RESUMOS COM RESULTADOS 734
RESUMOS DE PROJETOS 756
RELATOS DE EXPERIÊNCIA 764
ARTIGOS COMPLETOS (RESUMOS) 766

RESUMOS COM RESULTADOS

ANÁLISE DE DIFERENTES DOMÍNIOS DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA AGILIDADE DE ADOLESCENTES DE BAIXA CONDIÇÃO ECONÔMICA 735

ANÁLISE DE DIFERENTES DOMÍNIOS DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA MASSA MUSCULAR MAGRA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES 736

ANÁLISE DOS VÍDEOS YOUTUBE: CONÇEPÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA 737

AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA COM BASE EM ORGANIZAÇÕES GRUPAIS E RESOLUÇÕES DE PROBLEMAS: PROGRESSOS EDUCATIVOS E DIMINUIÇÃO DE ATITUDES INDIVIDUALISTAS POR INTERMÉDIO DO MOVIMENTO 738

AVALIAÇÃO DO PERFIL DOS PRATICANTES DE CROSSFIT: RESULTADOS PARCIAIS 739

CAPACIDADE AERÓBIA DE NADADORES DE ACADEMIA TEM RELAÇÃO INVERSA COM A IDADE ... 740

EFEITO DA SUPLEMENTAÇÃO DE CARBOIDRATOS DURANTE O TREINAMENTO DE BASQUETEBOL 741

EFEITO DE 14 SEMANAS DE TREINAMENTO RESISTIDO NA MUSCULATURA DE RATOS WISTAR ... 742

EFEITO DE NOVE MESES DE TREINAMENTO DE DUAS MODALIDADES DE LUTAS NA AGILIDADE DE ADOLESCENTES DE BAIXA RENDA 743

EFEITO DO TREINAMENTO DE DUAS MODALIDADES DE LUTAS SOBRE A MASSA CORPORAL MAGRA DE ADOLESCENTES DE BAIXA RENDA 744

EFEITOS DE 12 SEMANAS DE TREINAMENTO FÍSICO GENERALIZADO EM MULHERES IDOSAS TREINADAS 745

INCIDÊNCIA DE GOLS NA COPA DO MUNDO FIFA 2014 746

MAIOR APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA É PREDITORA DE MENOR PERCENTUAL DE GORDURA EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES? 747

O EFEITO DE 16 SEMANAS NAS HABILIDADES MOTORAS DE ADOLESCENTES PRATICANTES DE JUDÔ E MUAY THAI DE UM PROJETO SOCIAL DE PRESIDENTE PRUDENTE 748

PREVALÊNCIA DE DOENÇAS CRÔNICAS EM PACIENTES DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE DE PRESIDENTE PRUDENTE 749

PREVALÊNCIA DE FATORES DE RISCO À SAÚDE DE PACIENTES ATENDIDOS PELO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE DE PRESIDENTE PRUDENTE 750

QUALIDADE DO SONO DE PACIENTES ATENDIDOS PELO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE DE PRESIDENTE PRUDENTE 751

QUALIDADE URBANA AMBIENTAL E PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS: UM ESTUDO SOBRE O PARQUE DO POVO DE PRESIDENTE PRUDENTE - SP. 752

SUPLEMENTAÇÃO DE CARBOIDRATOS: INFLUÊNCIA NA GLICEMIA E VELOCIDADE DURANTE O TREINAMENTO DE BASQUETEBOL 753

TREINAMENTO CONCORRENTE: EFEITOS NA COMPOSIÇÃO CORPORAL E CAPACIDADE AERÓBIA 754

TREINAMENTO MULTILATERAL FUNCIONAL-UNOESTE: PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA 755

Pesquisa (ENAPI)

Comunicação oral

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

ANÁLISE DE DIFERENTES DOMÍNIOS DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA AGILIDADE DE ADOLESCENTES DE BAIXA CONDIÇÃO ECONÔMICA

VINÍCIUS YUKIO BOTELHO SUETAKE - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
PAULO COSTA JUNIOR - UNIVERSIDADE ESTADUAL JULIO MESQUIRA FILHO - CAMPOS DE PRESIDENTE PRUDENTE
BRUNA THAMYRES CICCOTTI SARAIVA - INSTITUTO DE BIOCIÊNCIAS UNESP CAMPUS DE RIO CLARO
INACIO EVARISTO COSTA JUNIOR - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
GIOVANE CABERLIM DE QUEIROZ - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
GABRIELA OLIVEIRA VILELA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
LUCAS BOMFIM - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
DIEGO GIULLIANO DESTRO CHRISTOFARO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

Em geral, prática de atividade física proporciona diversos benefícios à saúde. Por meio dela, é possível desenvolver a aptidão física e seus componentes, que atuará de forma preventiva à agravos na saúde, possibilitando uma melhor qualidade de vida da população. Entretanto ainda não está claro se os diferentes domínios da prática de atividade física (atividade física na escola, prática esportiva e nas atividades ocupacionais) exercem a mesma influência sobre a agilidade de adolescentes, o que faz que essa relação ainda permaneça como uma lacuna a ser investigada. Analisar a relação da prática de atividade física em diferentes domínios (atividade física na escola, prática esportiva e nas atividades ocupacionais) com a agilidade de adolescentes de baixa renda. Foram avaliados 95 indivíduos (25 meninas e 70 meninos), participantes de um projeto social de Presidente Prudente/SP. Foi aplicado o questionário de Baecke para a avaliar a prática de atividade física habitual, e o teste shuttle run (troca entre dois tocos de madeira situados a 9,14 metros de distância um do outro) para avaliação da agilidade. O trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Estadual Paulista (CAAE: 26702414.0.0000.5402).Na análise estatística a relação entre os diferentes domínios de atividade física e a agilidade foi realizada pela regressão linear. A prática de atividade física na escola não foi relacionada a maior agilidade (ß=0,003 [IC=-0,005;0,011]) assim como a prática em atividades ocupacionais também não foi (ß=-0,011 [IC=-0,485; 0,248]). A única prática associada a maior agilidade foi a prática esportiva (ß=-0,436 [IC=-0,652; -0,220]). Houve relação estatisticamente significante na prática no âmbito esportivo. Uma possível explicação é o fato da Intensidade da atividade esportiva ser maior, comparado com os demais domínios, gerando uma maior gasto energético e adaptações à aptidão física dos indivíduos. A prática de atividade física no esporte foi a única associada a agilidade em adolescentes de baixa condição econômica, mostrando que a maior intensidade das práticas esportivas contribuem de modo diferenciado para aumento da agilidade. PIBIC/CNPq

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE

Comunicação oral

Educação Física

ANÁLISE DE DIFERENTES DOMÍNIOS DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA MASSA MUSCULAR MAGRA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

BRUNO WONARLEVISTON OLIVEIRA PEREIRA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
LINCOLN TESCHINA KURANAGA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
JULIANA PESSI DA SILVA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
PRISCILA FERNANDA HELBE CHIULLO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
MARCO AURÉLIO BATISTA JUNIOR - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
BRUNA DA SILVA LOPES - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
LORRAINE LAPA SIQUEIRA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
EDNER FERNANDO ZANUTO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
DIEGO GIULLIANO DESTRO CHRISTOFARO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

Em adultos uma quantidade de massa gorda em excesso causa obesidade além de ser marcador de muitas doenças cardíacas e síndromes metabólicas. Sabe-se que a atividade física causa a redução do perfil lipídico, além de ganho de massa magra, melhor interação social e mais autoconfiança. Logo é de suma importância a iniciação ainda quando crianças em programas de atividades físicas e esporte, visto que quanto mais novo o individuo adquiri tais hábitos mais benefícios ele colherá na adolescência e idade adulta. O ganho de massa magra causa um aumento no consumo calórico basal, visto que as células musculares são as mais ativas metabolicamente falando Pensando nisso o presente estudo teve como objetivo analisar a relação entre os diferentes domínios de atividade física em crianças e adolescente com a quantidade de massa magra A amostra foi composta por 91 crianças e adolescentes com idade de 6-14 anos (65 meninos e 26 meninas). A massa muscular (medida em kg) foi analisada por meio do DEXA e a maturação biológica foi determinada pelo Pico de Velocidade do Crescimento. A prática de atividade física nos diferentes domínios (atividade física na escola, prática esportiva, e atividade física ocupacionais) foi avaliada por meio do questionário de Baecke. Na análise estatística a relação entre os diferentes domínios de atividade física e a massa muscular foi realizada pela análise multivariada (regressão linear) controlando-se pela maturação biológica. O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa sob o registro (CAAE 2670414000005402) da FCT/UNESP- Campus Presidente Prudente A prática de atividade física na escola foi relacionada a maior massa magra nos meninos (ß=0,042 [IC=0,015;0,069]) quando comparados as meninas (ß=0,058 [IC= -3,144;4,304]). A prática esportiva também foi associada a maior massa muscular magra nos meninos (ß= 0,882 [IC=0,010; 1,754]), mas não nas meninas (ß= 1,976 [IC= -0,455; 4,407]). Já as atividades ocupacionais não tiveram relação com maior massa magra nos meninos (ß= -0,864 [IC=-2,205; 0,478]) nem nas meninas (ß= 0,411 [IC=-3,389; 4,211]). Discussão: Nesse estudo foi observada que as atividades físicas na escola e a prática esportiva foram associadas a maior massa muscular nos meninos, mas não nas meninas, mesmo após controlados pela maturação biológica. Um dos possíveis motivos para isso ter ocorrido possa ser pela intensidade das atividades físicas nos meninos tenderem a ser mais intensas nos meninos do que nas meninas. Entretanto ressalta-se como limitação o reduzido tamanho da amostra. Como aspecto forte relata-se a massa muscular medida pelo DEXA. Conclusão: A prática de atividade física na escola no esporte foi relacionada a maior massa muscular apenas nos meninos. Pró-reitoria de Extensão (PROEX).

Pesquisa (ENAPI)

Poster

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

ANÁLISE DOS VÍDEOS YOUTUBE: CONÇEPÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA

ANDERSON DOS SANTOS CARVALHO - UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO - USP
LEANDRO ALVES DA CUNHA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
GUSTAVO BOIM DE SOUZA - FACULDADE RANCHARIENSE - FRAN
ADOLFO TIAGO FERREIRA LIMA - CENTRO DE ENSINO SUPERIOR DO AMAPÁ - CEAP

A internet é uma ferramenta de informação e comunicação que tem revolucionado a maneira de se construir conhecimento. O site denominado YouTube disponibiliza vídeos on line, sendo o segundo mais acessado no mundo, com mais de 800 milhões de usuários. No mesmo estão disponíveis mais de 55000 vídeos relativos à Educação Física. foi analisar os conteúdos de vídeos relativos à Educação Física disponíveis no site YouTube e as concepções de Educação Física, de acordo com Medina. A coleta dos vídeos foi realizada nos dias 12,13 e 14 de junho de 2012, foi encontrado um total de 10.900 vídeos relativos à Educação Física. Foram analisados cem vídeos mais acessados. Para interpretar os dados obtidos nos vídeos foi utilizada a técnica de análise de conteúdo. Para a análise foi construído uma matriz para analisar os vídeos. A matriz para avaliar os vídeos foi dividia em dois eixos. O primeiro foi estruturado a partir da identificação dos sujeitos do discurso veiculado nos vídeos: a instituição, o grupo e a pessoa. O segundo às concepções de Educação Física; convencional é entendida como uma concepção que apoia numa visão do senso comum. A modernizadora esta amplia o significado da Educação Física, distanciando-se da visão de senso comum e a revolucionária é a concepção mais ampla, procurando interpretar a realidade de uma forma dinâmica e dentro da sua totalidade. Analisando o Eixo I, este indica que 21% dos vídeos foram produzidos dentro de uma instituição de ensino. Os 51% dos vídeos que foram produzidos por "grupo" estes a maioria acredita em uma concepção Modernizadora. Os conteúdos dos vídeos que se encaixaram na vertente "pessoal", foram 28%, nestes constaram os três tipos de concepções da Educação Física a Convencional, Modernizadora e Revolucionária. Analisando o Eixo II da mesma matriz de tipificação, 17% dos vídeos apresentaram conteúdos que abordaram a concepção de Educação Física Convencional, 75% apresentaram conteúdos relativos à Educação Física Modernizadora e 8% dos vídeos constataram conteúdos referentes à Educação Revolucionária, esta é o conteúdo desejável da Educação Física segundo a matriz. Conclusão: Dos 100 vídeos, somente 8 apresentaram conteúdos relativos à concepção Revolucionária. Estes procuram interpretar a realidade de uma forma dinâmica e dentro da sua totalidade. Conclui-se que os fenômenos nessa concepção são considerados de maneira global e não isolados. A internet apresenta poucas fontes que entendem o ser humano como um todo.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE

Comunicação oral

Educação Física

AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA COM BASE EM ORGANIZAÇÕES GRUPAIS E RESOLUÇÕES DE PROBLEMAS: PROGRESSOS EDUCATIVOS E DIMINUIÇÃO DE ATITUDES INDIVIDUALISTAS POR INTERMÉDIO DO MOVIMENTO

MARCELO CREPALDI LEITÃO - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
YARA OSORIO - CENTRO UNIVERSITÁRIO CELSO LISBOA E UNESA

As aulas de Educação Física escolar no Ensino Fundamental I, podem oferecer importantes contribuições educacionais, quando os planejamentos docentes estão alinhados com metodologias abertas, dialogadas e participativas. O estudo teve como objetivo analisar possíveis progressos sociais com olhares voltados para a prática de atitudes solidárias, em detrimento de comportamentos individualistas dos alunos, por intermédio de construções de jogos e diferentes atividades lúdicas em grupos, numa perspectiva construtivista de aprendizagem, desenvolvidos no ensino fundamental, na 3ª e 4ª séries. Apresentou-se como pesquisa de campo descritiva, classificada como pesquisa-ação. Contou com o envolvimento de crianças entre nove e dez anos de idade, de ambos os sexos, da 3ª série do Ensino Fundamental (1ª etapa da pesquisa) e os mesmos alunos já na 4ª série, na segunda etapa da pesquisa, utilizando como amostra 20 sujeitos. O instrumento de coleta de dados foi constituído com base em uma programação de diferentes jogos, para posterior análise comportamental dos participantes por meio de fichas, observando possíveis progressos nas organizações grupais e interrelações, aplicado num período de 6 meses ao longo de 26 semanas. Os dados foram analisados quanti e qualitativamente, observando se as atividades desenvolvidas promoveram melhorias no tocante à diminuição de comportamentos egocêntricos ou individualistas das crianças ao longo de 51 intervenções programadas. O Projeto de pesquisa foi aprovado pelo CEP da Rede Euro Americana de Motricidade Humana, por intermédio do protocolo 013/2009. Na categoria "Atitudes egocêntricas e indiferentes", observamos que houve diminuição destas características, marcada pela diminuição da pontuação apresentada nos períodos de avaliação e observação, tendo sido de 107,0 pontos no período 1 (fase de análise diagnóstica, com duração de 30 dias); de 86,5 pontos no período 2 (final do segundo mês); de 68,0 pontos no período 3 (final do terceiro mês); de 61,4 pontos no período 4 (final do quarto mês); de 49,0 pontos no período 5 (final do 5º mês) e de 48,0 pontos no período 6, ao final da pesquisa ($p < 0,05$). O teste de Friedman apresentou a estatística igual a: 63.8285, e pvalor=1.960654e-12, aproximadamente zero. Portanto conclui-se que existe diferença significativa em relação aos períodos estudados, considerando-se todas as crianças. No entanto observou-se que as crianças estudadas, foram diminuindo atitudes agressivas e individualistas e construindo pensamentos cada vez mais coletivos e respeitosos à medida que a pesquisa avançava. Logo, com base nas análises efetuadas, concluímos que os objetivos da pesquisa foram respondidos e que crianças submetidas a trabalhos grupais e exercícios de interrelações em Educação Física escolar, por meio de abordagens construtivistas de aulas, manifestam e constroem gradativamente atitudes mais solidárias e coletivas, e menos egocêntricas.

Pesquisa (ENAPI)

Comunicação oral

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

AVALIAÇÃO DO PERFIL DOS PRATICANTES DE CROSSFIT: RESULTADOS PARCIAIS

DANIEL DA SILVA CANHIN - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CHAYENE DORNELAS BARBETA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
JAIR RODRIGUES GARCIA JÚNIOR - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

O CrossFit é um treinamento constituído por exercícios funcionais, de ginástica e de levantamento de peso olímpico, realizados de forma intermitente e em alta intensidade, para melhora das capacidades físicas e proporcionar elevado nível de condicionamento físico. O número de boxes e de praticantes cresce diariamente em razão da eficiência do treinamento e da publicidade da marca. Apesar do crescente número de praticantes, há poucas informações sobre quem são eles, o que os motiva e o que pensam sobre o CrossFit. O objetivo foi realizar um levantamento de informações e traçar o perfil dos praticantes de CrossFit. Foi realizado estudo transversal, quantitativo e descritivo. A amostra foi constituída de 89 praticantes (18-60 anos) de CrossFit® em um box licenciado numa cidade do interior de São Paulo. Foi aplicado um questionário, por meio de contato direto antes dos treinamentos, com perguntas sobre a faixa etária, o perfil sócio-econômico, objetivos, tempo e frequência de prática, práticas anteriores, efeitos do treinamento e ocorrência de lesões. Foi utilizada estatística descritiva para cálculos das frequências absoluta e relativa. O projeto foi aprovado pelo CEP da UNOESTE (CAAE: 44572815.8.0000.5515, Parec. n. 1.054.171 - 05/05/15). A maioria dos praticantes está na faixa dos 31-40 anos (41,6%), seguida pela faixa dos 21-30 anos (39,3%). As mulheres representam a maior proporção (57,3%), 55,1% dos praticantes são casados, 57,3% tem ensino superior e 32,6% tem pós-graduação. Os empreendedores representam 27,0% e os profissionais liberais/autônomos 24,7%, sendo a renda mais mencionada nas faixas de 5-10 (31,5%) e de 11-20 salários mínimos (28,1%). Os principais objetivos são melhora do condicionamento físico (25,1%) e perda do excesso de gordura (19,5%; 24,7% responderam estar com sobrepeso), que são também os mais mencionados como benefícios com 10,5% e 9,2%, respectivamente. Sobre o tempo de prática, 42,7% estão no CrossFit a menos de 6 meses, enquanto a frequência ao box é de 3 vezes (33,7%) e 4 vezes (30,3%). Musculação (26,6%) e corrida (16,4%) foram as práticas mais mencionadas antes de iniciar no CrossFit e a maior proporção (38,4%) atualmente só pratica apenas CrossFit. O risco de lesão foi o possível malefício mais mencionado (28,0%), porém apenas 18,0% disseram ter sofrido e, destes, 70,0% disseram ter sofrido apenas uma lesão, principalmente no punho, ombro e região lombar, cada qual com 21,7%. O CrossFit reúne algumas atividades comuns de academias e muitas outras funcionais, por isso tem atraído pessoas com objetivo de melhor condicionamento físico, já profissionais e com melhor renda. Conclui-se que alguns praticantes de musculação estão passando a praticar o CrossFit, principalmente adultos jovens que almejam obter melhor condicionamento físico e perda de gordura, havendo relativamente baixa incidência de lesões.

Pesquisa (ENAPI)

Comunicação oral

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

CAPACIDADE AERÓBIA DE NADADORES DE ACADEMIA TEM RELAÇÃO INVERSA COM A IDADE

DANIEL FERNANDO DOS REIS - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
RENAN MARCONDES PORTO - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
JAIR RODRIGUES GARCIA JÚNIOR - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

A capacidade aeróbia refere-se à aptidão dos sistemas fisiológicos para captação (sistema respiratório), transporte (sistema cardiovascular) e utilização (sistemas muscular) do oxigênio para produção de energia. Em intensidades elevadas de esforço, a via metabólica aeróbia atinge o máximo, ou seja, o consumo máximo de oxigênio (VO2 máx.), o que implica em maior ativação também da via metabólica anaeróbia láctica para o fornecimento da energia adicional necessária para continuidade do exercício. Há estudos sobre as alterações da capacidade aeróbia com a progressão da idade de atletas, porém não com praticantes de natação em academia. O objetivo relacionar a distância percorrida e a capacidade aeróbia com a faixa etária de nadadores de academia. Participaram 28 sujeitos do sexo masculino praticantes de natação em academia (pelo menos 6 meses), agrupados em diferentes faixas etárias: 15-18, 19-30, 31-40, 41-50 e 51-60 anos. Para avaliar a capacidade aeróbia foi realizado um teste de 12 min nadando no estilo crawl, sendo medida a distância percorrida. O consumo máximo de oxigênio (VO2 máx.) foi calculado utilizando a equação de Cooper (VO2 máx. = [(distância * 4,8) - 504,1] / 44,79 mL/Kg/min). Foi utilizada estatística descritiva e Correlação de Pearson para analisar a relação da distância percorrida e da capacidade aeróbia com as faixas etárias. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da Unoeste (CAAE: 15736913.1.0000.5515). No teste da capacidade aeróbica, a maior distância foi da faixa etária 15-18 anos (636,24+/-179,36 m), enquanto a menor distância foi da faixa etária 51-60 anos (363,41+/-47,74 m), havendo correlação inversa à idade ($r=-0,976$; $p < 0,05$). O VO2 máx. (mL/Kg/min) estimado foi de 56,64+/-19,13 na faixa etária 15-18 anos, de 54,57+/-24,22 para 19-30 anos, de 37,68+/-9,90 para 31-40 anos, de 33,90+/-14,00 para 41-50 anos e de 27,54+/-5,09 para 51-60 anos, também com correlação inversa à idade ($r=-0,976$; $p < 0,05$). As alterações relativas da capacidade aeróbia de uma faixa etária para a anterior foram de -3,66%; -30,96%; -10,03%; -18,75%; respectivamente, partindo da faixa etária de 15-18 anos. A capacidade aeróbia é uma valência física altamente treinável em qualquer idade, principalmente quando se parte da condição de sedentarismo. Porém, as adaptações respiratórias, cardiovasculares e metabólicas diminuem proporcionalmente com o avanço da idade. Neste estudo, observamos maior capacidade aeróbia na menor faixa etária e pequena diminuição na faixa etária subsequente. A maior diferença entre as faixas etárias foi observada a partir dos 30 anos (-30,96%), comparativamente à faixa etária anterior. Tal diminuição progressiva demonstra que a diminuição da capacidade também diminuiu em praticantes de academia. Os resultados demonstram que a capacidade aeróbia diminui progressivamente com o avanço da idade, principalmente a partir dos 30 anos.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE

Comunicação oral

Educação Física

EFEITO DA SUPLEMENTAÇÃO DE CARBOIDRATOS DURANTE O TREINAMENTO DE BASQUETEBOL

JOÃO FRANKLIN GOES AMORIN - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
JAIR RODRIGUES GARCIA JÚNIOR - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
DAVID DA SILVA TELES - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

O basquetebol é uma atividade física intermitente que faz uso de vias metabólicas, cujo principal substrato energético é o carboidrato (CHO). São poucos os estudos sobre a suplementação de CHO neste esporte, principalmente com adolescentes. Por isso, o objetivo foi avaliar os efeitos da suplementação de CHO no desempenho durante sessões de treinamento de basquetebol. Os voluntários, praticantes de basquetebol do sexo masculino, foram divididos em dois grupos: Grupo 1 na faixa etária de 11-13 anos (n=14) e Grupo 2 de 14-15 anos (n=11). Para avaliação do desempenho físico e técnico foram utilizados dois testes de corrida com bandeja e arremesso de lance livre, no início (pré) e no final (pós) de sessões de treinamento cuja duração total era de 1h10. O CHO (1 g/Kg peso corporal; concentração de 10%) foi consumido antes ou durante o treinamento. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNOESTE (CAAE: 38091414.4.0000.5515). O consumo de CHO antes do treinamento não influenciou, no G1, o tempo nas bandejas ou os acertos nas bandejas e nos arremessos de lance livre, porém aumentou, no G2, o tempo nas bandejas (pré 81,36+/-5,48 e pós 84,55+/-6,09 seg; $p < 0,05$). O consumo de CHO durante o treinamento não influenciou, no G1 e G2, o tempo nas bandejas ou os acertos nas bandejas e nos arremessos de lance livre. Em razão da duração de pouco mais de 1h do treinamento, os estoques musculares de glicogênio podem não ter representado um fator limitante do desempenho, pois isso, o consumo de CHO não fez diferença no desempenho físico e técnico. Conclui-se que a suplementação de carboidrato antes ou durante o treinamento de basquetebol não promove melhora de variáveis de desempenho físico e técnico em sessões com duração de 1h. UNOESTE

Pesquisa (ENAPI)

Poster

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

EFEITO DE 14 SEMANAS DE TREINAMENTO RESISTIDO NA MUSCULATURA DE RATOS WISTAR

MAURÍCIO ZULLI ZAMBERLAN GUILHERME - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
GUILHERME DE SOUSA SUNIGA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
ROBSON CHACON CASTOLDI - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
ALAN JOSÉ BARBOSA MAGALHÃES - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
GUILHERME AKIO TAMURA OZAKI - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
TATIANA EMY KOIKE - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
THIAGO ALVES GARCIA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
REGINA CELI TRINDADE CAMARGO - FACULDADE DE CIÊNCIAS E TECNOLOGIA - FCT/UNESP - PRESIDENTE PRUDENTE
WILLIAM DIAS BELANGERO - UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS - UNICAMP
GIOVANA RAMPAZZO TEIXEIRA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
JOSÉ CARLOS SILVA CAMARGO FILHO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

A história do treinamento físico (TF) vem desde a Grécia antiga. Nesse período o TF foi utilizado como meio de se obter vitórias em batalhas e conquistas de territórios. Com o passar dos anos o TF foi cada vez mais utilizado no meio esportivo para aumentar o desempenho físico. o objetivo do presente trabalho foi analisar o efeito de 14 semanas de treinamento resistido no tecido muscular de ratos Wistar. Foram utilizados 20 ratos machos, sendo 10 não-treinados pertencentes ao grupo 1 (G1) e 10 animais treinados pertencentes ao grupo 2 (G2). O programa de TF consistiu de quatro séries de dez saltos, três vezes na semana, durante 14 semanas. Foi utilizada a progressão da carga do 14º ao 42º dia. Foi removida a porção ventral do músculo gastrocnêmio medial para o processamento de análises histológicas e corados com hematoxilina-eosina, para uma análise geral da estrutura dos músculos e área das fibras musculares e NADH-TR para a diferenciação entre as áreas de secção transversa (AST) das fibras de contração lenta (CL) e contração rápida (CR). Os cortes foram observados e fotomicrografados em microscópio da marca marca ZEISS®. A análise estatística foi realizada com o teste t de Student para a comparação entre médias. Foi observado que o G1 apresentou uma área média de 5061,29 µm² contra 5768,93 µm² dos animais do G2. Verificou-se que o treinamento resistido foi suficiente para promover adaptação do tecido muscular, dessa maneira houve um aumento da área de secção transversa no grupo de animais analisados. Tal fato demonstra que a periodização de 14 semanas, com seções de treinos alternadas, possibilita a recuperação e ganho de massa muscular. Pode-se concluir que 14 semanas de treinamento resistido foi efetivo no aumento da área muscular.

Pesquisa (ENAPI)

Comunicação oral

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

EFEITO DE NOVE MESES DE TREINAMENTO DE DUAS MODALIDADES DE LUTAS NA AGILIDADE DE ADOLESCENTES DE BAIXA RENDA

BRUNA THAMYRES CICCOTTI SARAIVA - INSTITUTO DE BIOCIÊNCIAS UNESP CAMPUS DE RIO CLARO
CAROLINA CABRAL SANTOS - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
DIEGO KANASHIRO SONVENSO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
IGOR HIDEKI ITO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
RAFAELA CAMPOS CUISSI - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
DANIEL EDUARDO RODRIGUES DE SOUSA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
MARIANA ROMANHOLI PALMA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
DIEGO GIULLIANO DESTRO CHRISTOFARO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

A agilidade é um componente da aptidão física relacionado ao desempenho atlético e associado com o desempenho em esportes caracterizados como intermitentes, como as lutas. O judô e o muay thai são excelentes modalidades para melhorar o condicionamento físico de uma forma geral. Analisar o efeito de nove meses de treinamento de duas modalidades de lutas na agilidade de adolescentes de baixa renda. Trata-se de um quasi-estudo experimental, com a amostra composta por 91 adolescentes de ambos os sexos com idade entre 9 e 14 anos. Destes 14 adolescentes compõem o grupo controle, 20 o grupo judô e 10 o grupo muay-thai. Todos são participantes de um projeto social de Presidente Prudente-SP. Foi aplicado o teste de agilidade "Shuttle Run" em que o avaliado percorre em sua máxima velocidade até dois blocos de madeira, pega um deles e retorna ao ponto de partida depositando esse bloco. Sem interromper a corrida, busca o segundo bloco, procedendo da mesma forma e o cronometro é parado no momento que o avaliado coloca o último bloco no solo. O percurso tem a distância de 9,14 metros, duas tentativas foram realizadas e a melhor marca foi registrada, a de menor tempo. Ambas as modalidades foram ministradas durante o período de 9 meses, realizadas 2 vezes na semana e com a duração de 90 minutos por dia. A intensidade foi controlada por meio da escala subjetiva de esforço, para que a mesma permanecesse de moderada à vigorosa. O grupo controle não realizou nenhum tipo de treinamento. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Estadual Paulista (CAAE: 26702414.0.0000.5402). Na análise estatística foi realizado o teste t de student para comparar os momentos pré e pós intervenção entre cada grupo separadamente, por meio do software SPSS, versão 15.0 e com significância estatística (p) fixada em 5%. O grupo controle no momento pré intervenção (M1) realizou o teste de agilidade em 12,2 (±0,96) segundos (s) e após os nove meses (M2) foi em 11,7 (±1,2)s com p=0,167. Já o grupo que praticou o judô no M1 obteve 12,4 (±1,2) e no M2 11,9 (±1,5)s com p=0,084. O grupo do muay thai no M1 realizou 12,2 (±0,4)s, já no M2 diminuiu para 10,9 (±1,1)s com p=0,001. Após nove meses da prática de muay thai foi encontrada redução significativa no tempo do teste de agilidade, sendo assim o muay thai provocou melhoras na agilidade dos adolescentes de baixa renda. Isso pode ser explicado, pois a modalidade tem o caráter percussivo que tem o objetivo de golpear seu adversário para somar pontos, sendo assim é preciso muita agilidade e velocidade. Já o judô é uma modalidade de domínio com o objetivo de segurar e imobilizar o oponente. É necessário mais estudos com a prática das lutas, principalmente o muay thai, para que seja melhor explorado essa modalidade na saúde de adolescentes. De acordo com os resultados é possível concluir que nove meses da prática do muay thai foi eficaz para melhorar a agilidade de adolescentes de baixa renda. Pró-reitoria de Extensão (PROEX)

Pesquisa (ENAPI)

Comunicação oral

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

EFEITO DO TREINAMENTO DE DUAS MODALIDADES DE LUTAS SOBRE A MASSA CORPORAL MAGRA DE ADOLESCENTES DE BAIXA RENDA

DANIEL EDUARDO RODRIGUES DE SOUSA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
BRUNA THAMYRES CICCOTTI SARAIVA - INSTITUTO DE BIOCIÊNCIAS UNESP CAMPUS DE RIO CLARO
INACIO EVARISTO COSTA JUNIOR - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
VINÍCIUS YUKIO BOTELHO SUETAKE - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
PAULO COSTA JUNIOR - UNIVERSIDADE ESTADUAL JULIO MESQUIRA FILHO - CAMPOS DE PRESIDENTE PRUDENTE
AUGUSTO TAVARES ANHESCHIVICH - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
LEANDRO DRAGUETA DELFINO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
DIEGO GIULLIANO DESTRO CHRISTOFARO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

A massa corporal magra exerce grande influência na saúde dos indivíduos, estando intimamente associada à alimentação e a prática de exercícios físicos. As modalidades de lutas podem trazer diversos benefícios para a composição corporal e tem se tornado atrativas, principalmente ao público jovem que estão expostos a um quadro de baixa prática de atividade física. Dessa forma o objetivo foi analisar o efeito do treinamento de duas modalidades de lutas sobre a massa corporal magra de adolescentes de baixa renda. A amostra foi composta por 44 adolescentes de ambos os sexos com idade entre 9 e 14 anos, que foram divididos em três grupos: judô (n=20), muay-thai (n=10) e controle (n=14), todos são participantes de um projeto social de Presidente Prudente-SP. Foi mensurada a massa corporal magra por meio da Absorptiometria Raios-X de Dupla Energia (DEXA), utilizando-se o aparelho da GE Lunar - DPX-NT. Para ambas modalidades foi adotado um protocolo de treinamento com duração de 16 semanas, duas vezes por semana e 90 minutos de duração. A intensidade foi controlada pela escala de percepção subjetiva de esforço, para que a intensidade do treino permanecesse de moderada à vigorosa. O grupo controle não realizou a prática de nenhuma dessas modalidades. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Estadual Paulista (CAAE: 26702414.0.0000.5402). Na análise estatística foi utilizado o teste t de student para comparar a massa muscular nos momentos pré e pós dentro dos três grupos, analisado pelo software SPSS versão 13.0 e adotado a significância estatística de 5%. No grupo controle a massa corporal magra era de 30,0(±5,9) kg no momento pré e foi para 31,2 (±6,8) kg (p=0,018) após dezesseis semanas. No grupo judô os valores eram de 27,2 (±5,9) kg no momento pré e 28,7 (±6,0) (p=0,001) no momento pós enquanto que no muay-thai os valores eram de 30,8(±7,8) kg e 33,8 (±9,4) (p=0,004). O estudo revela que houve aumento significante da massa corporal magra nos 3 grupos da pesquisa. Além da prática de exercício físico, no qual podemos observar que o grupo muay-thai e judô obtiveram aumento mais expressivo, esse aumento, principalmente do grupo que não treinou nenhuma dessas modalidades pode ter sido devido ao desenvolvimento maturacional dos adolescentes que não foi quantificado, sendo considerado um viés do estudo. Nos três grupos houve aumento de massa muscular de forma significativa, mais do que o treinamento a maturação biológica é que parece exercer o efeito predominante. Pró-reitoria de Extensão (PROEX)

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE

Comunicação oral

Educação Física

EFEITOS DE 12 SEMANAS DE TREINAMENTO FÍSICO GENERALIZADO EM MULHERES IDOSAS TREINADAS

NELSON HILARIO CARNEIRO - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
EDUARDO NERIS CARNEIRO - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
VANDERLEI LOPES DA SILVA JUNIOR - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
LUÍS ALBERTO GOBBO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

A força muscular é a principal capacidade funcional para atender as necessidades da vida diária, uma vez que o processo de envelhecimento esta atrelado a perda da força muscular. o objetivo deste estudo foi analisar os efeitos de 12 semanas de treinamento físico generalizado (TFG) em mulheres idosas treinadas. Para tanto 41 mulheres com idade igual ou acima de 60 anos participaram do estudo. Todas as participantes fazem parte de um programa de TFG oferecido pelo Grupo Athia em parceria com a Unoeste. Além disso, foram informadas sobre a proposta do estudo (riscos, benefícios e procedimento aos quais foram submetidas) e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), que foi aprovado pelo comitê de ética e pesquisa da UNOESTE (nº 2284/2015). As avaliações foram realizadas antes (pré) e após (pós) a intervenção. Massa corporal foi mensurada em balança antropométrica mecânica da marca Filizola, com precisão de 100 gr, e avaliação da estatura em estadiômetro de madeira, com precisão de 0,1 centímetros. Para avaliação da flexibilidade (FLEX) foi utilizado o teste de alcançar sentada e para agilidade o teste da bateria de testes da AAHPERD. Para resistência de força de membros inferiores foi utilizado o teste de sentar e levantar em 30 segundos. As sessões do programa de TFG teve a duração de 60 minutos, com 20 minutos de aquecimento por meio de dança e 40 minutos de treinamento com pesos. Teste t de Student para amostras dependentes foi utilizado para comparação pré e pós, considerando-se nível de significância $p < 0,05$. A massa corporal média foi de 67,2±9,5kg, estatura média foi de 1,55±0,05m e o IMC 28,1±3,9m2. No teste de FLEX foi encontrada diferença significativa ($p < 0,05$) entre pré (56,6±9,5cm) e pós (58,2±9,3cm). As demais variáveis não foram encontradas diferenças significativas. Nossos achados vão ao encontro dos trabalhos encontrado com essa população, uma vez que o treinamento generalizado tem mostrado ser bastante importante na manutenção e até na melhora dos componentes da capacidade funcional de mulheres idosas. concluímos que programas de treinamento generalizado para mulheres idosas treinadas mostraram ser importante para manutenção da capacidade funcional e melhora da flexibilidade. Grupo Athia

Ensino (ENAENS)

Comunicação oral

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

INCIDÊNCIA DE GOLS NA COPA DO MUNDO FIFA 2014

CARLOS AUGUSTO DE SOUZA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
MARCELO FLOREZ GUIMARÃES - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

A Copa do Mundo FIFA é o maior evento do futebol mundial, realizado a cada quatro anos. O futebol não é uma ciência exata na qual as técnicas científicas possam determinar o vencedor de uma partida,muitas variáveis podem influenciar o seu resultado, tais como, preparação física, tática, psicológica e os sistemas de jogo. O momento mais esperado do jogo é o gol,entender os momentos em que ocorrem é de suma importância. O estudo pode vir a ajudar treinadores a identificar pontos fortes e fracos de sua equipe e organizá-la taticamente de acordo com cada jogo, evoluindo e não sofrendo gols inoportunos, e anotando seus tentos nos momentos chave das partidas. O objetivo geral da pesquisa foi analisar quantitativamente a incidência de gols nas partidas da Copa do Mundo de 2014, também teve como objetivo específico descobrir em qual dos dois grandes tempos do jogo (1ºe 2º) ocorreram mais gols. É uma pesquisa de caráter primário e retrospectivo, o pesquisador assistiu os jogos da Copa do Mundo FIFA 2014 no Brasil pela televisão, para obter os dados, analisando os 64 jogos. O estudo foi realizado de maneira quantitativa, a fim de registrar o tempo em que os gols saíram. O tempo de cada jogo foi dividido em seis partes sendo: (0-15), (15-30) e (30-45) do 1° tempo e (0-15), (15-30) e (30-45) do 2° tempo. Observou-se que dos (0-15) minutos iniciais do 1° tempo, foram marcados 18 gols, dos (15-30) minutos 24 gols e dos (30-45) minutos finais 22 gols. Já no 2° tempo nota-se um aumento de gols se comparado aos mesmos períodos do 1° tempo. Onde no início do 2° tempo (0-15) o número de gols foi de 24, dos (15-30) minutos foram 34 gols, dez gols a mais que no 1° tempo e dos (30-45) minutos finais o total de gols marcados foi de 41, quase o dobro do primeiro tempo. Já a comparação entre o primeiro e segundo eis a incidência de gols em porcentagem: no 1° tempo foram marcados 64 gols totalizando 39,26%, já no 2° tempo foram 99 gols de um total de 163, correspondendo á 60,74%. Nota-se que a maior incidência de gols foi no 2° tempo. Conforme os resultados obtidos, a maioria dos gols ocorrem no 2º tempo, provavelmente pelo desgaste físico de uma equipe em relação á outra, e outros fatores como, diferentes tipos de preparação tática e técnicas, como a posse da bola pode resultar numa economia de movimento, levando vantagem sobre os adversários. Outro fato observado em relação aos gols no ultimo período (15 minutos finais) pode se ocorrer pela pressão psicológica de uma equipe por muitos fatores, como uma desclassificação, uma má classificação ou a busca pelo título, isso faz com que as equipes se lancem mais ao ataque podendo assim marcando mais gols ou expondo seu setor defensivo a contra-ataques aumentando assim a incidência de gols. De acordo com os resultados obtidos conclui-se que a maior incidência dos gols da Copa do Mundo FIFA 2014 ocorreram nos 15 minutos finais do 2º tempo do jogo,e que a maioria dos gols também é marcada no segundo tempo em relação ao primeiro.

Pesquisa (ENAPI)

Comunicação oral

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

MAIOR APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA É PREDITORA DE MENOR PERCENTUAL DE GORDURA EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES?

BEATRIZ PEREIRA VIANA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
FERNANDA CAROLINE STAQUECINI GIL TEBAR - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
WILLIAM RODRIGUES TEBAR - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
ANDREI WILLIAN VIEIRA DE BRITO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
TIEGO APARECIDO DINIZ - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
DIEGO GIULLIANO DESTRO CHRISTOFARO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

A ausência da pratica de atividade física durante a infância e adolescência pode causar menores níveis de aptidão física que pode estar relacionado a maiores valores de gordura corporal. Essa relação pode estar atrelada ao desenvolvimento de fatores de risco que podem causar doenças crônicas futuramente. . A prática regular de exercícios físicos, entre eles o desporto, pode melhorar os índices cardiorrespiratórios, que está associado com um menor risco para o desenvolvimento de doenças crônicas. Baseado nos achados supracitados especula que maiores níveis cardiorrespiratórios podem estar relacionados inversamente aos valores de gordura corporal em jovens. Dessa forma o objetivo do presente estudo foi verificar a relação entre aptidão física cardiorrespiratória e gordura corporal em adolescentes. Foram avaliados 87 adolescentes com média de idade de 11 anos. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Estadual paulista (CAAE: 26702414.0.0000.5402). A gordura corporal foi estimada pelo DEXA e a aptidão cardiorrespiratória foi verificada pelo meio do teste de milha sendo o VO2 estimada pela fórmula de Cureton. A relação entre aptidão cardiorrespiratória e o percentual de gordura corporal foi observada pela regressão linear no modelo não ajustado e no ajustado (variáveis sexo e idade consideradas no ajuste). Na análise não ajustada foi verificada associação entre maior aptidão cardiorrespiratória e menor percentual de gordura corporal (ß=-0,341 [IC=-0,468; -0,216]). Quando a análise foi ajustada por possíveis fatores de confusão como sexo e idade observou-se que mesmo assim as relações permaneceram significativas (ß=-0,321 [IC=-0,452; -0,191]). Maiores níveis de aptidão cardiorrespiratória foram relacionados a menores valores de gordura corporal, demonstrando que independente do sexo e idade, quanto maior o número de atividades que exijam maior esforço físico e sucessivamente maiores modificações na aptidão cardiorrespiratória, elevadas são as chances de se ter melhor composição corporal principalmente por possíveis alterações no metabolismo energético provocado pelo exercício. Conclui que independente do sexo e da idade, melhor aptidão cardiorrespiratória está relacionada a menor percentual de gordura corporal nos jovens da amostra analisada. Apoio: PROEX

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE

Comunicação oral

Educação Física

O EFEITO DE 16 SEMANAS NAS HABILIDADES MOTORAS DE ADOLESCENTES PRATICANTES DE JUDÔ E MUAY THAI DE UM PROJETO SOCIAL DE PRESIDENTE PRUDENTE

PAULO COSTA JUNIOR - UNIVERSIDADE ESTADUAL JULIO MESQUIRA FILHO - CAMPOS DE PRESIDENTE PRUDENTE
AUGUSTO TAVARES ANHESCHIVICH - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
VINÍCIUS YUKIO BOTELHO SUETAKE - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
BRUNA THAMYRES CICCOTTI SARAIVA - INSTITUTO DE BIOCIÊNCIAS UNESP CAMPUS DE RIO CLARO
INACIO EVARISTO COSTA JUNIOR - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
STEFANO LUIZARI NETO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
DIEGO GIULLIANO DESTRO CHRISTOFARO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

Estudos desenvolvidos com adolescentes tem evidenciado benefícios com a pratica de atividade física sendo uma importante via de estimulo proporcionando melhor crescimento e desenvolvimento nesta fase da vida ainda prevenindo possível obesidade, aumento da massa óssea, melhora do perfil lipídico, regulação da pressão arterial e gerando melhor desenvolvimento social. Neste estudo relacionamos o desenvolvimento de variáveis motoras em praticantes de modalidades de lutas e não praticantes O objetivo desse estudo foi entender se a pratica e lutas poderia melhorar as habilidades motoras de adolescentes de um projeto social de Presidente Prudente. A amostra foi composta por 44 adolescentes de um projeto social da cidade de Presidente Prudente. Divididos em 3 grupos (grupo controle (GC), grupo muay thai (GMT) e grupo judô(GJ)) foram analisadas três variáveis da bateria de teste KTK ((Körperkoordination Test fürKinder - KTK) de Kiphard e Schilling(1974), saltos laterais, trave de equilíbrio e transferência sobre plataforma. As avaliações ocorreram em dois momentos pré e pós intervenção. Foram realizadas atividades duas vezes por semana com duração de aproximadamente 90 minutos cada intervenção. As atividades do GJ e GMT foram aplicadas por meio de jogos e exercícios específicos das modalidades como projeção, quedas, toques, deslocamento, esquivas, equilíbrio/desequilíbrio e combates. Na análise estatística foi utilizado o teste de ANOVA para medidas repetidas para comparar a habilidade motora entre os grupo pré e pós ao final de dezesseis semanas. No final 16 semanas, o GMT apresentou resultado significativo para salto lateral e transferência de plataforma em relação ao GC, O GJ apresentou diferença significativa na variável transferência de plataforma em relação ao GC e ambos os grupos não apresentarão diferença estatística na variável equilíbrio. Apesar de não haver diferença no equilíbrio entre os grupos, foi observado que tanto o GMT quanto o GJ foram benéficos para melhorarem as habilidades motoras avaliada por meio da transferência de plataformas e o GMT auxiliou também na melhora dos saltos laterais contribuindo dessa forma para incrementos nos jovens submetidos a esse tipo de prática de atividade física. Dessa forma ressalta-se que as modalidades de lutas podem ser uma alternativa visando a melhora das habilidades motoras de adolescentes. A prática das modalidades de lutas contribuíram para a melhora das habilidades motoras dos jovens do presente estudo ao final de dezesseis semanas. Pró-Reitoria de Extensão Universitária - PROEX

Pesquisa (ENAPI)

Comunicação oral

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

PREVALÊNCIA DE DOENÇAS CRÔNICAS EM PACIENTES DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE DE PRESIDENTE PRUDENTE

CAMILA SANTANA DA SILVA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
ANA PAULA RODRIGUES ROCHA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
JÉSSICA ANDRADE DA SILVA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
DIOGO VENDRAME MARQUES - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
JAMILE SANCHES CODOGNO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

Atualmente doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) constituem problema de saúde de grande magnitude que atinge principalmente a população com menores rendas, acesso às informações e escolaridade e são preponderantes em indivíduos com idade acima dos 50 anos. A Organização Mundial de Saúde prevê para 2025 que 1,2 bilhões da população mundial estará com mais de 60 anos. Assim planos de ações e estratégias tem sido formulados para deter o crescimento destas morbidades. Neste contexto estudos de prevalência de doenças tem importante papel. Analisar a prevalência de doenças crônicas em pacientes de Unidades Básicas de Saúde da cidade de Presidente Prudente. Foram avaliados 523 pacientes de ambos os sexos com idade igual ou superior a 50 anos, de duas Unidades Básicas de Saúde da cidade de Presidente Prudente -SP. A presença de doenças crônicas foi avaliada através do inquérito de doenças de Freitas Junior (2009). O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo seres humanos da Universidade Estadual Paulista "Julio de Mesquita Filho", Campus de Presidente Prudente (processo: 241.291/2013). : Quanto à prevalência das doenças crônicas analisadas, foi encontrado referente à doenças cardiocirculatórias que 61,2% da amostra (n=320) possuía o diagnóstico para hipertensão arterial, 15,5 (n=81) para arritmia e 5,4% (n=28) relataram já terem sofrido infarto. Relativo às doenças metabólicas, 27,9% (n=146) relataram diagnóstico de dislipidemia e 22,4% (n=117) de diabetes. Doenças osteoarticulares, apresentaram prevalência de 14,1% (n=74) e 44,9% (n=235) para osteoporose e artrite/artrose, respectivamente. : Com resultados semelhantes, o estudo realizado na cidade de Goiânia-GO, publicado em 2010 apresentou resultados de prevalência de risco cardiovascular em usuários do sistema público de saúde que, dos 418 idosos avaliados, 80,4% relataram diagnóstico de hipertensão, 23,4% relataram dislipidemia e 19,1% diabetes melito. Doenças cardiovasculares como a hipertensão arterial tem apresentado grande prevalência, por acarretar doenças graves como infarto e acidente vascular encefálico, a alta prevalência se torna bastante preocupante. Além disso, as doenças osteoarticulares também se destacam pela grande prevalência. O estudo de Martini et al. publicado em 2009, mostra que a prevalência de osteoporose é de 4,4%, diferente do presente estudo que apresenta uma prevalência de 14,1% . A prevalência de doenças crônicas não transmissíveis em pacientes atendidos na atenção básica se apresenta bastante expressiva, principalmente as doenças cardiocirculatórias que apresentaram a soma de 81,7%. CNPQ

Pesquisa (ENAPI)

Poster

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

PREVALÊNCIA DE FATORES DE RISCO À SAÚDE DE PACIENTES ATENDIDOS PELO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE DE PRESIDENTE PRUDENTE

MONIQUE YNDAWE CASTANHO ARAUJO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
IZABELA DOS SANTOS FERRO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
MATEUS COSTA DOS REIS - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
JAMILE SANCHES CODOGNO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

As doenças crônicas não transmissíveis são as principais causas de morte no mundo. No Brasil, são responsáveis por 72% de todos os óbitos, atingindo de forma mais intensa a população idosa, fato que gera maior procura pelos serviços de saúde. No entanto este fato poderia ser evitado através da redução dos fatores/comportamentos de risco à saúde que desencadeiam essas doenças Analisar a prevalência de fatores de risco à saúde em indivíduos atendidos pelo Sistema Único de Saúde Estudo de caráter transversal, realizado em duas Unidades Básicas de Saúde do município de Presidente Prudente/SP, com adultos de ambos os sexos de idade =50 anos. Foram verificadas prevalências de seis fatores de risco a saúde: i) obesidade: avaliada por meio de impedância bioelétrica, sendo assumido como obesidade valores =P75; ii) sedentarismo: avaliado pelo questionário de Baecke, baixo nível de atividade física foi considerado quando atingido pelos pacientes valores =P25; iii) distúrbios do sono: avaliado pelo questionário Mini Sleep, a presença de "distúrbio do sono" foi considerada quando atingido valores = 25 pontos; iv) dor lombar : caracterizou-se presença da doença quando todas respostas foram positivas para as quatro perguntas do questionário Nórdico, referente a seção de perguntas sobre dor na região inferior das costas; v) consumo de álcool e vi) tabagismo: analisados por questões dicotômicas (sim ou não) caracterizando as respostas positivas para o habito. O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo seres humanos da Universidade Estadual Paulista "Julio de Mesquita Filho", Campus de Presidente Prudente (processo: 241.291/2013). Foram avaliados 523 indivíduos. A prevalência de obesidade foi de 92,4% (n= 317), sedentarismo 23,8% (n= 58), distúrbios do sono: 59,5% (n= 222), dor lombar 37,2% (n= 132), álcool 2% (n=7) e tabaco 14,9 (n= 53) respectivamente. Quando analisado a agregação dos fatores de risco, verificou-se que 1,2% (n=4) não apresentavam nenhum fator de risco, 21,7% (n= 74) apresentavam agregação de 2 fatores de risco, 33,4% (n= 114) apresentavam agregação de 3 fatores de risco, 10,3% (n=35) apresentavam agregação de 4 fatores de risco, e 1,5% (n=5) apresentavam 5 ou mais. Corroborando com nossos achados, estudos realizados com adultos de idade acima de 50 anos apontam grande frequência de fatores de risco à saúde, além do mais sabe-se que tais fatores de risco, de maneira isolada ou agregada podem desencadear complicações metabólicos e cardiovasculares desde a juventude, bem como desenvolvimento de doença crônicas não transmissíveis, e maior procura por serviços públicos de saúde. Pode-se concluir que indivíduos atendidos pelo sistema único de saúde apresentam grande ocorrência de fatores de risco à saúde, sendo grande prevalência encontrada de maneira agregada. Fundação de Amparo a Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP: Processo número: 2014/09645-7) e CNPq (Processos número: 476244/2013-7, 457448/2013-0; 401178/2013-7)

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE

Comunicação oral

Educação Física

QUALIDADE DO SONO DE PACIENTES ATENDIDOS PELO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE DE PRESIDENTE PRUDENTE

DAYANE CRISTINA QUEIROZ - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
KELLY AKEMI KIKUTI KOYAMA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
LUANA CAROLINA DE MORAIS - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
ANA CAROLINA ALVES DA COSTA TRINDADE - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
JAMILE SANCHES CODOGNO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

Os distúrbios do sono são caracterizados pela dificuldade em adormecer e alteração do sono, influenciados pelo estado físico e mental do indivíduo. Atualmente grande parte da população mundial sofre com esse problema, fator relacionado ao surgimento de diversas doenças crônicas, além influenciar negativamente na qualidade de vida. Analisar a qualidade do sono de pacientes atendidos em Unidades Básicas de Saúde (UBS) da cidade de Presidente Prudente. Foram avaliados 356 pacientes de ambos os sexos com idade = 50 anos atendidos em duas Unidades Básicas de Saúde (UBS). Para avaliar a qualidade do sono foi aplicado, na forma de entrevista, o Mini-sleep Questionnaire composto por 10 questões fechadas com respostas escaladas progressivamente de 1 (nunca) à 7 (sempre), classificando o sono de acordo com o escore: i) Nenhum distúrbio: escore entre 10 e 24 pontos; ii) Sono Levemente Alterado: escore entre 25 e 27 pontos; iii) Sono Moderadamente Alterado: escore entre 28 e 30 pontos e iv) Sono Severamente Alterado: escore acima de 30. O estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências e Tecnologia da UNESP - Campus de Presidente Prudente (Processo nº. 241.291/2013). Dos pacientes avaliados 31,2% eram homens (n=111) e 68,8% mulheres (n=245), com idade média de 61,6 ± 8,95 anos. Quanto à qualidade do sono, 37,6% dos indivíduos (n=134) não apresentaram ter distúrbios do sono, 19,3% dos pacientes (n= 68) possuíam sono levemente/moderadamente alterado, e alterações severas no sono foram observadas em 43,1% dos avaliados (n=154). A literatura tem apresentado alguns resultados similares ao presente estudo enfatizando que a pior qualidade do sono está atingindo cada vez mais as pessoas e está se associando de forma negativa com a saúde dos indivíduos. A qualidade do sono de grande parte dos pacientes atendidos em UBS da cidade de Presidente Prudente tem sido severamente alterada causando prejuízos à saúde. Apoio: Fundação de Amparo a Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP: Processo número: 2014/09645-7) e CNPq (Processos número: 476244/2013-7, 457448/2013-0; 401178/2013-7).

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE

Comunicação oral

Educação Física

QUALIDADE URBANA AMBIENTAL E PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS: UM ESTUDO SOBRE O PARQUE DO POVO DE PRESIDENTE PRUDENTE - SP.

FERNANDA BERGUERAND XAVIER - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
ALBA REGINA AZEVEDO ARANA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CARLOS ROBERTO MOREIRA JUNIOR - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Uma série de estudos tem mostrado que a vida em ambientes naturais influencia positivamente a autopercepção de saúde das pessoas e leva a um menor risco de mortalidade. Se existe essa relação positiva entre áreas verdes e encorajamento para a prática de atividades físicas, os parques urbanos têm que ser vistos com devida importância na estratégia de promoção de saúde.Em Presidente Prudente - SP, o Parque do Povo é o principal espaço verde público de lazer. Este trabalho procura relacionar a qualidade ambiental urbana e a prática de atividades físicas, e ainda discutir a importância dos parques urbanos como potenciais atores em estratégias ambientais de promoção de saúde, reunindo dados para reflexões a respeito de qualidade ambiental urbana, e possibilidades de futuras melhorias ou implantação de novos espaços verdes. Verificar a relação entre a qualidade ambiental urbana e a prática de atividades físicas; e ainda discutir a relação entre parque urbano e prática de atividades físicas, quem são os sujeitos que usufruem dessa relação no município, qual é o perfil e os anseios da população que frequenta o parque e qual a importância do parque na estratégia de promoção de saúde. A pesquisa qualiquantitativa está sendo realizada em duas etapas. O nível de atividade física e características do uso/usuários do parque foram coletados através do System for Observing Play and Recreation in Communities (SOPARC). Este instrumento que se baseia em observações sistemáticas (scans) de áreas alvo selecionadas e tem se mostrado confiável, sendo largamente utilizado a nível internacional. Também estamos aplicando um questionário construído para atingir os objetivos propostos a 200 frequentadores do parque maiores de 18 anos. A amostragem é intencional com seleção acidental dos participantes, e os dados estão sendo coletados durante o ano de 2015, em períodos do dia, semana e meses variados. O questionário foi cadastrado e aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa (CAE 36161414.0.0000.5515). A observação sistemática mostra até o momento que cerca de 60% da população que frequenta o parque é adulta, seguida de um publico jovem de 17%, 15% de idosos e 7% de crianças. O parque é muito utilizado para a prática de atividades físicas, com predomínio de atividades moderadas (60%), sendo as atividades sedentárias representantes de apenas 20% da utilização do local. O número de homens é maior que o dobro de mulheres, e os homens são mais fisicamente ativos do que as mulheres. O parque da cidade destaca-se por seu uso ativo, fator não observado em alguns estudos internacionais que fizeram uso do mesmo instrumento de observação. O Parque do Povo é um local que oferece qualidade urbana ambiental ao município, destacando-se por seu papel no aumento do nível de atividade física da população. CAPES

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE

Comunicação oral

Educação Física

SUPLEMENTAÇÃO DE CARBOIDRATOS: INFLUÊNCIA NA GLICEMIA E VELOCIDADE DURANTE O TREINAMENTO DE BASQUETEBOL

DAVID DA SILVA TELES - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
JOÃO FRANKLIN GOES AMORIN - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
JAIR RODRIGUES GARCIA JÚNIOR - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

O basquetebol é uma atividade física intermitente que faz uso de vias metabólicas, cujo principal substrato energético é o carboidrato (CHO), principalmente para corridas e deslocamentos de alta intensidade. São poucos os estudos sobre a suplementação de CHO neste esporte, principalmente com adolescentes. Por isso, o objetivo foi avaliar os efeitos da suplementação de CHO na glicemia e velocidade de execução de bandejas durante sessões de treinamento de basquetebol. Os voluntários, praticantes de basquetebol do sexo masculino, com idade de 14-15 anos (n=11) foram avaliados em seu desempenho físico num teste que simulava situação de jogo: dez corridas sequenciais de um garrafão ao outro com realização de bandeja, sendo anotado o tempo total de execução das bandejas. O teste foi realizado no início (pré) e no final (pós) de sessões de treinamento cuja duração total era de 1h10. O CHO (maltodextrina 1g/Kg peso corporal; concentração de 10%) ou placebo (suco com mesmo sabor e sem CHO) foram consumidos antes ou durante o treinamento, cada qual em uma sessão, totalizando quatro sessões, separadas por intervalo de 7 dias. A glicemia foi medida pré e pós-treino com glicosímetro portátil (Xceed, Optium). A significância das diferenças ($p < 0,05$) foi determinada usando o teste t de Student. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Unoeste (CAAE: 38091414.4.0000.5515). Houve aumento significativo da glicemia dos participantes com o consumo de CHO antes (pré-treino 89,55+/-11,29 e pós-treino 104,09+/-23,23 mg/dL; $p < 0,05$) e durante (pré-treino 96,91+/-6,86 e pós-treino 121,27+/-31,60 mg/dL; $p < 0,05$) a sessão de treinamento. Por outro lado, no tempo (variação de 78,00 a 84,55 seg) e na velocidade (variação de 11,92 a 12,92 Km/h) de execução do teste de bandejas com o consumo de CHO antes e durante o treinamento, não houve diferenças significativas. A manutenção da glicemia sanguínea com a suplementação de CHO pode proporcionar a manutenção do desempenho ao longo do treinamento, pois garante a disponibilidade de combustível para os músculos ativos e demais células. A influência da disponibilidade de CHO no desempenho tende a ser maior em exercícios mais prolongados. Neste treinamento, o tempo foi de 1h10, e o CHO pode ter contribuído para a manutenção do desempenho, pelo seu efeito poupador do glicogênio muscular. Conclui-se que a suplementação de CHO antes ou durante o treinamento de basquetebol promoveu aumento da glicemia sanguínea, porém apenas manutenção da velocidade de execução de bandejas.

Pesquisa (ENAPI)

Poster

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

TREINAMENTO CONCORRENTE: EFEITOS NA COMPOSIÇÃO CORPORAL E CAPACIDADE AERÓBIA

GUILHERME DE SOUSA SUNIGA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
MAURÍCIO ZULLI ZAMBERLAN GUILHERME - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
ROBSON CHACON CASTOLDI - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
TATIANA EMY KOIKE - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
THIAGO ALVES GARCIA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
ALAN JOSÉ BARBOSA MAGALHÃES - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
GUILHERME AKIO TAMURA OZAKI - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
FRANCIS LOPES PACAGNELLI - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
REGINA CELI TRINDADE CAMARGO - FACULDADE DE CIÊNCIAS E TECNOLOGIA - FCT/UNESP - PRESIDENTE PRUDENTE
JOSÉ CARLOS SILVA CAMARGO FILHO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

O treinamento concorrente pode influenciar no aumento da massa muscular e também na diminuição do tecido adiposo. No treinamento resistido ocorre danos miofibrilares, em resposta a esse estresse têm-se a adaptação no músculo. Objetivo: Analisar o efeito do treinamento concorrente na composição corporal e capacidade aeróbia de ratos Wistar. Foram utilizados 22 ratos "Wistar", obtidos do biotério central da UNESP, campus de Botucatu e mantidos no biotério para pequenos animais da UNESP, campus de Presidente Prudente. Os animais foram aleatoriamente distribuídos em controle (CTLE; n= 05); treinamento anaeróbio (TAN, n=06); aeróbio (TAE, n=06) e treinamento concorrente (TCc =05). Foram mensurados, índice de massa corporal (IMC), índice de Lee (Lee) e tecido adiposo epididimal (TecAdp), massa corporal e coeficiente de eficácia alimentar. A avaliação da capacidade aeróbia foi determinada por meio do teste de carga crítica. Foi observada redução significativa no TecAdp e na ingestão alimentar, em todos os grupos de animais exercitados. Apenas os grupos TAE e TCc apresentaram menores valores de IMC (X: 0,63 ± 0,04 VS X: 0,68 ± 0,03) e Lee (X: 2,86 ± 0,08 VS X: 2,85 ± 0,05). A capacidade aeróbia, diminuiu no TCc (X: 6,49 ± 0,44 VS pós X: 5,63 ± 0,56). Verifica-se que o TAE causou diminuição das variáveis antropométricas. Tal fato pode ser explicado pela utilização do metabolismo oxidativo predominantemente. Além disso, o TCc causou diminuição da capacidade aeróbia, um dos motivos prováveis para essa ocorrência pode ter sido o aumento da massa muscular e consequentemente diminuição da flutuabilidade. Conclui-se que todos os modelos de exercício causaram redução das variáveis antropométricas. Além disso, o TAE mostrou melhor resposta em relação aos índices corporais e capacidade aeróbia, enquanto o grupo TCc apresentou diminuição no IMC e capacidade aeróbia. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

Extensão (ENAEXT)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE

Comunicação oral

Educação Física

TREINAMENTO MULTILATERAL FUNCIONAL-UNOESTE: PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

LEANDRO ALVES DA CUNHA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
SILMARA PATRICIA DA SILVA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
ANDERSON DOS SANTOS CARVALHO - UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO - USP

O projeto de Treinamento Multilateral Funcional (TMF) da Universidade do Oeste Paulista (UNOESTE) que, justifica-se por alicerçasse nos princípios do Treinamento Funcional que, essencialmente é um método de treinamento físico motor com a premissa básica de melhoria da aptidão física relacionada à saúde, a estética corporal, a performance esportiva, o desempenho laboral e na reabilitação. Apresenta como característica realizar a convergência das habilidades biomotoras fundamentais do ser humano como força motora, o equilíbrio, a resistência, a agilidade, etc., sempre visando à produção de movimentos eficientes e econômicos. Como vantagem o método se adéqua tanto para o indivíduo mais condicionados como para o menos condicionados. Este tipo de treinamento apresentasse hegemônico, atualmente, no universo Fitness e no universo da Preparação Física para os diferentes tipos de desportos, tanto no âmbito estadual, nacional como no internacional, o que torna esta, uma ampla área de atuação para os futuros professores e profissionais da motricidade humana que na UNOESTE se formarão. Proporcionar uma vez semanal treinamento multilateral Funcional para alunos do curso de Educação Física e servidores da UNOESTE, visando a melhorar da condição física geral do praticante, promover integração e aproximação entre docentes e discentes, bem como, colaborar para com a prática de hábitos saudáveis e proporcionar um momento de lazer semanal aos mesmos. O referido projeto de extensão universitária denominado "Treinamento Multilateral Funcional" foi cadastrado na Pró-reitoria de Extensão e Ação Comunitária da UNOESTE, protocolo Nº 01156/2015, em janeiro de 2015. Após o decurso do projeto realizamos uma tabulação dos dados da planilha de freqüência do projeto, durante o 1 semestre de 2015. Foram realizados 23 encontros, onde 20 deles aconteceram de segunda-feira e 3 deles de sexta-feira, participaram 48 pessoas e realizamos 414 atendimentos. Participaram em média 18 alunos, obtivemos uma participação de 42 alunos no máximo e 12 alunos no mínimo. Participaram 28 alunos do bacharel em Ed. Física, 7 alunos da licenciatura EM Ed Física UNOESTE, 5 alunos de outros cursos da UNOESTE, 2 alunos da pós graduação em Treinamento Funcional no Esporte e no Fitness da UNOESTE e 3 funcionários de diferentes setores da UNOESTE. Atrelado ao projeto de extensão será desenvolvido, no segundo semestre de 2015, um estudo com a aplicação de um questionário aos participantes envolvidos com o intuito de aferir se os objetivos do projeto estão sendo contemplados. O projeto proporcionará construção de conhecimento quanto aos anseios e motivações para que o hábito de praticar uma atividade física ou desportiva regularmente, seja incorporado no cotidiano das pessoas. UNOESTE.

RESUMOS DE PROJETOS

ATIVIDADES CIRCENSE NA ESCOLA: UM MEIO PEDAGÓGICO PARA O ENSINO E APRENDIZAGEM 757

AVALIAÇÃO DO CONDICIONAMENTO FÍSICO DE PRATICANTES DE TREINAMENTO FUNCIONAL CROSSFIT 758

BENEFÍCIOS PSICOMOTORES DA DANÇA EM PORTADORES DE DEFICIÊNCIA VISUAL 759

DETERMINANTES NA PARTICIPAÇÃO, CONTINUIDADE E DESISTÊNCIA DE IDOSOS EM PROGRAMA DE EXERCÍCIO FÍSICO NO MUNICÍPIO DE TACIBA-SP 760

EFEITOS DA PRÁTICA DA CAPOEIRA SOBRE O DESENVOLVIMENTO MOTOR EM CRIANÇAS DE 8 A 11 ANOS 761

O IMPACTO DA PADRONIZAÇÃO DO EXERCÍCIO FÍSICO SOBRE A CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS FREQUENTADORES DE UMA ACADEMIA DA TERCEIRA IDADE DE PRESIDENTE PRUDENTE-SP. 762

PERFIL DOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FISICA EM PARQUES URBANOS: UM ESTUDO SOBRE O PARQUE DO POVO DE PRESIDENTE PRUDENTE - SP. 763

Extensão (ENAEXT)

Comunicação oral

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

ATIVIDADES CIRCENSE NA ESCOLA: UM MEIO PEDAGÓGICO PARA O ENSINO E APRENDIZAGEM

ANDERSON DOS SANTOS CARVALHO - UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO - USP
GUSTAVO BOIM DE SOUZA - FACULDADE RANCHARIENSE - FRAN
DAVID JULIANO RODRIGUES - FACULDADE RANCHARIENSE - FRAN
JOSENEY SPREA - FACULDADE RANCHARIENSE - FRAN
ALINE MADIA MANTOVANI - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

Em algumas discussões realizadas no Núcleo Docente Estruturante - (NDE), da Educação Física e Pedagogia notamos a necessidade de transferir o conhecimento adquirido em sala de aula para a prática (extensão), assim as aulas não se resumem em trabalhos, provas e notas, mas concretiza-se o ensino e aprendizagem atrelada por meio da extensão a comunidade. Desta forma, acreditamos ser relevante para o professor do ensino básico aplicar o seu conhecimento construído em sala e desenvolver para a comunidade, apresentações escolares no município de Rancharia e adjacentes - além de dar inicio a aprendizagem prática para o desenvolvimento do futuro professor, bem como contribuir com a comunidade realizando transdisciplinaridade. A efetivação do projeto acontece semestralmente. Este projeto é uma parceria com os cursos de Educação Física e Pedagogia juntamente com as faculdades de Presidente Venceslau Faprev e Faculdade Rancharienses - Fran, essa interação vem oferecer aos professores do ensino superior e do ensino básico (futuros professores) conteúdos educativos para complementar seu acervo cultural e pedagógico. É preciso estimular o professor e o discente (futuro professor), este é um agente que visa à emancipação dos alunos; para Saviani (2007), o professor deve agir como um estimulador e orientador da aprendizagem, sendo a reflexão sobre a sua prática que irá permitir a elaboração de novas formas de ensinar ou resolver problemas de aprendizagem dos seus alunos, tornando a ação pedagógica mais coerente, mais justa, mais humana. Acreditamos que seja preciso investir na formação contínua dos educadores para que estes contribuam para desenvolvimento psicomotor e social dos alunos, e a prática de extensão é uma excelente ferramenta pedagógica. O projeto apresentou conteúdos pedagógicos por meio de números e atividades de circo. Acreditamos na relevância do conteúdo teórico e prático em sala de aula; porém, compartilhar a construção do conhecimento com a comunidade por meio da prática (extensão) é finalizar o semestre de forma efetiva, garantindo aquisição de conhecimento, aplicação da prática pedagógica, atuação junto a comunidade, participação ativa do público alvo, o que se traduz em produção de aprendizagem significativa. Assim, assumimos o papel de agentes transformadores ao possibilitar ao futuro professor a aplicação prática de seu conhecimento adquirido na faculdade junto a comunidade. O projeto "Atividade Circense na Escola" tem como objetivo apresentar conteúdos pedagógicos por meio das Atividades de Circo.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE

Comunicação oral

Educação Física

AVALIAÇÃO DO CONDICIONAMENTO FÍSICO DE PRATICANTES DE TREINAMENTO FUNCIONAL CROSSFIT

GERSON HILARIO - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
JAIR RODRIGUES GARCIA JÚNIOR - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

((correções realizadas de acordo com sugestões)) O CrossFit® é um método, e franquia, de treinamento funcional caracterizado pela realização de exercícios multivariados e de alta intensidade, proporcionando a melhora de várias capacidades físicas. O método foi desenvolvido há 45 anos, porém iniciou a expansão pelo mundo e aumento significativo do número de praticantes, principalmente a partir de 2010. Por isso, há poucos estudos sobre seus efeitos nas capacidades físicas dos praticantes regulares. Assim, o objetivo será realizar avaliação transversal de praticantes de treinamento funcional CrossFit® em diferentes estágios de treinamento quanto aos parâmetros de força, resistência muscular localizada, flexibilidade e aptidão aeróbia para estabelecer uma relação com o desempenho nos treinamentos multivariados da modalidade. Participarão 48 voluntários de ambos os gêneros, de 18 a 50 anos, praticantes de CrossFit® em um Box especializado. Serão divididos em três grupos para cada gênero (n=8), de acordo com o estágio de treinamento: Grupo iniciantes (3-6 meses de prática), Grupo intermediários (7-18 meses de prática) e Grupo avançados (19 meses ou mais de prática). Serão medidos o peso, a altura e as circunferências de tronco e membros. Serão realizados os seguintes testes: de sentar e alcançar para flexibilidade dos músculos posteriores da coxa e região lombar; de levantamento de terra (deadlift) para a força dos músculos posteriores da coxa e glúteos; de abdominais em 1 min para resistência muscular localizada dos músculos do abdome; e o teste de 12 min para a aptidão aeróbia. Será também avaliado o desempenho em um WOD (workout of the day - treinamento do dia) para cada estágio de treinamento. Para os grupos de iniciantes (20 Over head walking longe, 15 Abmat, 10 Burpees) e intermediários (5 Wall climbing, 15 Wall ball, 25 Box jump) o desempenho nos três exercícios sequenciais será avaliado pelo tempo de execução (min. e seg.), enquanto o grupo de avançados (5 Hand stand push up, 10 Over head squat, 20 V-Sit) terá o desempenho nos três exercícios sequenciais avaliado pelo número total de repetições realizadas no tempo máximo de 20 min. O desempenho nos WODs (tempo de execução para iniciantes e intermediários e número total de repetições para avançados) será utilizado para estabelecer a correlação (teste de Pearson) entre os valores das avaliações de flexibilidade, força, RML e aptidão aeróbia, considerando $p < 0,05$. Unoeste

Pesquisa (ENAPI) UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Comunicação oral Educação Física

BENEFÍCIOS PSICOMOTORES DA DANÇA EM PORTADORES DE DEFICIÊNCIA VISUAL

DANYELLE BEATRIZ ABILA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CHARLLA FINESI SEGATO - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
ALINE DUARTE FERREIRA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
DULCE MARIA ROSA CINTRA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

No mundo em que vivemos, onde o sentido da visão é de extrema importância para o ser humano, a falta deste, consequentemente trará um atraso no aprendizado e no desenvolvimento de locomoção, no desenvolvimento social, afetivo, cognitivo, e psicomotor quando comparados às pessoas com a mesma faixa etária."A dança pode se constituir, tal como outras práticas corporais, numa experiência estética que promove a ampliação da sensibilidade-como a capacidade de percepção do mundo, tornando capaz de vivenciá-lo, refleti-lo e recriá-lo" (SARAIVA, 2005). Podemos dizer que o deficiente visual necessita de uma independência e autoconfiança,com isso justificamos a necessidade desta pesquisa, devido ao fato de ainda ser um assunto onde a sociedade está aberta a inserção destas pessoas, motivando a manterem sua autonomia em tarefas diárias e atividades extras, mostrando que a deficiência visual não se torna uma limitação.Pensando nisto a dança de salão como um todo irá trabalhar nestes aspectos, se preocupando com os benefícios da saúde física e da saúde mental. objetivos:Avaliar os possíveis benefícios à saúde em geral de indivíduos com deficiência visual participantes de um programa de dança de salão em uma associação para deficientes visuais de uma cidade do interior de São Paulo. O estudo será realizado em uma associação para deficientes visuais de uma cidade do interior de São Paulo, entre os meses de agosto a outubro de 2015.As atividades iniciarão com coleta de identificação (idade e sexo) e dados antropométricos (peso e altura). Para avaliar o nível de equilíbrio será realizado o teste de balance scale de Berg, que consiste em uma avaliação do equilíbrio funcional com base em 14 tarefas comuns da vida diária; para a flexibilidade será utilizado o teste de Wells, que será medido a partir da posição longínqua que o indivíduo pode alcançar na escala com as pontas dos dedos, registrando o melhor resultado entre as duas execuções.Para a avaliação da locomoção, espaço temporal e socialização, será utilizado a avaliação funcional de escala das atividades da vida diária, a fim de analisar se haverá melhorias nos aspectos de cuidados pessoais, cuidados domésticos, trabalho e lazer, compras e dinheiro, locomoção, comunicação e relações sociais. Essas avaliações ocorrerão no primeiro dia da aula de dança de salão. As aulas terão duração de 60 minutos,sendo 60 minutos de dança de salão,os cinco minutos iniciais para alongamentos gerais do corpo e os 10 minutos finais para o desaquecimento. A frequência será de uma vez por semana 8 semanas de aulas de dança de salão, serão repetidas todas as avaliações iniciais. Para a apresentação dos resultados, será criado um banco de dados eletrônico em excel®, e os resultados encontrados serão expressos em média e desvio padrão. PEIC - UNOESTE

Pesquisa (ENAPI) UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Comunicação oral Educação Física

DETERMINANTES NA PARTICIPAÇÃO, CONTINUIDADE E DESISTÊNCIA DE IDOSOS EM PROGRAMA DE EXERCÍCIO FÍSICO NO MUNICÍPIO DE TACIBA-SP

BRUNO DIAS MACHADO - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
VITOR DOUGLAS DA COSTA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
WEBER GUTEMBERG ALVES DE OLIVEIRA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
ALINE DUARTE FERREIRA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Nos últimos anos, houve um aumento da população de idosos onde o envelhecimento, quando não está ligado à expressão ativo, é compreendido como um sinônimo de perca, regressão e incapacidade. O exercício físico é considerado uma das melhores formas de manutenção e melhora da saúde, influenciando a condição funcional do organismo, proporcionando melhoras biopsicossociais na terceira idade, já que a mesma é inerente à capacidade humana. Apesar de comprovada sua eficácia, ainda há um aumento no sedentarismo, por isso a necessidade de estímulos à terceira idade. Entretanto, acredita-se que dificuldades socioeconômicas e culturais atrapalhem a participação desse grupo. Este estudo justifica-se pela falta de análises que nos ajudam a entender as razões de busca, permanência e desistência dos idosos na prática de atividades físicas. O objetivo geral é caracterizar e compreender os fatores que tenham relação com a motivação de idosos na participação de projetos, analisar os fatores responsáveis de permanência e desistência. O objetivo específico é a verificação de um grupo participante de um projeto no município de Taciba -SP, a motivação, buscando identificar os contribuintes, para possíveis dificuldades ou facilidades na adesão e desistência de participação. Estudo será de caráter transversal quantitativo e a amostra será constituída por pessoas com 60 anos ou mais, participantes e ex-participantes do grupo semanal de um projeto desenvolvido na cidade de Taciba no ano de 2015, entre os meses de julho e agosto. A pesquisa terá, como critérios de inclusão, idosos que participam ou participaram do projeto desde junho de 2014 e que tenham aceitado participar da pesquisa através da assinatura de um termo de consentimento livre e esclarecido. Serão excluídos indivíduos com menos de 60 anos ou que não aceitarem participar da entrevista. A cidade de Taciba/SP possui um grupo de exercícios físicos para idoso, oferecido pela prefeitura municipal, comandado por um Educador Físico e denominado "Vivendo Melhor". O grupo acontece duas vezes na semana no período matutino, alternando alongamentos, musculação e hidroginástica. A população estudada será caracterizada através de um questionário adaptado, aplicado, em modo de entrevista, constando os seguintes dados: identificação, tempo de participação, motivação para permanência, adesão, benefícios e motivos da desistência. A pesquisa acontecerá em dois momentos: o primeiro momento com a aplicação do questionário em participantes do programa e que permaneçam participando ao longo do segundo semestre de 2015; O segundo se dará com a aplicação do questionário nos desistentes do programa entre o período de junho de 2014 a junho de 2015. Os dados coletados serão organizados e analisados em uma planilha de dados digitada no Programa Microsoft Excel. Então haverá a realização de analises estatística descritiva e analise de frequência. O Projeto de pesquisa foi aprovado pelo CEP UNOESTE (45869315.0.0000.5515/2619). PEIC/UNOESTE

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE

Comunicação oral

Educação Física

EFEITOS DA PRÁTICA DA CAPOEIRA SOBRE O DESENVOLVIMENTO MOTOR EM CRIANÇAS DE 8 A 11 ANOS

VALÉRIA CREMA BONI - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
RAFAEL CESAR FERRARI DOS SANTOS - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
ALINE DUARTE FERREIRA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

A prática de capoeira é importante para a sociedade, pois além de tratar de um tema cultural e ser um esporte legitimamente brasileiro, ela também engloba a promoção da saúde. Sua prática envolve aspectos cognitivos, afetivos e motores além dos sociais. Na infância, como instrumento educacional, a capoeira contribui para o desenvolvimento da capacidade física, intelectual moral da criança, visando sempre a sua socialização e integração à sociedade.Portanto, a prática da capoeira na infância, aplicada com respaldo teórico, pode contribuir para o estreitamento das relações de amizade entre as crianças, além de estimular o desenvolvimento motor através do ganho de habilidades motoras. Avaliar o desenvolvimento motor de crianças praticantes de capoeira, em uma escola da rede municipal na cidade de Presidente Prudente-SP. Participarão do estudo 20 crianças de ambos os sexos, com idade cronológica entre 8 e 11 anos, que deverão realizar três meses de treinamento de capoeira, com frequência de duas aulas por semana e duração de uma hora em uma escola municipal na cidade de Presidente Prudente-SP. O presente projeto foi aprovado no Comitê de Ética e Pesquisa da Unoeste (CAAE 40360914.8.0000.5515/2015). Será aplicado o ensino de capoeira. Para a avaliação do perfil do desenvolvimento motor será utilizado como instrumento a Escala de Desenvolvimento Motor (EDM), que compreende em um conjunto de tarefas diversificadas de diferentes setores de desenvolvimento, permitindo definir a idade motora em que esta criança se encontra. A avaliação será realizada antes do início do treino de capoeira e após três meses de treinamento. Para a análise dos dados será utilizado o programa estatístico SPSS. Tratando-se de uma amostra de distribuição normal, serão utilizados testes paramétricos, como "t" de Student, análise de variância (ANOVA) ou se necessário Tukey. Já se a distribuição for não normal serão utilizados os testes não paramétricos, como Mann-Whitney e Kruskal-Wallis ou se houver necessidade o Dunn. Será considerado estatisticamente significativo $p < 0.05$ PEIC -UNOESTE

Pesquisa (ENAPI) UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Comunicação oral Educação Física

O IMPACTO DA PADRONIZAÇÃO DO EXERCÍCIO FÍSICO SOBRE A CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS FREQUENTADORES DE UMA ACADEMIA DA TERCEIRA IDADE DE PRESIDENTE PRUDENTE-SP.

GUILHERME MARQUES SIQUEIRA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
ALINE DUARTE FERREIRA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
ROBSON CHACON CASTOLDI - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
MARCELO JOSE ALVES - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

A implantação de Academias da Terceira Idade (ATI) pelo Brasil vem se tornando uma escolha cada vez mais frequente dos governos municipais para o combate ao sedentarismo na população idosa. As ATI auxiliam na melhora dos parâmetros morfofuncionais como Índice de Massa Corporal (IMC), Relação Cintura Quadril (RCQ) tanto para normotensos quanto hipertensos. Porém, a utilização incorreta ou excessiva dos equipamentos sem a devida padronização dos exercícios pelos usuários, aliados a não orientação de um profissional especializado na área pode gerar riscos a saúde. É crescente a quantidade de instalações de Academias da Terceira Idade no país porem são poucos os estudos que comprovam a sua qualidade para a população idosa. O presente estudo justifica-se pela tentativa de responder até que ponto essas academias trazem benefícios para a vida diária dos idosos que as frequentam. O presente estudo tem como objetivo avaliar o impacto da aplicação de exercícios padronizados sobre a capacidade funcional dos idosos frequentadores de uma Academia da Terceira Idade na cidade de Presidente Prudente-SP. Serão convidados a participar do estudo idosos com idade de 60 anos ou mais, frequentadores de uma ATI na cidade de Presidente Prudente-SP. Serão selecionados de forma aleatória, 30 idosos que participarão do protocolo padronizado de exercícios físicos (Grupo exercício) e 30 idosos que continuarão executando os exercícios sem padronização e orientação (grupo controle). O protocolo de exercício ocorrerá em uma frequência de três vezes por semana sempre no período da manhã durante 12 semanas a partir do mês de abril de 2015. Para avaliação da capacidade funcional, será utilizada a Escala de Berg, Escala de Tinetti e Dinamometria de punho e mão antes do início do protocolo e ao final das 12 semanas de treinamento. Para análise estatística, a normalidade será atestada pelo teste de Shapiro Wilks, para os dados paramétricos entre os grupos treinamento e controle serão comparados por meio do teste ''t'' de Student. Para amostras independentes, casos dados sejam não normais, seu referencial não paramétrico será utilizado. Valores de significância (p) inferiores a 5% serão considerados estatisticamente significativos e todas as análises serão realizadas nos software estatístico: SPSS 13.0. PEIC - UNOESTE

Pesquisa (ENAPI)

Comunicação oral

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

PERFIL DOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FISICA EM PARQUES URBANOS: UM ESTUDO SOBRE O PARQUE DO POVO DE PRESIDENTE PRUDENTE - SP.

CARLOS ROBERTO MOREIRA JUNIOR - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
FERNANDA BERGUERAND XAVIER - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
JAIR RODRIGUES GARCIA JÚNIOR - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
ALINE DUARTE FERREIRA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
ALBA REGINA AZEVEDO ARANA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Uma série de estudos tem mostrado que a vida em ambientes mais naturais influencia positivamente a auto percepção de saúde das pessoas e levam a um menor risco de mortalidade (MAAS et al, 2008). Díaz (2010) considera que a vegetação torna o ambiente muito mais atrativo, dá a sensação de refúgio do dia-a-dia, alivia o stress e estimula as pessoas à prática de atividades físicas. Se existe relação entre parques urbanos e encorajamento para a prática de atividades físicas, e sabe-se que uma vida fisicamente ativa traz inúmeros benefícios em muitos determinantes de saúde, torna-se importante analisar quais as características que tornam esses espaços atrativos e quem são os seus frequentadores, afim de utilizar-se dessas informações para potencializar seus benefícios. Em Presidente Prudente - SP, o Parque do Povo é hoje um dos espaços mais importantes da cidade, visto por muitas pessoas como o verdadeiro cartão postal. É intensamente frequentado para o uso de suas pistas de cooper, quadras esportivas, pistas de skate, gramados e calçadas que o circundam (SAWADA et al., 2007). Objetivo Geral Apresentar o perfil dos praticantes de atividades físicas no Parque do Povo em Presidente Prudente-SP. Objetivos Específicos Verificar as razões que levam as pessoas à prática de atividade física no Parque do Povo. Apresentar o raio de influencia do Parque do Povo na prática de atividade física na cidade; Identificar quem frequenta e por que frequenta o Parque do Povo; Caracterizar as formas que o Parque do Povo é utilizado por seus frequentadores. Etapa 1: A observação sistemática será realizada através do System for Observing Play and Recreation in Communities (SOPARC). SOPARC é baseado em técnicas de amostragem temporal momentâneas em que são feitas varreduras (scans) periódicas dos indivíduos e dos fatores contextuais nas pré-determinadas áreas alvo em parques. Áreas alvo relevantes dentro do parque serão primeiramente identificadas e mapeadas. Os pesquisadores em seguida, visitarão as áreas-alvo em períodos de tempo designados. Para maior validade as observações serão feitas durante todo o dia, e incluem número de vezes especificas na parte da manhã, meio do dia, à tarde e à noite. O número de dias que será feita as observações ainda não foi definido para a pesquisa. Etapa 2: A segunda etapa será realizada através de questionário semiaberto estruturado especificamente para atender aos objetivos propostos pela pesquisa. Os questionários serão aplicados durante todo o dia aos frequentadores praticantes de exercício físico no local. O questionário será aplicado a 200 frequentadores, em períodos alternados (manhã, tarde, noite), e até em dias alternados da semana. Os frequentadores precisam ser maiores de 18 anos e precisam estar praticando atividades físicas no local. O questionário é seguido de 7 questões parcialmente fechadas sobre perfil do frequentador, frequência que pratica exercícios e uma questão aberta e conclusiva.

RELATOS DE EXPERIÊNCIA

PROJETO RONDON: DISCUTINDO BULLYING 765

Extensão (ENAEXT)

Comunicação oral

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

PROJETO RONDON: DISCUTINDO BULLYING

THIAGO CONSTANTINO BARBOSA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CAIO LUCAS ZUNTINI DIAMANTE - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
REGINA RAFAEL TEIXEIRA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
WILLYS TRISTÃO - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
RAQUEL MORI PIRES DE CAMARGO - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

O Projeto Rondon é constituído pelo Ministério da Defesa em parceria com Universidades e Municípios. O intuito do Projeto Rondon é levar assistência para municípios precários em todo território nacional com trabalhos acadêmicos voluntários, visando capacitar agentes multiplicadores. A Operação Bororos foi realizada no Estado do Mato Grosso, no período de 10 a 26 de julho de 2015 em 15 municípios da região. Esses receberam 30 instituições de Ensino Superior, sendo agrupadas em duas instituições por município. Entre os temas abordados pela Universidade do Oeste Paulista - Unoeste, a qual foi designada para a cidade de Acorizal, foi o bullying, o qual é caracterizado por uma violência na qual crianças e adultos cometem todos os dias de diferentes formas, sendo essas ocorrendo em sua grande maioria em escolas. O objetivo desta oficina foi informar e alertar os estudantes e professores sobre os tipos de agressão, a identificação e como intervir em possíveis atos envolvidos na prática do bullying. Concluímos por meio de relatos dos participantes que a informação é a melhor forma de evitar a prática do bullying. Atos considerados como normais aos olhos de quem o pratica foram evidenciados como fatores de agressão, sendo que os mesmos devem ser evitadas e corrigidas no cotidiano. A apresentação foi dividida em dois momentos no qual a primeira parte foi realizada no dia 18 de julho de 2015, sendo direcionada para crianças, jovens e adultos. O tema foi abordado por meio de brincadeiras e exemplos do cotidiano imergidos no bullying. Já o segundo momento aconteceu dia 22 de julho de 2015 e foi voltada para os professores. Essa foi ministrada utilizando diversos relatos de casos seguidos de discussão sobre o tema com o participantes, visando mostrar a importância em identificar e intervir os atos de bullying.

ARTIGOS COMPLETOS (RESUMOS)

A UTILIZAÇÃO DE SUCATAS PARA CONFECÇÃO DE UM APARELHO PARA FORTALECER OS MÚSCULOS DO ANTEBRAÇO 767

APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA E ADIPOSIDADE CORPORAL: 10 MESES DE INTERVENÇÃO COM PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS 768

CONTEÚDO TELEVISIVO NA FORMAÇÃO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA 769

EFEITOS DE DOIS TIPOS DE ALONGAMENTO SOBRE A FLEXIBILIDADE DE MULHERES IDOSAS APÓS 12 SEMANAS DE TREINAMENTO FÍSICO GENERALIZADO 770

JOVENS ALUNOS E JOVENS PROFESSORES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA POR MEIO DO SUBPROJETO PIBID 771

O TRABALHO COLABORATIVO PARA UMA PRÁTICA CONTEXTUALIZADA E SIGNIFICATIVA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR 772

RELAÇÃO ENTRE CAPACIDADE FUNCIONAL E FUNÇÃO PULMONAR DE IDOSOS RESIDENTES EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA 773

Pesquisa (ENAPI)

Comunicação oral

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

A UTILIZAÇÃO DE SUCATAS PARA CONFECÇÃO DE UM APARELHO PARA FORTALECER OS MÚSCULOS DO ANTEBRAÇO

JULIO CESAR BAIA DOS SANTOS - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
LEANDRO ALVES DA CUNHA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

O presente estudo alicerçado nas diretrizes da pesquisa ação objetivou a elaboração de um aparelho para fortalecer os músculos do antebraço em cadeia fechada, com carga progressiva suprindo a falta do referido aparelho em ambientes de treinamento e reabilitação, sendo assim mais uma opção para o fortalecimento dos músculos que agem sobre o punho, nos movimentos de flexão, extensão, abdução ou desvio radial e para adução ou desvio ulnar. Outro aspecto relevante deste estudo foi à utilização de sucatas e resíduos sólidos para a confecção do protótipo do aparelho, fato este que corrobora com a Conferência das Nações Unidas sobre o Meio Ambiente e Desenvolvimento, onde incentiva o reuso dos resíduos sólidos e semi-sólidos resultantes das atividades industrial, domestica hospitalar, comercial, agrícola e de serviços de varrição, a denominada Agenda 21 (SMA 1998b). UNOESTE e IPIRANGA Ltda.

Pesquisa (ENAPI)

Comunicação oral

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA E ADIPOSIDADE CORPORAL: 10 MESES DE INTERVENÇÃO COM PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS

IGOR CONTERATO GOMES - UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO - USP
THIAGO ALVES GARCIA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
GUILHERME AKIO TAMURA OZAKI - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
TATIANA EMY KOIKE - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
ALAN JOSÉ BARBOSA MAGALHÃES - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
JOSÉ CARLOS SILVA CAMARGO FILHO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
REGINA CELI TRINDADE CAMARGO - FACULDADE DE CIÊNCIAS E TECNOLOGIA - FCT/UNESP - PRESIDENTE PRUDENTE
ROBSON CHACON CASTOLDI - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
JANAÍNA PAULA COSTA DA SILVA - FACULDADE DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE - FACISA
JAMILE SANCHES CODOGNO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

O acúmulo de adiposidade, seja total ou central, eleva os fatores de risco de doenças cardiovasculares. Sendo assim, o objetivo do presente estudo foi analisar a relação entre aptidão cardiorrespiratória e adiposidade antes e após 10 meses de prática regular de atividades físicas em mulheres. A amostra foi composta por 59 mulheres atendidas por um plano de saúde privado Após os 10 meses de acompanhamento, o desempenho no TC6M apresentou acréscimo de 5% (p = 0,001) e CC diminuição de 2,2% (p = 0,007). Houve relação significativa entre IMC e TC6M no pré (r = -0.31) e no pós (r = -0.45) 10 meses de intervenção, já para a CC houve relação no pós intervenção (r = -0.37). A prática de atividades físicas pode ter proporcionado aumentos no TC6M e diminuição na CC, bem como a relação entre estas variáveis aumentou com a prática de atividades físicas.

Pesquisa (ENAPI)

Poster

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

CONTEÚDO TELEVISIVO NA FORMAÇÃO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA

ANDERSON DOS SANTOS CARVALHO - UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO - USP
ALINE MADIA MANTOVANI - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
GUSTAVO BOIM DE SOUZA - FACULDADE RANCHARIENSE - FRAN
ADOLFO TIAGO FERREIRA LIMA - CENTRO DE ENSINO SUPERIOR DO AMAPÁ - CEAP
JOSENEY SPREA - FACULDADE RANCHARIENSE - FRAN

Esse trabalho objetiva destacar que o conteúdo televisivo deve ser considerado em debates, discussões e trabalhos na formação profissional dos licenciados em Educação Física. A televisão é um veículo de comunicação de massa que expande gradativamente sua produção, sendo considerada importante fonte de transmissão de informações para boa parte da população mundial diariamente. Dessa forma, algumas questões nortearam esse estudo, dado que consideramos que um momento propício e eficaz para desenvolver a educação do professor é durante a sua formação profissional: como os futuros professores de Educação Física percebem as influências da mídia televisiva em seu trabalho diário junto aos alunos e demais professores? Como desenvolver uma visão reflexiva acerca das práticas físicas que se espalharam pelos meios de comunicação? Para isso, foi realizada uma revisão de literatura que teve por base pesquisadores da área de Educação Física e/ou que discutem o referencial sociocultural. Durante a formação profissional em Educação Física os professores devem se preocupar com as influências da mídia e usá-la de forma reflexiva como suporte na educação, incluindo os meios de comunicação ao conteúdo pedagógico.

Pesquisa (ENAPI) UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Comunicação oral Educação Física

EFEITOS DE DOIS TIPOS DE ALONGAMENTO SOBRE A FLEXIBILIDADE DE MULHERES IDOSAS APÓS 12 SEMANAS DE TREINAMENTO FÍSICO GENERALIZADO

NELSON HILARIO CARNEIRO - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
VINICIUS FLAVIO MILANEZ - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
EDUARDO NERIS CARNEIRO - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
VANDERLEI LOPES DA SILVA JUNIOR - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
ANDRÉ CASTANHO FREITAS - INSTITUTO LA VERITÁ
LUCAS RAFAEL SANTOS ZANGIROLAMO - INSTITUTO LA VERITÁ
LUÍS ALBERTO GOBBO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

O objetivo deste estudo foi analisar os efeitos de dois métodos de alongamento sobre a flexibilidade em mulheres idosas após 12 semanas de treinamento físico generalizado (TFG). 41 mulheres com idade = de 60 anos participaram do estudo, foram divididas em dois grupos, sendo grupo um (G1) que foi aplicado o alongamento de facilitação neuromuscular proprioceptivo (FNP) sendo cinco mulheres e o grupo dois (G2) foi aplicado o alongamento estático (AE) 36 mulheres. Todas as participantes fazem parte de um programa de treinamento físico generalizado. As avaliações foram realizadas antes da realização da intervenção (pré) e após a intervenção (pós). Foi realizada avaliação da massa corporal, da estatura, foi calculado o IMC, avaliação da flexibilidade com flexímetro e o teste de alcançar sentada. O programa de teve a duração de uma hora. O tratamento estatístico foi utilizado o Teste t de Student para amostras dependentes, considerando-se nível de significância $p < 0,05$. Protocolo CCPq 2284. CAAE (CEP) 36167714.0.0000.5515. Grupo Athia

Pesquisa (ENAPI)

Comunicação oral

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
Educação Física

JOVENS ALUNOS E JOVENS PROFESSORES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA POR MEIO DO SUBPROJETO PIBID

ISABELA TEIXEIRA COELHO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
MÁRCIA REGINA CANHOTO DE LIMA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
JOSÉ MILTON DE LIMA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
LUIZ ROGÉRIO ROMERO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
LUCAS SILVESTRE DOS SANTOS - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
KELLY DA SILVA OLIVEIRA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
JOYCE CRISTINA CLARO MENOTI - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

Este trabalho tem como objetivo relatar experiências de bolsistas do subprojeto "PIBID: A formação de professores de Educação Física para a Educação Básica a partir da interlocução entre Infância, Juventude, Educação e Cultura Corporal De Movimento". A metodologia é de natureza qualitativa e definida como pesquisa intervenção. Como resultados parciais dessa pesquisa, relataremos como as intervenções proporcionam, além de vivências significativas da prática docente, um maior conhecimento e valorização das Culturas Juvenis escolares. Acreditamos que esse trabalho desenvolvido com alunos de graduação garante uma formação diferenciada, que proporciona a eles o conhecimento e a experiência da prática docente e desenvolve a segurança e a confiança, necessárias ao professor no cotidiano escolar. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE

Comunicação oral

Educação Física

O TRABALHO COLABORATIVO PARA UMA PRÁTICA CONTEXTUALIZADA E SIGNIFICATIVA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

DENISE IVANA DE PAULA ALBUQUERQUE - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP

Este artigo apresenta um estudo sobre o trabalho coletivo e teve por objetivo apresentar as concepções do trabalho colaborativo e destacar os aspetos que pudessem contribuir para uma prática pedagógica que identifica uma abordagem contextualizada e significativa. Foi desenvolvido no projeto, Educação Física Escolar e formação de professores: escola e universidade dialogando sobre a práxis pedagógica", do Núcleo de Ensino da Faculdade de Ciências e Tecnologia de Presidente Prudente. Os encaminhamentos metodológicos adotados indicam os pressupostos da pesquisa qualitativa. Os resultados apontaram que o trabalho coletivo e colaborativo deve ser estabelecido com a participação de todos os envolvidos no contexto escolar, de modo a direcionar e fundamentar práticas pedagógicas efetivas que preconizam uma educação de qualidade.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE

Comunicação oral

Educação Física

RELAÇÃO ENTRE CAPACIDADE FUNCIONAL E FUNÇÃO PULMONAR DE IDOSOS RESIDENTES EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA

IARA BURIOLA TREVISAN - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
FABIANO FRANCISCO DE LIMA - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
ERCY MARA CIPULO RAMOS - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
MARCELO JOSE ALVES - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CATARINA COVOLO SCARABOTTOLO - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
DIONEI RAMOS - UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - UNESP
ALINE DUARTE FERREIRA - UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

O objetivo foi relacionar a capacidade funcional e pulmonar de idosos institucionalizados. Participaram do estudo 10 idosos com idade igual ou superior a 65 anos, residentes em uma Instituição de longa permanência para idosos (ILPI) da cidade de Presidente Prudente-SP. Foram divididos em dois grupos: tabagistas e ex-tabagistas (G1; n=5) e não tabagistas (G2; n=5). Para avaliar FP realizou-se espirometria. Avaliou-se a CF através do teste de caminhada de seis minutos (TC6'). Após o TC6' apresentaram diferença significativa as variáveis PAS (p=0.018), FC (p=0.006), FR (p=0.011) e escala de BORG (p=0.005). A CF indicou uma diferença mínima clinicamente importante entre os grupos G1 e G2 (392.6±48.3; 426.0±59.8, respectivamente). Com relação a FP, o grupo G1 apresentou correlação positiva entre TC6' e espirometria: CVF (r=0.90), VEF1 (r=0.90), %FEF25-75 (r=0.90) e PFE (r=0.90). Conclui-se que houve correlação entre a função pulmonar e capacidade funcional de idosos institucionalizados, principalmente com histórico tabagístico. PIBIC/UNOESTE