de basquetebol influencia em sua motivação para a realização de tarefas, para a competição e para a prática deliberada. Além disso, as mudanças de crescimento notadas são importantes para pesquisadores e treinadores compreenderem a motivação dos jogadores para a realização de tarefas, competição e prática deliberada no basquetebol de jovens.

Palavras-chave: jovens, adolescência, atletas, basquetebol, maturação, modelos multinível/hierárquicos

Análise dos efeitos e percepção da especialização precoce em jovens atletas de futsal e técnicos.

HIGA G.S, GIGLIO S. S.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Introdução: A iniciação esportiva é uma fase muito importante para o desenvolvimento da criança no esporte e durante esse período ela aprende um pouco sobre as regras, o espaço, as possibilidades que o jogo pode oferecer. Por esse motivo, a iniciação realizada de forma coerente é muito importante para que a criança crie suas raízes e consiga se desenvolver. O treinamento inapropriado pode levar a criança a especialização esportiva precoce, que ocorre quando a criança inicia-se cedo no esporte, não participa de diversos esportes, envolve-se precocemente em treinos de alta intensidade e envolve-se precocemente em competições esportivas (BAKER, 2003)

Objetivo: este estudo teve como objetivo observar o processo de formação esportiva pela perspectiva dos técnicos e atletas, verificar se passaram por um processo de especialização precoce e analisar as possíveis consequências.

Metodologia: Entrevistamos 2 treinadores e 6 atletas de futsal das categorias sub 17 e sub 16 por meio da entrevista semi-estruturada (TRIVIÑOS, 1987), que foram analisadas relacionando os relatos com a literatura.

Resultados: Os relatos dos atletas mostram que todos eles passaram pelo processo de especialização precoce. Eles não percebem que foram especializados precocemente, pensam que foi um processo normal. A maior parte dos atletas colocam os estudos como primeiro plano e têm a consciência das oportunidades que eles podem oferecer para um futuro. Os técnicos colocam as categorias menores como as mais delicadas de se trabalhar, falam sobre a importância do esporte como meio de formação e de desenvolvimento das crianças e de que o trabalho e planejamento deve variar com as diferentes categorias.

Considerações finais: O projeto atingiu os objetivos previstos que foram: analisar o processo de formação dos atletas, observar os efeitos da especialização precoce e qual a percepção dos atletas sobre o tema além de entender as opiniões dos técnicos sobre as categorias de iniciação esportiva.

Palavras-chaves: Especialização precoce; Futsal; Atletas; Técnicos.

INICIAÇÃO TARDIA DA GINÁSTICA RÍTMICA EM AMBIENTE UNIVERSITÁRIO

SILVA N.N.O., DEUTSCH S.

Departamento de Educação Física - UNESP, Rio Claro – SP

Introdução: A Ginástica Rítmica (GR) tem como característica a combinação harmônica de movimentos corporais, acompanhados de aparelhos e música, muito conhecida pelo seu desempenho em competições, mas também com possibilidades no trabalho sem qualquer finalidade competitiva, utilizando-a apenas para fins da prática por lazer como é feita através do projeto de GR na Universidade Estadual Paulista (UNESP) no campus de Rio Claro. **Objetivo:** O projeto proporciona a vivência com a GR sem fins competitivos na busca por superação pessoal, realização de atividade física e alívio do estresse e pressão vivida na universidade, além de lidar com a individualidade dos alunos, com ênfase ao que estão dispostos e o que anseiam em aprender. **Métodos propostos:** São participantes das aulas, alunos da graduação, pós-graduação e funcionários da UNESP, de 18 a 38 anos, sendo que a maioria não possui experiência prévia com a modalidade. Os treinos tem como conteúdo o trabalho de habilidades motoras específicas, manipulação dos aparelhos da GR, coreografias e apresentações em festivais universitários, além do condicionamento físico para que não ocorram lesões. Pretende-se aplicar uma entrevista semiestruturada para verificar as motivações dos mesmos para essa prática e de seus benefícios. **Resultados Esperados:** Através do projeto realizado na UNESP espera-se observar que é possível obter ganhos mesmo que a iniciação da modalidade não seja na infância, indícios estão presentes em estudos já publicados, mostrando benefícios da GR em adultos, como na reeducação motora e qualidade de vida. A expectativa é de que os participantes busquem essa prática como atividade física e de lazer aliviando o estresse e a pressão do dia a dia, tendo a iniciação tardia na GR como uma boa opção podendo oferecer vantagens no condicionamento físico e na superação pessoal do praticante.

Palavras-chaves: Ginástica, Iniciação tardia, Ginástica Rítmica.

Metodologia utilizada pelos treinadores para o ensino do handebol na categoria infantil: uma reflexão a partir do ensino dos jogos esportivos coletivos

DI GILIO J. P. T, GIGLIO S. S.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Introdução: Para uma pedagogia dos esportes coletivos pode-se classificar o handebol como um jogo desportivo coletivo (GARGANTA, 1995). A fim de auxiliar no debate da pedagogia dos esportes coletivos, Bayer (1994) explica que todos os esportes coletivos partem dos mesmos princípios operacionais, possibilitando um ensino com características comuns entre eles. Devido aos diversos métodos encontrados na pedagogia dos esportes coletivos, como apontado por Garganta (1995), torna-se necessário identificar os métodos utilizados, principalmente nas categorias menores.

Objetivo: O presente trabalho teve como objetivo principal identificar e caracterizar os critérios que o professor de um time de handebol infantil utiliza para definir suas aulas, partindo do ponto de vista da metodologia de ensino, verificando o embasamento que o levou a escolher esses métodos e o que influenciou nessas escolhas.

Metodologia: Entrevistamos quatro treinadores de equipes de handebol da categoria infantil situadas no interior paulista por meio de uma entrevista semiestruturada (TRIVIÑOS, 1987). Os indivíduos que participaram receberam uma identificação, sendo: entrevistada 1 (E1), entrevistado 2 (E2), entrevistado 3 (E3) e entrevistado 4 (E4).

Resultados: Identificamos disparidades entre as metodologias empregadas pelos treinadores. A metodologia de E2 é pautada nas unidades funcionais, aproximando-se do método situacional, passando também pelo global-funcional. Já nas palavras da E1 passa por todas as metodologias apresentadas, global-funcional, analítico-sintético e o situacional. Pode-se observar que em grande parte dos seus trabalhos E3 e E4 utilizam do método analítico-sintético, centrando a aprendizagem do aluno na técnica desvinculada da tática. (GARGANTA, 1995)

Considerações finais: Dois treinadores utilizam predominantemente metodologias que não fragmentam elementos do jogo, apontando maior influência do período da graduação na construção de seus trabalhos. Já os outros dois treinadores frequentemente utilizam métodos em que se extraem elementos do jogo de seu contexto, destacando o período em que foram atletas da modalidade como fundamental na elaboração de seus treinos.

Palavras-chaves: Handebol; Pedagogia do Esporte; Esporte Coletivo.

ASPECTOS PSICOLÓGICOS DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA NEUROLÓGICA PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE DANÇA

LOUREIRO A. M., SOARES V. N., CHIMINAZZO J. G.C., FERNANDES P.T

Faculdade de Educação Física – UNICAMP, Campinas - SP

Introdução: A dança moderna possibilita novos caminhos de execução, movimentação e coreografia, de modo a estimular a criatividade por meio das potencialidades dos sujeitos. Assim, a dança pode ser praticada por pessoas de diferentes faixas etárias (Vieira; Vieira, 1997), além de ser um alento para pessoas com deficiência. A possibilidade de dançar sem movimentos padronizados, fornece às pessoas com deficiência uma opção de prática corporal diferente das demais, pois permite a construção criativa dos gestos, o que reverbera no desenvolvimento artístico, expressivo, social e motor (Coutinho, 2008; Vieira Vieira, 1997).

Objetivo: Este estudo tem como objetivo descrever e comparar aspectos psicológicos de pessoas com deficiência neurológica praticantes e não praticantes de dança.

Metodologia: Estima-se que a amostra será formada por 28 sujeitos (ambos os sexos), dos quais 14 praticam aulas regulares de dança (G1) e, os demais, não dançam regularmente (G2). Tratam-se de pessoas com deficiência neurológica, atendidas na Associação de Educação Terapêutica para Portadores de Lesões Neurológicas (AMARATI). A coleta de dados ocorrerá nesta instituição, onde serão empregados os seguintes instrumentos: ficha de identificação pessoal, Escala de Resiliência, Escala de Autoestima de Rosenberg e Instrumento de Avaliação de Qualidade de Vida (WHOQOL). Para a análise dos dados, serão comparadas as variáveis psicológicas entre os grupos G1 e G2.

Resultados prévios: Como ilustrado na figura 1, os resultados prévios do estudo, demonstram que o grupo G1, apresentou de média de 17,7 ($\pm 4,92$) para a autoestima, 141,25 ($\pm 11,03$) para a resiliência 105,75 ($\pm 11,03$) para a qualidade de vida.

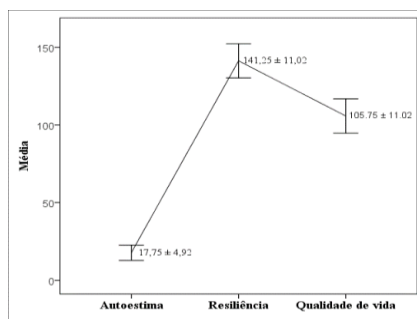


Figura 1. Média do grupo G1 para a autoestima, resiliência e qualidade de vida.

Palavras-chave: Dança, qualidade de vida, resiliência, autoestima.

ANÁLISE ESTRUTURAL DAS ÁREAS CEREBRAIS ATIVADAS EM PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE BALLET CLÁSSICO

CORDEIRO C.C, YOSHIDA H.M., APPENZELLER S., FERNANDES P.T.

Faculdade de Educação Física, GEPEN – UNICAMP, Campinas - SP

Introdução: O ballet clássico é uma modalidade de dança capaz de trabalhar habilidades como equilíbrio, coordenação motora, força e flexibilidade. Assim como aprimorar a postura e imagem corporal, podendo influenciar na ativação e estrutura cerebral. **Objetivo:** Nesse contexto o objetivo desse estudo foi comparar as estruturas cerebrais de praticantes e não praticantes de ballet clássico através de ressonância magnética pela técnica de Volumetria Baseada em Voxel. **Metodologia:** Para isso, foram avaliados dois grupos: 19 praticantes de ballet clássico de um núcleo de dança da região metropolitana de Campinas (grupo experimental) e 19 indivíduos não praticantes de ballet, do banco de dados do HC-Unicamp (grupo controle), de ambos os sexos, na faixa etária de 18 a 32 anos de idade. **Resultados:** A partir dos resultados, foi possível constatar que houve diferença significativa ($p \leq 0,05$) entre o Grupo experimental e o Grupo controle, referentes às áreas cerebrais do hipocampo (direito e esquerdo), cerebelo direito do córtex, cerebelo esquerdo do córtex, putâmen, além do volume subcortical de substância cinzenta e volume de substância cinzenta total. **Considerações Finais:** Nesse sentido, foi possível concluir que a partir dos processos de aprendizagem envolvidos na dança (observação, simulação, imitação e repetição) ocorre um mapeamento neural que consolida o aprendizado através dos processos cognitivo, associativo e autônomo, podendo influenciar também em fatores de proteção para possíveis doenças que venham a lesionar ou diminuir as estruturas e neurotransmissores de áreas específicas do córtex cerebral.

Palavras-chaves: Ballet clássico, psicologia do esporte, neurociências.

AVALIAÇÃO COGNITIVA E ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS COM COMPROMETIMENTO COGNITIVO LEVE

GOMES S.T, TEIXEIRA C.V.L, FERNANDES P.T.

Faculdade de Educação Física, GEPEN - UNICAMP, Campinas – SP

Introdução: Durante o processo de envelhecimento, ocorre um declínio da capacidade cognitiva, que pode decorrer de um processo fisiológico normal ou proveniente de um estágio de transição para a demência. Testes cognitivos são utilizados como forma de diagnóstico, e que permitem classificar as capacidades cognitivas de um indivíduo sem alterações ou com comprometimento cognitivo leve. A atividade física aparece como uma possibilidade de tratamento alternativo que pode favorecer as habilidades cognitivas ou postergar o aparecimento de queixas de memória e de funções executivas. **Objetivo:** Relacionar a prática de atividade física com o desempenho cognitivo em idosos com comprometimento cognitivo leve. **Metodologia:** O estudo será realizado com 30 sujeitos de ambos os sexos, sendo 15 idosos com funções cognitivas consideradas normais para a idade e 15 sujeitos com comprometimento cognitivo leve, acima de 60 anos. Para mensurar o nível de atividade física será utilizado o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), e os testes cognitivos utilizados serão: Mini-Exame do Estado Mental (MEEM); Escala Clínica de Demência (CDR); Teste de Aprendizado auditivo-verbal de Rey (RAVLT); Fluência verbal categórica e fonêmica; Cópia da Figura Complexa de Rey e Teste do Relógio (TDR). **Cronograma:** No primeiro semestre, será realizada uma revisão de literatura sobre o tema, o contato com os idosos e o início da coleta de dados. No segundo semestre, terminaremos a coleta de dados, faremos a tabulação e a análise estatística. **Resultados Esperados:** Esperamos que os idosos com comprometimento cognitivo leve com maior nível de atividade física tenham um melhor desempenho nos testes cognitivos.

Palavras-chaves: Idosos; Comprometimento Cognitivo Leve; Atividade Física; Avaliação cognitiva.

SINTOMAS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM PESSOAS COM LESÃO NA MEDULA ESPINHAL PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE ESPORTES ADAPTADOS

BERSELLI A.M., YOSHIDA H. M., FERNANDES P.T.

Faculdade de Educação Física, GEPEN - UNICAMP, Campinas – SP

Introdução: Vivemos em um período onde se almeja que pessoas tenham plenas oportunidades de desenvolvimento social, cultural e físico. Assim, o esporte adaptado tem crescido e necessitado de pesquisas que suportem seu desenvolvimento. Esta pesquisa visa somar-se a esta manifestação, trazendo subsídios para a importância psicológica na prática de esportes adaptados. **Objetivo:** Identificar e comparar sintomas de ansiedade e depressão em sujeitos com lesão na medula espinhal, praticantes e não praticantes de esportes adaptados. **Método:** Participaram do estudo 40 sujeitos do sexo masculino divididos em dois grupos: Grupo Controle (GC) com 20 sujeitos sedentários, com idade média de 41 anos ($DP=\pm 8$) e tempo de lesão de 11,85 anos ($DP=\pm 6,69$) e Grupo Praticante de Esporte Adaptado (GPEA) com 20 sujeitos com idade média de 32 anos ($DP=\pm 8$) e 14,85 anos ($DP=\pm 7,7$) de tempo de lesão. Foram utilizados os seguintes instrumentos: ficha de identificação, Inventário de Ansiedade de Beck e Inventário Beck de Depressão. Este trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNICAMP (CAAE: 50861015.6.0000.5404). **Resultados:** a Tabela 1 mostra os valores para os Sintomas de Ansiedade e de Depressão para o grupo total, GPEA e GC:

Tabela 1: Sintomas de Ansiedade e de Depressão.

	Sintomas de Ansiedade (média \pm DP)	Sintomas de Depressão (média \pm DP)
Grupo Total	8,41 \pm 8,01	6,57 \pm 7,47
GPEA	9,85 \pm 9,17	6,30 \pm 8,2
GC	6,75 \pm 6,54	6,85 \pm 6,87

Considerações finais: As análises mostraram que não houve diferenças estatisticamente significativas entre os grupos ($p>0,05$). Ambos apresentaram nenhum ou poucos sintomas depressivos e grau mínimo de ansiedade. Mais análises serão feitas para finalizar o trabalho e, assim, concluir o efeito do exercício físico nestes grupos de pessoas.

Palavras-chaves: psicologia do esporte, esporte adaptado, lesão medular.

IMAGEM CORPORAL E TRANSTORNOS ALIMENTARES EM PRATICANTES DE DANÇA

ABDUCH, J. M., CIBIM, J. P., BRESSANIN, T. Q., FERNANDES P.T.

Faculdade de Educação Física, GEPEN - UNICAMP, Campinas - SP

A dança é uma das vertentes de estudo e de atuação do profissional da Educação Física. É uma das práticas corporais mais procuradas por meninas de várias idades, visando o amadorismo ou o profissionalismo, necessitando de atenção e cuidados em relação a sua prática. Atualmente, são impostos pela mídia e acatados pela sociedade padrões de beleza que vangloriam um corpo magro, que passa a ser o “corpo ideal” e desejado por muitas mulheres. Esse cenário também se encontra na dança, considerada um esporte estético, em que as praticantes almejam um corpo mais magro e mais esbelto, visando um melhor desempenho e avaliação dos professores e jurados em competições. Muitas vezes, as dançarinas fazem o possível e o impossível para obter esse corpo, apresentando hábitos alimentares inadequados, controle até excessivo e patológico da massa corporal, baixa autoestima e constante insatisfação com seu próprio corpo. Assim o presente trabalho tem o objetivo de avaliar a imagem corporal e os comportamentos de risco para transtornos alimentares em praticantes amadoras e profissionais. Para isso, serão avaliadas dançarinas do sexo feminino entre 13 e 30 anos que praticam dança há pelo menos 1 ano. Os instrumentos serão: Ficha de identificação (com dados pessoais e da prática da modalidade), Escala de Silhuetas de Stunkard (STUNKARD, 1983), *Eating Attitudes Test (EAT-26)* (GARNER, D.M. & GARFINKEL, P.E., 1979) e Escala de Autoestima de Rosenberg (ROSENBERG, 1965), visando relacionar imagem corporal, autoestima e comportamentos de risco para transtornos alimentares. Com este trabalho, esperamos mostrar a influência (positiva e negativa) da dança na imagem corporal e na autoestima das bailarinas.

Palavras-chaves: educação física; dança; transtornos alimentares; imagem corporal; autoestima; psicologia do esporte.

A dança e a recuperação da capacidade funcional na percepção de mulheres da terceira idade frequentadoras de um grupo de dança

PIZZOL V, FUENTES-ROJAS M.

Faculdade de Ciências Aplicadas – FCA/UNICAMP, Limeira– SP

A capacidade funcional encontra-se totalmente ligada ao processo de envelhecimento, pois é nesse processo em que começa a ocorrer uma regressão no desempenho das atividades diárias. Estudos apontam que a dança estimula todos os componentes da capacidade funcional, promovendo a recuperação, permitindo ao indivíduo maior independência na vida cotidiana e melhorando sua autoestima. O objetivo foi verificar na fala das mulheres as contribuições da dança na recuperação da capacidade funcional. Estudo qualitativo do tipo descritivo, com uma amostra de 30 mulheres idosas. Foi realizado entrevistas semiestruturadas, e identificadas categorias de análise a partir dos depoimentos. Categorias: Frequência no grupo de dança, tempo que dança, como eram as atividades diárias antes e depois da dança, outras atividades além da dança, e outras. Foi possível identificar:

Tabela 1. Percepção da recuperação da capacidade funcional

Capacidade funcional	24 mulheres
Saúde	14 mulheres
Socialização	10 mulheres
Bem estar	17 mulheres

Tabela 2. Motivos para a prática da dança como atividade física

Melhora da saúde	14 mulheres
Melhora da dor	19 mulheres
Melhora dos movimentos do corpo	11 mulheres
Dança por indicação médica	3 mulheres
Dança é alegria/felicidade	18 mulheres

Conclui-se que sim, as mulheres percebem a recuperação da capacidade funcional através da dança. Observou-se um preconceito das mulheres em dizer que a regressão da capacidade funcional provoca a perda de sua independência, e em admitir que necessitavam de ajuda para a realização das atividades diárias antes da dança. Em suas falas associaram a melhora da dor com a recuperação da capacidade funcional. Percebeu-se também que a dança é um forte instrumento de motivação para a prática da atividade física, pois também proporciona alegria e socialização ao praticante. Essa pesquisa contou com o financiamento do Programa PIBIC-CNPq, o apoio da “Associação dos trabalhadores, aposentados, pensionistas e idosos de Limeira” por permitir a realização das entrevistas.

Palavras-chave: Capacidade Funcional, Mulheres Idosas, Dança.

A EFICÁCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO NO TRATAMENTO DA “FISSURA” E DA AUTOESTIMA EM DEPENDENTES DE CRACK

CRAVEIRO D.R.C.; FERNANDES P.T.

Faculdade de Educação Física, GEPEN - UNICAMP, Campinas - SP

Introdução: Nos últimos anos, a dependência de crack tem se estabelecido como um sério problema de saúde pública no Brasil. O último levantamento feito pelo Governo Federal em 2013 sobre o crack no Brasil mostrou que 370 mil pessoas usam a droga regularmente. Diante deste cenário, cresce cada vez mais o número de usuários que, com o avanço da doença, acabam sofrendo limitações físicas que os impedem de realizar tarefas básicas do cotidiano, fazendo com que sua autoestima fique cada vez mais baixa. Segundo Ribeiro e Laranjeira (2012), o tratamento da dependência química envolve um conjunto de técnicas e intervenções com o intuito de favorecer a redução ou a abstinência do consumo de substâncias psicoativas, bem como a melhora da qualidade de vida e do funcionamento psicossocial dos usuários. Dentre essas técnicas, o exercício físico vem sendo uma intervenção não farmacológica de grande importância no processo de tratamento, pois através dele, os usuários conseguem sentir “o verdadeiro prazer da vida”, que em outras circunstâncias era adquirido pelo uso da droga. **Objetivo:** Avaliar a eficácia do exercício físico na redução da “fissura” e na melhora da autoestima em indivíduos dependentes de crack. **Métodos:** Estudo randomizado, duplo-cego, controlado por placebo, a ser realizado com pessoas do sexo masculino entre 18 e 55 anos, com diagnóstico de dependência de crack, confirmado pela aplicação da SCID-CV (Del-Ben et al., 2001), divididos em dois grupos. Os participantes do grupo experimental realizarão aulas de Educação Física, seis vezes por semana, com duração de 70 min, no período de 10 semanas. O grupo controle não receberá nenhum tipo de atividade que envolva exercício físico. Serão utilizados estímulos audiovisuais padronizados (*cue-induced craving*) e escalas de avaliação de fissura (*Cocaine Craving Questionnaire-Brief*, Araujo et al., 2010) e autoestima (Escala de Autoestima de Rosenberg, Avancini et al., 2007). **Resultados Esperados:** Espera-se que o grupo recebendo tratamento com exercícios físicos apresente melhoras nos sintomas de “fissura” e ansiedade, assim como melhora da autoestima e maior adesão ao tratamento.

Palavras-chaves: exercício físico, fissura, autoestima, crack

A INFLUÊNCIA DO TREINADOR EM ATLETAS DE NATAÇÃO
BARNABE M.S.R, CHIMINAZZO J.G.C, SOARES V. N, FERNANDES P.T.

Faculdade de Educação Física, GEPEN - UNICAMP, Campinas -SP

Introdução: A prática esportiva está presente no cotidiano das pessoas, o que contribui para que crianças e adolescentes se interessem por diferentes modalidades. Neste sentido, acreditamos que a relação treinador-atleta é importante para a permanência dos praticantes em programas de treinamento. Além disso, na natação existe uma lacuna científica sobre este tema. **Objetivo:** Descrever as percepções dos atletas sobre as condutas dos treinadores e as percepções dos treinadores sobre as próprias condutas. **Metodologia:** Avaliamos 24 nadadores e 3 treinadores, com os seguintes instrumentos: Escala de Comportamento do Treinador - Visão Atleta (ECT-A) e Escala de Comportamento de Treinadores Desportivos - Versão Treinadores (ECT-T). **Resultados:** A análise estatística revelou que embora as médias das respostas dos treinadores e dos atletas aos questionários foram semelhantes quanto aos aspectos técnicos e físicos, houve mais proximidade entre as respostas sobre os aspectos psicológicos. **Considerações finais:** A média e o desvio padrão de todas as questões dos treinadores e atletas são muito parecidas, o que possibilita supor que ambos consideram organização, planejamento a curto e médio prazo, definição de objetivos, utilização de feedback (para melhorar a parte técnica no esporte), demonstrar atenção a cada atleta, oferecer apoio para lidar com situações de pressão e sempre manter a motivação alta são pontos importantes para o desenvolvimento na natação.

Palavras-chaves: Psicologia do Esporte, Relação treinador-atleta, Esporte Individual, Natação.

ADAPTAÇÃO E VALIDAÇÃO DA ESCALA DE MOTIVAÇÃO NO ESPORTE-II PARA CRIANÇAS DE 12 A 16 ANOS DE IDADE

TRAVAGIN G. O, CHIMINAZZO J. G. C, YOSHIDA H, FERNANDES P.T

Faculdade de Educação Física, GEPEN - UNICAMP, Campinas - SP

Dentro da realidade escolar pública e privada, surgem propostas para utilizar o esporte para o melhor desenvolvimento e aprendizagem dos alunos. Contudo, a não adesão dos alunos por não terem seus aspectos motivadores explorados nas diferentes propostas é uma constante visível pelos educadores físicos ao criarem projetos de prática escolar esportiva. Esta pesquisa tem por objetivo identificar os fatores motivacionais para a prática de esportes submetendo ao processo de adaptação e validação do instrumento *Sport Motivation Scale-II* em crianças de 12 a 16 anos de idade, praticantes de modalidades esportivas. O questionário será submetido a um comitê de especialistas para tradução e adaptação para análise da linguagem (clareza) e do constructo teórico do instrumento, pontuado na escala *likert*. O questionário é composto por 18 itens, dividido em seis sub-escalas: regulação intrínseca, regulação integrada, regulação identificada, regulação introjetada, regulação externa e desmotivação. Cada item será avaliado separadamente por meio da técnica proposta por Hernández-Nieto (2002), que é constituída de uma análise através do coeficiente de validade de conteúdo para cada item do instrumento (CVCi), e do coeficiente de validade do conteúdo como um todo (CVCt). Neste trabalho, é proposto como primeiro passo o processo de adaptação por parte dos pesquisadores especializados, no segundo, a coleta de dados, no terceiro passo, a análise de dados, no quarto a discussão e análise de dados, no quinto passo, o resultado final da escala, e por fim, a escrita e publicação do trabalho. Em todos os momentos da pesquisa, será feita a revisão bibliográfica sobre o tema. Espera-se com esse projeto adquirir coeficientes de validação para esta população e identificar os aspectos motivacionais para a prática de esportes.

Palavras-chave: Teoria da Autodeterminação, Motivação, Psicologia do Esporte.

ESTADO DE FLUXO EM PRATICANTES DE ESPORTES DE AVENTURA

GODOI R.C., FERNANDES P.T.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Introdução: As atividades de aventura na natureza excitam a curiosidade humana, sua conexão com as emoções e sensações mais inatas do homem, como a busca por prazer e pelo risco. Apesar de naturais, raramente são estudadas cientificamente. Ainda que restrita a uma parcela da população atual, há uma crescente necessidade de aprofundar os conhecimentos sobre estados emocionais associados a estas e outras práticas, especialmente as de aventura. Para compreender estes estados emocionais, focaremos no estado de fluxo (Csikszentmihalyi, 1999), caracterizado pelo estado de satisfação e concentração causado pela realização de uma meta claramente definida. **Objetivo:** identificar e avaliar o estado de fluxo nos esportes de aventura e relacionar índices de estado de fluxo à autoestima dos praticantes. **Métodos propostos:** serão avaliados praticantes de esporte de aventura (Canoagem, Rafting e Montanhismo) há, no mínimo, um ano, de ambos os sexos, com idade de 18 a 35 anos. Os instrumentos a serem utilizados são: *Flow State Scale-2 (FSS-2)*, *Dispositional Flow Scale-2 (DFS-2)* (JACKSON e EKLUND, 2002) e Escala de Autoestima de Rosemberg (ROSENBERG, 1989). Estes questionários são instrumentos validados para a nossa cultura e nos fornecem informações sobre a intensidade do estado de fluxo e sobre a autoestima. **Resultados esperados:** espera-se identificar o estado de fluxo nessa modalidade esportiva e encontrar uma correspondência entre nível de estado de fluxo e a consolidação da autoestima. Dessa maneira, pretendemos contribuir para a área da Educação Física trazendo à luz aspectos importantes para a compreensão da psique humana a partir da interação corpo-mente face à exposição de um risco controlado na natureza.

Palavras-chaves: Esportes de aventura, estado de fluxo, emoções, risco.

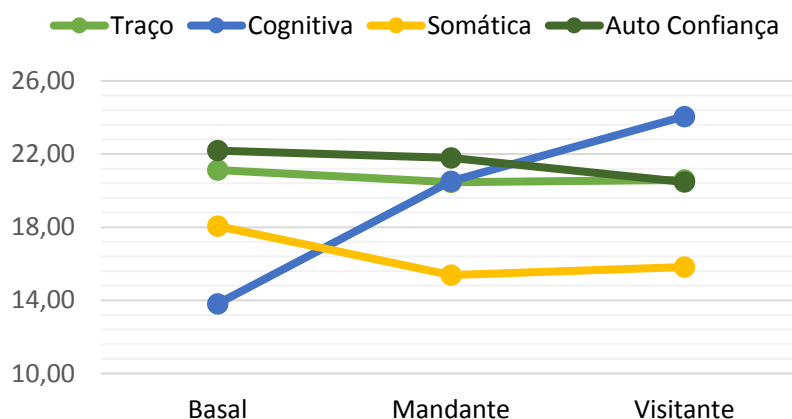
Mapeamento dos sintomas de ansiedade no basquete universitário

GUERRERO K.B., FERNANDES P.T.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

A ansiedade está presente em diferentes vertentes da prática esportiva, desde lazer até o alto rendimento. Pode se manifestar de formas distintas das quais, a fim de possível mapeamento, foi dividida em traço (vinculada a personalidade) e estado (dependente de estímulo) fragmentada em cognitiva e somática. Com isso, o objetivo desse trabalho foi avaliar a ansiedade em atletas universitários de basquete em diferentes competições e apresentar técnicas de controle de ansiedade. Assim, podemos concluir que a atmosfera do jogo altera os sintomas de ansiedade nesses atletas, principalmente quando se trata de ansiedade cognitiva. Concluimos também que mais técnicas somáticas de redução de ansiedade devem ser realizadas para maior influência nos sintomas de ansiedade dos atletas.

Gráfico 1. Comparação no nível de ansiedade em estímulos variados.



Palavras-chaves: Psicologia do esporte, basquete universitário, ansiedade.

**EFEITO DA MÚSICA AUTOSSELECIONADA NO DESEMPENHO EM
SESSÃO DE TREINO DE FORÇA**

COVA L.P, SOARES V.N, BARROSO R, FERNANDES P.T.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

Introdução: No âmbito esportivo, busca-se incessantemente estratégias capazes de auxiliar os atletas a alcançarem o melhor rendimento. Neste sentido, o uso da música emerge como potencial recurso a ser incluído nos programas de treinamento físico, o que se justifica pelos benefícios psicológicos proporcionados por seu uso. Apesar de tais constatações, a influência da música no exercício físico, sobretudo no treinamento de força (TF), ainda requer investigações. **Objetivo:** verificar se a música interfere no rendimento de praticantes de TF. **Metodologia:** 14 voluntários (9 homens), com idade média de $24,6 \pm 8,5$ anos e com tempo médio de prática de TF de $5,2 \pm 4,6$ anos. Os testes consistiram em 3 séries do exercício de supino com 70% da carga máxima, até a falha concêntrica, com música autosseleccionada (CM) e sem música (SM). **Resultados** Diferença entre as condições para: volume total (CM: $1633,9 \pm 806,0$ Kg; SM: $1473,4 \pm 725,0$ Kg; $p=0,01$), número total de repetições (CM: $31,4 \pm 5,1$; SM: $28,6 \pm 5,9$; $p=0,00$), estado de ânimo (CM: $12,4 \pm 3,5$; SM: $6,7 \pm 3,9$; $p=0,00$) e percepção de rendimento (CM: $2,6 \pm 0,6$; SM: $2,1 \pm 0,7$; $p=0,03$). Também houve diferença para as repetições - entre as condições ($p=0,00$) e entre as séries ($p<.0001$) – e para a percepção de recuperação - entre as condições ($p=0,01$) e entre as séries ($p<.0001$). **Considerações finais:** A música autosseleccionada melhora o rendimento, o estado de ânimo, a percepção de recuperação e de rendimento em uma sessão de TF com o exercício de supino.

Palavras-chaves: Música, treino de força, rendimento, psicologia do esporte.

INDICADORES DE MORBIMORTALIDADE COMO SUBSÍDIOS PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE NA ESCOLA

PRADO Y.C.S, ROMERO L.R, OLIVEIRA I.N.

Faculdade de Ciências e Tecnologia - UNESP, Departamento de Educação Física,
Presidente Prudente – SP

Introdução: O panorama educacional e de abordagem da saúde na escola encaminhado neste projeto parte da realidade da disciplina Educação Física. Em momentos anteriores esta área de conhecimento privilegiava a educação medico-higienista e enfatizava noções de higiene pessoal e fortalecimento do corpo. A escola era compreendida como *locus* privilegiado para a divulgação do modelo higienista. Atualmente, entende-se que a escola e a Educação Física Escolar podem estimular e desenvolver práticas saudáveis mais amplas e propiciar abordagem da saúde integral dos indivíduos. Ressalta-se que o novo contexto de saúde escolar ainda necessita de investigações sobre especificidades regionais e efetividade na promoção da saúde. Objetivo: Comparar o perfil de morbimortalidade de crianças e adolescentes em idade escolar entre municípios de diferentes Redes Regionais de Atenção à Saúde – RRAS. Metodologia: Destaca-se a utilização de dados secundários a partir de indicadores oficiais de saúde. Também provenientes do Índice de Desenvolvimento Humano Municipal – IDH-M. Resultados: O estudo pretende investigar três municípios do estado de São Paulo. Resultado: O estudo encontra-se em desenvolvimento. Espera-se como produto a descrição dos cenários de morbimortalidade em idade escolar identificados no estudo. Este procedimento poderá compor um tutorial para o levantamento de informações em saúde e sistematização do planejamento em ações de saúde na escola. Considerações finais: Este material poderá subsidiar gestores escolares e professores a elencar prioridades locais, na elaboração do Projeto Político Pedagógico, além de planos de ensino, ações multidisciplinares e intersetoriais de saúde na escola.

Palavras-chaves: Indicadores de saúde, Promoção da saúde, Escolares

INTENSIDADE NOS JOGOS DE FUTEBOL NAS CATEGORIAIS DE
BASE SUB-13 E SUB-17

SILVA, G.F., DOS-SANTOS, J.W

Departamento de Educação Física - Faculdade de Ciências - UNESP, Bauru – SP

A intensidade do jogo tende a diminuir no primeiro para o segundo tempo de jogo. Dentre outros fatores que podem influenciar a intensidade do jogo, a marcação de gols, que determinam, momentaneamente, a vitória, o empate ou a derrota durante a partida também pode influenciar a intensidade na qual os jogadores/equipe como um todo se comportam. No entanto, estas variáveis ainda são pouco estudadas em jogadores jovens. O objetivo deste projeto é: 1-) comparar a intensidade do primeiro e do segundo tempo do jogo de futebol em jogadores sub-13 e sub-17 e 2-) verificar o efeito da vantagem de gols (placar) durante o jogo, através da frequência cardíaca (FC). A amostra será composta por 80 jogadores de futebol de 4 equipes, duas sub-13 (n=40) e sub-17 (n=40), de nível regional. Cronograma: dois jogos (2 períodos x 30min) de cada equipe serão analisados durante a Copa Big Boys/Bauru, com 7 dias de intervalos entre os jogos. Duração. A FC será gravada a cada segundo através do aparelho Polar Team System 2 e a FC média e máxima de cada tempo de jogo será determinada. Os jogos serão filmados e os gols anotados para verificar o efeito da alteração do placar sobre a intensidade do jogo (situação de empate, vitória ou derrota). O impulso de treinamento (TRIMP = duração x FC) será determinado em três faixas de intensidade (<65, 65-85% e >85%). A análise estatística compreenderá ANOVA para medidas repetidas para a mesma equipe, em função da ocorrência de gols e test-t pareado (1º x 2º período), $P < 0,05$. Nossas hipóteses são de que ocorra redução da intensidade do jogo no segundo tempo e que a desvantagem momentânea do placar faça com que a equipe que estiver perdendo apresente maior intensidade no jogo, em relação ao seu adversário, o vencedor.

Palavras-chaves: Intensidade, frequência cardíaca, futebol e placar.

PREVALÊNCIA DE OSTEOPOROSE EM IDOSOS PRÉ-SARCOPÊNICOS SUFICIENTEMENTE E INSUFICIENTEMENTE ATIVOS NO LAZER

ANTONUCCI C. B, SANTOS V. R, PEREIRA C. G. S, SANTANA L. F. D, CORDEIRO C. B, GOBBO L. A.

Laboratório de Avaliação do Sistema Musculoesquelético – LABSIM, Departamento de Educação Física, Faculdade de Ciências e Tecnologia – FCT UNESP, Campus de Presidente Prudente - SP.

Introdução. A densidade mineral óssea (DMO) pode ser influenciada por vários fatores, entre eles, a composição corporal. Observa-se que indivíduos que apresentam baixa massa muscular (MM), definidos como pré-sarcopênicos, também podem apresentar concomitantemente baixa DMO e, assim, estão mais predispostos a desenvolverem osteoporose. A prática de exercícios físicos contribui com a manutenção e aumento da MM e DMO e pode ser eficaz para prevenção de osteoporose em idosos, principalmente, em pré-sarcopênicos. **Objetivo.** Verificar a prevalência de osteoporose em idosos pré-sarcopênicos segundo a prática de exercícios físicos no lazer (EFL). **Métodos.** A amostra foi constituída por 375 idosos com idade entre 60 e 97 anos (70 ± 7 anos), 70% mulheres do município de Presidente Prudente-SP. A técnica de Absorciometria de Raios-X de Dupla Energia foi utilizada para mensurar a massa magra apendicular e DMO. Para indicação da baixa MM foi utilizado o índice de massa magra apendicular (IMMA, em kg/m^2). Foram considerados como pré-sarcopênicos idosos que se encontravam abaixo do percentil 20 do IMMA 7,32 e 5,72 kg/m^2 para homens e mulheres, respectivamente. Para o diagnóstico da osteoporose foi utilizado exames nos sítios específicos (fêmur proximal total e coluna lombar). A presença de osteoporose foi definida como valor de T-score $\leq -2,5$. A prática de EFL foi verificada por meio de entrevista face a face. Foi empregado o teste qui-quadrado para verificar a associação entre a prática de EFL e osteoporose, e análise de regressão logística binária para construção de modelo múltiplo. Todas as análises foram realizadas utilizando o software SPSS(17.0), com nível de significância estabelecido em 5%. **Resultados:** Idosos pré-sarcopênicos insuficientemente ativos têm aproximadamente 6 vezes (IC95% 1,59-19,75) mais chances de apresentarem osteoporose, independente da idade, etnia e do fumo. **Considerações finais:** A prática insuficiente de EFL está associada à osteoporose em idosos pré-sarcopênicos, principalmente, em mulheres.

Palavras Chave: Idosos, Osteoporose, Exercício Físico

Ginástica Artística: diagnóstico do planejamento, monitoramento e controle do sistema de preparação esportiva.

DOUGLAS DA SILVA, LAURITA M. SCHIAVON, LETÍCIA B. Q. LIMA

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP.

Notáveis são os benefícios da organização e do planejamento do treinamento como forma de atingir o alto nível de rendimento de atletas (ARKAEV; SUCHILIN, 2004; ZAKHAROV; GOMES, 2003). Neste âmbito, sabemos que, a melhora significativa dos resultados da Ginástica Artística (GA) brasileira está diretamente atrelada a implementação e aprimoramento de métodos de planejamento, monitoramento e controle da preparação esportiva. Deste modo, a presente pesquisa diagnóstica, teve como objetivo inicial verificar a análise e registro do planejamento, monitoramento e controle do treinamento esportivo de equipes competitivas de GA na Região Metropolitana de Campinas (RMC). Para tal, utilizou-se de questionário semiestruturado, com questões fechadas. A amostra foi constituída por treinadores/as de equipes de GA competitivas da RMC que participaram de Campeonatos Estaduais (ano 2014) de quaisquer categorias, totalizando nove participantes. O resultado revela que os parâmetros relacionados às exigências da preparação esportiva desses atletas, os fatores que propiciam a obtenção e maximização do desempenho, as metas anuais de toda a equipe e também o conteúdo detalhado e resumido do sistema de treinamento foram analisados e definidos pela grande parcela dos treinadores no seu planejamento. Contudo em relação à documentação desses dados e a sistematização do controle do sistema de preparação, encontramos um desequilíbrio, uma vez que, esses dados não são documentados. Esse resultado pode desfavorecer a elaboração de melhorias e possíveis adaptações ao processo de preparação dos ginastas, dado que, para avaliação e sistematização de uma nova proposta de treinamento, os registros dos dados se fazem necessários, assim como para identificar possíveis problemas no controle e na preparação dos atletas.

Palavras-chaves: Controle de Carga, Treinamento esportivo, Ginástica.

IMPACTO DE TRÊS MÉTODOS DE ALONGAMENTO NA FLEXIBILIDADE DE QUADRIL DE BAILARINOS.

BRUNO, S. M, PRADO, G. P, PUGGINA, E.F.

Escola de Educação Física e Esporte - EEFERP, Ribeirão Preto – SP

Introdução: O balé clássico envolve tanto componentes físicos quanto artísticos. Dentre esses componentes físicos exigidos está a flexibilidade. Entretanto, poucos estudos verificaram os efeitos de diferentes estratégias de alongamento sobre a flexibilidade de quadril de bailarinos. **Objetivo:** Verificar a efetividade de três diferentes métodos de alongamento na flexibilidade da articulação do quadril de bailarinos clássicos profissionais. **Metodologia:** 9 (nove) bailarinos, com idade de $19 \pm 2,20$ anos, estatura $1,65 \pm 0,09$ m e massa corporal de $58 \pm 9,5$ Kg participaram do estudo. Foram aplicados 3 métodos de alongamento durante 8 semanas, que consistiam no método ativo, passivo e FNP. Os resultados foram analisados por meio dos programas estatísticos GraphPad e Prism® (La Jolla, EUA). Foi realizado o teste de normalidade de Kolmogorov-Smirnov e ANOVA para medidas repetidas para as avaliações realizadas para o mesmo grupo em diferentes momentos e o teste two way ANOVA as comparações realizadas entre os diferentes grupos,- as diferenças foram testadas pelo teste de Tukey-Kramer ($p < 0,05$). **Resultados:** Os resultados encontrados estão expressos na tabela 1.

Tabela 1 - Resultados para amplitude de movimento (ADM- graus) realizada pré-treinamento e pós-treinamento.

	Pré			Pós		
	Ativo	Passivo	FNP	Ativo	Passivo	FNP
	Média (ADM Graus) \pm DP					
Flexão MID	136,50 \pm 19,09	153,66 \pm 18,47	146,75 \pm 34,76	150	164,33 \pm 22,50	161,75 \pm 22,48
Flexão MIE	138,5 \pm 16,26	146	153,75 \pm 25,94	166 \pm 1,41	155 \pm 22,11	163,75 \pm 20,38
Abdução MID	156 \pm 22,62	172 \pm 22	159,75 \pm 21,17	180	164,33 \pm 30,74	178,25 \pm 11,14
Abdução MIE	150 \pm 14,14	153 \pm 33	167,75 \pm 16,95	167,5 \pm 3,53	156 \pm 14,42	178,25 \pm 9,43
Hiperextensão MID	79 \pm 12,72	91,66 \pm 10,40	76,75 \pm 13,44	92 \pm 5,65	102,33 \pm 7,02	95 \pm 16,14
Hiperextensão MIE	79,5 \pm 5,50	93,33 \pm 9,26	79,25 \pm 5,58	88 \pm 5	106,33 \pm 4,17	93,25 \pm 8,25

Considerações finais: Mesmo com um pequeno n amostral, os resultados mostram que os métodos passivo e FNP parecem ser mais eficazes no que se diz respeito a amplitude articular nos três movimentos devido a uma tendência observada de melhora da ADM, sendo, flexão, abdução e hiperextensão de quadril.

Palavras-chaves: dança, balé clássico, métodos de alongamento, flexibilidade.

EFEITOS DO ALONGAMENTO AGUDO SOBRE A FORÇA NOS LANÇAMENTOS E ARREMESSO DO ATLETISMO

CARVALHO, F. B., PEREIRA-DA-SILVA, M.

Curso de Educação Física – Faculdade de Ciências/UNESP, Bauru - SP

Introdução- Não há consenso na literatura sobre os benefícios do alongamento previamente a uma demanda esportiva, especialmente antes de atividades com exigências de força muscular nos lançamentos/arremessos. Objetivo- Analisar protocolos envolvendo diferentes métodos de alongamento sobre desempenho na força de lançamento/arremesso. Métodos propostos- Lançadores/arremessadores da cidade de Bauru-SP realizarão corridas submáximas (CS), alongamentos (tríceps e bíceps braquial, peitoral, dorsal e oblíquos) estático (AE) e dinâmico (AD), exercícios educativos (ED, flexoestensões de cotovelos, desenvolvimento e elevação frontal), e medidas da força de arremesso (FA) e força de lançamento (FL), obedecendo quatro sequências intercaladas por intervalos mínimos de 48hs: (1) CS/ED/F1/AE/F2; (2) CS/ED/F1/AD/F2; (3) CS/AD/F1/ED/F2; (4) CS/AE/F1/ED/F2. Em cada sequência, a medida de força (FA ou FL) aplicada no momento 1 (F1) será a mesma aplicada no momento 2 (F2). A força será avaliada reproduzindo-se a mecânica dos membros superiores empregada na fase final do arremesso do peso e do lançamento do dardo do atletismo (3 tentativas em F1 e F2), mensurada por potenciômetro linear (Peak Power, CEFISE) conectado à coluna de pesos do aparelho *Cross Over* (AXCESS), avaliando-se potência, força e velocidade na fase concêntrica dos movimentos. Os dados (média \pm desvio padrão) serão comparados utilizando-se análise de variância (ANOVA) para medidas repetidas, seguida de *post hoc* de Newman-Keuls, conforme apropriado. O nível de significância adotado será de $p \leq 0,05$. Cronograma- Aplicação de Estudo Piloto: 06-07/2016; Contato com as equipes de atletismo para autorização e levantamento dos dados: 07-09/2016; Processamento e análise dos resultados: 09-12/2016; Elaboração do Relatório parcial IC: 08-09/2016; Discussão dos resultados: 10-12/2016; Redação final: 01-03/2017; Envio Relatório final IC: 03/2017. Resultados esperados- Espera-se que possíveis perdas de rendimento após o alongamento, especialmente nas medidas de força mais próximas deste estímulo, possa ser contornada/minimizada pelos exercícios educativos.

Palavras-chave: alongamento estático; alongamento dinâmico; força muscular; lançamento; arremesso.

COMPARAÇÃO DA APTIDÃO CARDIORESPIRATÓRIA DE ATLETAS DE CROSSFIT COM JOVENS ATIVOS

FIGUEIREDO G. T. CRUZ; BARBIERI J.F; GÁSPARI A.F; CHACON-MIKAIL;
MORAES A.C

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas – SP

INTRODUÇÃO: A modalidade de CrossFit baseia-se em exercícios pertencentes a fase desportiva de Preparação Física Geral (PFG) contemplando movimentos complexos e multi-articulares desempenhados em alta intensidade. Atualmente o CrossFit vem ganhando grande número de adeptos e emerge como modalidade competitiva, com isso levantam-se questões sobre a segurança e o tipo de adaptações provenientes deste modelo de treinamento. **OBJETIVO:** Comparar a aptidão cardiorrespiratória e desempenho de jovens praticantes de CrossFit com pelo menos um ano de experiência, com jovens que treinam de maneira recreacional em diferentes modalidades a pelo menos um ano, em um teste incremental em cicloergômetro. **MÉTODOS PROPOSTOS:** A amostra será constituída por 20 voluntários de ambos os sexos de 18 a 30 anos de idade divididos em dois grupos de 10 participantes, grupo Crossfit e grupo de jovens ativos. O teste incremental consiste de uma fase preliminar de 5 minutos de repouso, 6 minutos de aquecimento a 50w seguidos de acréscimos de 25w a cada minuto até a exaustão física voluntária ou caso o voluntário não seja capaz de manter uma cadência de 70-75 rotações por minutos (RPM). Seguirá então um período de 5 minutos de recuperação, sendo os 3 primeiros minutos de recuperação ativa a 50w e abaixo de 60 rpm e os dois últimos minutos de recuperação passiva. **RESULTADOS ESPERADOS:** Espera-se que este estudo comprove que o método de treinamento Crossfit, seja eficiente e que evidencie que os praticantes desta modalidade possuem melhor performance e preparo físico para as variáveis cardiorrespiratórias e potência em relação aos indivíduos que treinam recreacionalmente. **CRONOGRAMA:** Trata-se de um estudo agudo, exigindo dos voluntários duas visitas ao laboratório, sendo uma de familiarização e a segunda de teste incremental, todo o trabalho será desenvolvido no mês de outubro de 2016.

PALAVRAS CHAVES: Capacidade cardiopulmonar, CrossFit, VO2 MÁX.

ALTERAÇÕES DO SALTO DURANTE O TREINAMENTO E O JOGO DE VOLEIBOL COMO INDICADOR DA INTENSIDADE

LIGEIRO M.G., DOS-SANTOS, J.W.

Departamento de Educação Física – Faculdade de Ciências – UNESP – Bauru - SP

As principais ações do voleibol são os saltos. No entanto, uma vez que a duração do jogo ultrapassa 1h30, a aptidão aeróbia é importante para a recuperação entre os esforços intermitentes de alta intensidade. A variação do salto vertical pré e pós-jogo ou treinamento tem sido usada como um indicativo da fadiga. A percepção subjetiva de esforço (PSE) tem sido empregada para quantificar a carga de treinamento. O objetivo deste estudo é analisar as alterações da altura do salto vertical de jogadoras de voleibol durante o treinamento e o jogo e a relação do decaimento com a percepção subjetiva de esforço (PSE) e o desempenho aeróbio. A amostra será composta por 12 jogadoras profissionais de voleibol de uma equipe da Superliga, que serão submetidas a avaliações de composição corporal, aptidão aeróbia intermitente, avaliações dos saltos verticais contra movimento e agachado-*squat* e verificada a PSE ao final do treinamento e jogo. Treinamento e jogo serão filmados. Todas as avaliações serão feitas em um intervalo de 15 dias. A diferença entre o resultado do teste de saltos pré e pós a sessão de treinamento e do jogo será analisado e a PSE verificada após o treinamento e o jogo. A análise estatística compreenderá teste-t pareado. As relações entre a altura de salto, aptidão aeróbia intermitente e o decaimento dos saltos serão verificados através da correlação de Pearson. A correlação entre PSE e o decaimento dos saltos será verificada com a correlação de Spearman. O nível de significância será pré-estabelecido em 5%. Esperamos confirmar a utilização de saltos como indicativo de fadiga neuromuscular e intensidade no voleibol e que o decaimento da impulsão vertical tenha correlação positiva com a PSE e com a aptidão aeróbia intermitente. Além disso, é esperado que a intensidade do treinamento seja maior do que a do jogo.

Palavras-chaves: Intensidade, voleibol, salto.