

RESUMOS DE PESQUISA	942
RESUMOS (Artigos Completos)	978
RELATOS DE EXPERIÊNCIA	983

RESUMOS DE PESQUISA

A INCIDENCIA E PREVALÊNCIA DE FRATURAS EM ESCOLARES DA REDE MUNICIPAL DE PRESIDENTE PRUDENTE: UM ESTUDO DE COORTE 12 MESES.....	944
ALTERAÇÃO DA ÁGUA CORPORAL TOTAL, INTRACELULAR E EXTRACELULAR DE JOVENS CORREDORES EM PERÍODO DE TREINAMENTO DE DOIS MESES	945
ASSOCIAÇÃO ENTRE DOR LOMBAR CRÔNICA E ATIVIDADE FÍSICA ENTRE PACIENTES DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE (SUS)	946
ASSOCIAÇÃO ENTRE MATURAÇÃO SOMÁTICA, PRÁTICA ESPORTIVA, GORDURA CORPORAL E PROTEÍNA C-REATIVA EM ADOLESCENTES: MODELO DE EQUAÇÃO ESTRUTURAL: ABCD GROWTH STUDY	947
ASSOCIAÇÃO ENTRE PRÁTICA ESPORTIVA, PRESSÃO ARTERIAL E PERFIL METABÓLICO ENTRE ADOLESCENTES: ABCD GROWTH STUDY	948
ASSOCIAÇÃO ENTRE PRÁTICA INSUFICIENTE DE ATIVIDADE FÍSICA NO AMBIENTE ESCOLAR E DOR LOMBAR	949
ASSOCIAÇÃO ENTRE VOLUME DE TREINO E DENSIDADE MINERAL ÓSSEA: MEDIAÇÃO PELA MASSA CORPORAL MAGRA MOLE	950
ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL E GASTOS EM SAÚDE DE PACIENTES HIPERTENSOS E DIABÉTICOS: ESTUDO LONGITUDINAL DE 18 MESES	951
AUTOCONFIANÇA E AUTODEPRECIAÇÃO DE MULHERES COM CÂNCER DE MAMA QUE REALIZARAM TREINAMENTO COMBINADO	952
COMPARAÇÃO DE VARIÁVEIS BIOQUÍMICAS EM PACIENTES OBESOS DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE SEGUNDO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA	953
CONTROLE POSTURAL DE ADULTOS JOVENS EM DIFERENTES CONDIÇÕES DE TRANSLAÇÃO DA BASE DE SUPORTE.....	954
CORRELAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES HIPERTENSOS DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE.....	955
EFEITO DE DIFERENTES PROTOCOLOS DE TREINAMENTO FÍSICO NA FUNÇÃO CARDIOVASCULAR DE RATOS WISTAR	956
EFEITO DE NOVE MESES DE LUTAS SOBRE A FORÇA E POTÊNCIA DOS MEMBROS INFERIORES DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES.....	957
EFEITO DO CONSUMO DE REFRIGERANTES NA MUSCULATURA ESQUELÉTICA DE ANIMAIS SUBMETIDOS A UM PROTOCOLO DE TREINAMENTO CONCORRENTE	958
EFEITO DO TREINAMENTO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE NO MEIO AQUÁTICO SOBRE A PRESSÃO ARTERIAL E O CONTROLE AUTONÔMICO CARDÍACO DE IDOSOS	959
EFEITO DO TREINAMENTO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE NO TECIDO MUSCULAR DE RATOS ESPONTANEAMENTE HIPERTENSOS.....	960
EFEITOS AGUDOS E SUBAGUDOS DO TREINAMENTO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE (HIIT) SOBRE MARCADORES DE SAÚDE CARDIOVASCULAR.....	961
EFEITOS DA PRÁTICA DE NOVE MESES DE ARTES MARCIAIS SOBRE A APTIDÃO AERÓBIA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES.....	962
EFEITOS DO TREINAMENTO RESISTIDO NA MORFOLOGIA DO FÍGADO DE RATOS SUBMETIDOS A DIETA HIPERLIPÍDICA.....	963
GASTOS COM SAÚDE E DOR LOMBAR ENTRE PACIENTES DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE (SUS).....	964

IMPACTO DE ONZE DIFERENTES MODALIDADES ESPORTIVAS NA DENSIDADE MINERAL ÓSSEA DE MEMBROS INFERIORES E CORPO TOTAL DE ADOLESCENTES.....	965
IMPACTO DO TREINAMENTO FUNCIONAL NAS HABILIDADES MOTORAS FUNDAMENTAIS DE ESTUDANTES	966
INFLUÊNCIA DA N-ACETILCISTEÍNA E DO EXERCÍCIO COMBINADO SOBRE O METABOLISMO DE RATOS ESPONTANEAMENTE HIPERTENSOS.....	967
INFLUÊNCIA DO CICLO MENSTRUAL NA FORÇA FÍSICA DE MULHERES PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO	968
INFLUÊNCIA DO NÍVEL DE MONÓXIDO DE CARBONO EXALADO SOBRE VARIÁVEIS CARDIOVASCULARES NO PERÍODO IMEDIATO DE RECUPERAÇÃO DO EXERCÍCIO AERÓBICO REALIZADO INDOOR E OUTDOOR.....	969
O CÂNCER DE MAMA E OS SEUS EFEITOS NA PRODUÇÃO DE FORÇA NOS MÚSCULOS EXTENSORES DO TRONCO: UM ESTUDO PILOTO	970
PERFIL E FATORES MOTIVACIONAIS DOS ATLETAS AMADORES DE CORRIDA DE RUA	971
PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS RESISTIDOS PARA FORTALECIMENTO DOS MÚSCULOS DO ANTEBRAÇO EM ACADEMIAS DE GINÁSTICA: QUANDO E COMO SÃO REALIZADOS.	972
PRESENÇA DE OBESIDADE SEGUNDO RELATO DE APOSENTADORIA POR INVALIDEZ	973
PREVALÊNCIA DE DOR MUSCULOESQUELÉTICA E SUA RELAÇÃO COM COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES.....	974
QUALIDADE DO SONO E OCORRÊNCIAS DE DOENÇAS CARDIOMETABÓLICAS DE PACIENTES DA ATENÇÃO BÁSICA DO SUS.	975
RELAÇÃO ENTRE SALTAR CAFÉ DA MANHÃ E PRESSÃO ARTERIAL, CIRCUNFERÊNCIA DE CINTURA, ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES BRASILEIROS.....	976
TREINAMENTO FUNCIONAL E HABILIDADES MOTORAS FUNDAMENTAIS: CONQUISTAS DE ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL	977

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

A INCIDENCIA E PREVALÊNCIA DE FRATURAS EM ESCOLARES DA REDE MUNICIPAL DE PRESIDENTE PRUDENTE: UM ESTUDO DE COORTE 12 MESES

CARLOS AUGUSTO DE CARVALHO FILHO
MARCELO JOSE ALVES
VICTOR HUGO SANTOS ZANGIROLAMO
DIANE DE VASCONCELOS BARRIONUEVO
EVERTON ALEX CARVALHO ZANUTO
RÔMULO ARAUJO FERNANDES

A ocorrência de fraturas ósseas é um desfecho pouco explorado entre crianças menores 9 anos, principalmente pelo fato de que variáveis que afetam a sua ocorrência (como é o caso do esporte) se manifestam mais durante a adolescência. Identificar a prevalência e incidência de fraturas ósseas entre crianças de sete e oito anos durante uma coorte 12 meses, bem como, identificar se a prática esportiva figura como fator de proteção ou risco a este desfecho. Estudo de coorte realizado em Presidente Prudente/SP (CAAE 51996615.0.0000.5515). A amostragem envolveu as escolas da região metropolitana da cidade. A casuística foi composta inicialmente por 524 crianças de ambos os sexos e após 12 meses 439 foram reavaliadas. Em ambos os momentos do estudo, a ocorrência de fraturas ósseas foi identificada pelos responsáveis. O engajamento em atividades esportivas foi avaliado por meio de questionário, tais avaliações foram feitas pelo questionário de Baecke et al., também respondido pelos responsáveis. Ao todo, 439 crianças de ambos os sexos foram avaliadas (masculino 216, 49,2% e feminino 223, 50,98%). No momento inicial, a ocorrência de fratura óssea foi de 5,2% (n= 23 casos), ao passo que foi de 9,1% (n= 40 casos) ao final do estudo. A incidência de novos casos foi de 4,8%, a qual foi não significativa (McNemar com p-valor= 0,585). A prática esportiva não se associou a ocorrência de fraturas no início (p-valor= 0,228) e final do estudo (p-valor= 0,345). Embora estudos apontem que quedas de bicicleta e prática esportiva sejam fontes de fraturas ósseas entre crianças, em nosso estudo, a prática esportiva não se mostrou significativamente associada ao desfecho. A ocorrência de fraturas entre crianças de 7 e 8 anos é um desfecho que ocorreu em menos de 10% dos casos analisados, ao passo que sua incidência de novos casos aumentou 4,8% por ano. A prática esportiva não figurou como fator de risco para fratura óssea.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

ALTERAÇÃO DA ÁGUA CORPORAL TOTAL, INTRACELULAR E EXTRACELULAR DE JOVENS
CORREDORES EM PERÍODO DE TREINAMENTO DE DOIS MESES

GIOVANNI HENRIQUE QUIZZINI

YURI DA SILVA VENTURA FAUSTINO DA SILVA

LUÍS ALBERTO GOBBO

A bioimpedância elétrica (BIA) é uma ferramenta com validade para a análise da composição corporal e das alterações dos fluidos corporais de populações distintas. Um programa de treinamento esportivo pode alterar o estado de hidratação, sobretudo na relação dos líquidos extra e intracelulares, e em consequência, comprometer o desempenho esportivo dos atletas. O objetivo do presente estudo foi comparar os valores de água corporal total, água intracelular e extracelular de jovens corredores ao longo de dois meses de treinamento. Para tanto, 11 jovens corredores (três mulheres) com idade média de $18,55 \pm 5,57$ anos foram avaliados em três momentos do programa de treinamento específico do atletismo para corridas: início da temporada (M0), após um mês (M1) e dois meses de treinamento (M2). A água total (ACT), água extracelular (AEC), água intracelular (AIC) e a relação da água extracelular com a intracelular (RECIC) foram analisadas por equipamento de BIA com corrente elétrica de 450 amperes a 50 kHz, nos respectivos momentos, antes de cada sessão de treinamento. Ao fim do primeiro mês de treinamento, foi verificada reduções não significantes de 7,5%, 8,0% e 6,4% para as variáveis ACT, AIC e AEC, respectivamente, e aumento de 1,5% para a RECIC ($p > 0,30$). Ao fim do segundo mês, as reduções para o mês anterior foram de, respectivamente, 6,9%, 4,5% e 6,7% ($p > 0,40$), enquanto a RECIC manteve-se praticamente inalterada (+0,4%). Comparando ao momento inicial do programa de treinamento (M0), as reduções ao fim do segundo mês foram marginais ($p < 0,09$), em 14%, 14,5% e 13,1%, respectivamente, enquanto a razão entre AEC e AIC aumentou apenas 2,0% ($p=0,26$). Dois meses de treinamento específico para corredores não foram suficientes para alterações significantes no estado de hidratação, apesar da tendência de redução dos valores de água corporal total, água intracelular e água extracelular no período de 60 dias (M2 - M0). Os dois primeiros meses do programa pode refletir as adaptações morfológicas ao treinamento, que repercute nos componentes com diferentes quantidades de fluídos. Entretanto, a razão entre a quantidade de líquidos extracelulares e intracelulares não se alterou, o que não compromete sobremaneira a funcionalidade celular, garantindo o rendimento na modalidade. Apesar da tendência de redução dos valores de ACT, AIC e AEC, programa de treinamento específico para atletismo em jovens corredores não foi suficiente para alterar o estado de hidratação dos atletas.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

ASSOCIAÇÃO ENTRE DOR LOMBAR CRÔNICA E ATIVIDADE FÍSICA ENTRE PACIENTES DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE (SUS)

RAFAEL PEREIRA DA SILVA
ROBSON CHACON CASTOLDI
RÔMULO ARAUJO FERNANDES
EVERTON ALEX CARVALHO ZANUTO

A ocorrência de dor lombar é a segunda maior causa de consultas médicas no mundo, o que onera de forma significativa sistemas públicos de saúde, tanto pelos gastos diretos e indiretos. Portanto o objetivo deste trabalho foi, determinar a prevalência de dor lombar crônica e analisar o efeito protetor do exercício físico em pacientes com idade superior a 50 anos atendidos por Unidades Básicas de Saúde de Presidente Prudente. Foram entrevistados e avaliados 327 pacientes em três momentos (baseline com características retrospectivas nos últimos 12 meses, após 6 meses e após 12 meses). Foram utilizados questionários para classificar dor lombar crônica (DLC), nível de atividade física e variáveis de confusão como sexo, idade, etnia e condição econômica. O índice de massa corporal (em kg/m²) foi calculado com a utilização dos valores de massa corporal e estatura, ambos coletados no momento da entrevista. Foi encontrada alta prevalência de dor lombar em 175 pacientes (53,5%), estes relataram pelo menos um episódio de dor lombar no último ano, destes n=71 (21,7%) foram classificados como DLC. O exercício físico se manteve associado a DLC independente dos demais fatores (OR= 0.35 [IC95%= 0.15-0.80]). A maior contribuição desta pesquisa foi associar nível de atividade física com DLC, pessoas fisicamente ativas possuem de forma independente 65% menos chance de desenvolverem DLC, diferente de estudos anteriores onde a atividade física perdeu associação ao ser inserida no modelo multivariado. Porém, estes achados corroboram com outros estudos demonstrando o benefício de ser fisicamente ativo neste distúrbio, o que enaltece a prática de atividade física e a coloca como uma importante opção na prevenção e/ou tratamento deste distúrbio. Desta forma, políticas públicas com intuito de aumentar o nível de atividade física devem ser encorajadas, como a inserção de educadores físicos e infraestrutura para treinamento nas unidades básicas de saúde.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

ASSOCIAÇÃO ENTRE MATURAÇÃO SOMÁTICA, PRÁTICA ESPORTIVA, GORDURA CORPORAL E PROTEÍNA C-REATIVA EM ADOLESCENTES: MODELO DE EQUAÇÃO ESTRUTURAL: ABCD GROWTH STUDY

ANDRÉA WIGNA PEREIRA DE JESUS

RICARDO RIBEIRO AGOSTINETE

PEDRO HENRIQUE NARCISO PICCHI

ISABELLA NETO EXUPÉRIO

ANDRÉ DE OLIVEIRA WERNECK

RÔMULO ARAUJO FERNANDES

A maturação biológica é associada a diversas alterações morfológicas e hormonais durante o crescimento e conseqüentemente é associada a fatores de risco cardiovascular por vias diretas e indiretas. Durante o processo de maturação existe um acúmulo de gordura, a qual poderia ser explicada pela liberação de citocinas pró-inflamatórias, que, quando persistentemente elevadas, geram risco de quadros de inflamação crônica de baixos níveis. Além disso, a maturação afeta comportamentos como a prática esportiva que também implicam em risco cardiovascular. Nesse sentido, um dos principais desencadeadores de fatores de risco cardiovascular, mesmo na adolescência, é a Proteína C Reativa (PCR), indicador inflamatório. No entanto ainda não está claro a associação entre maturação biológica e PCR, bem como o papel da gordura e prática esportiva na associação. Analisar associação entre maturação somática e PCR, avaliando o efeito mediador da prática esportiva e gordura corporal entre adolescentes Estudo aprovado pelo CAAE: 57585416.4.0000.5402. A Amostra composta por 270 adolescentes (10-17 anos), sendo 78 meninas. Para inclusão foram considerados adolescentes com prática esportiva por no mínimo 12 meses (modalidades esportivas) ou não engajamento em esporte por no mínimo 12 meses (controle). Variáveis exógenas: Maturação somática através da idade de pico de velocidade de crescimento (IPVC), gordura corporal (DXA) e prática esportiva. Variável endógena: PCR (coleta sanguínea) Fatores de confusão: idade cronológica, sexo e modalidade esportiva. A análise de equação estrutural foi realizada por meio do método de máxima verossimilhança no software STATA 15.1, adotando $p < 0,05$. O modelo apresentou bons parâmetros de ajuste. A relação entre IPVC e PCR não apresentou efeito direto significativo [$B=0,141$ (IC95%=-0,838 a 1,121), contudo o efeito indireto da associação entre IPVC e PCR (mediação por gordura corporal e prática esportiva), foi significativo [$B=-0,375$ (IC95%=-0,690 a -0,061), sendo que apenas a gordura corporal foi diretamente associada a PCR [$B=0,103$ (IC95%=0,044 a 0,161). A gordura corporal e a prática esportiva são capazes de afetar marcadores inflamatórios de forma maléfica (gordura) e benéfica (esporte), o que justifica o efeito de mediação das variáveis no marcador de inflamação (PCR). Maturação somática não é diretamente associada a PCR, sendo mediada por prática esportiva e gordura corporal. Fapesp

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

ASSOCIAÇÃO ENTRE PRÁTICA ESPORTIVA, PRESSÃO ARTERIAL E PERFIL METABÓLICO ENTRE ADOLESCENTES: ABCD GROWTH STUDY

WÉSLEY TORRES
SUZIANE UNGARI CAYRES
JACQUELINE BEXIGA URBAN
LUCAS GABRIEL DE MORAES CHAGAS
ANDRÉA WIGNA PEREIRA DE JESUS
DIEGO GIULLIANO DESTRO CHRISTOFARO
RÔMULO ARAUJO FERNANDES

INTRODUÇÃO: Sabe-se que o esporte contribui para a saúde durante a as primeiras décadas de vida. No entanto, ainda não está claro se a associação entre prática esportiva, pressão arterial e perfil metabólico poderia ser afetada pelo sexo, maturação biológica e gordura no tronco. **OBJETIVO:** Analisar a associação entre prática esportiva, pressão arterial e perfil metabólico entre adolescentes. **MÉTODOS:** Estudo de delineamento transversal parte de um estudo em andamento intitulado "Analysis of Behaviors of Children During Growth" (ABCD Growth Study) aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual Paulista (processo 6771.677.938/2016). Por amostragem por conveniência foram selecionados escolas e clubes esportivos, no qual 285 adolescentes em concordância aos critérios de inclusão aceitaram participar: idade entre 11 e 17 anos; engajamento em esportes por no mínimo 12 meses (grupo esporte) e ausência de engajamento em esportes (grupo não esporte); termo de consentimento e assentimento assinados. Prática esportiva foi autorrelatada. Pressão arterial (PA), lipoproteína de alta densidade, triglicerídeos, insulina e gordura de tronco (GT) foram utilizadas para calcular o escore Z de risco metabólico. Idade de pico de velocidade de crescimento (IPVC) foi estimada. Teste de Mann Whitney analisou os desfechos dicotomizados entre os sexos. Correlação de Pearson analisou o relacionamento entre prática esportiva e os desfechos. Regressão multinível analisou a associação entre a prática esportiva e a PA ajustada por idade, IPVC e GT. **RESULTADOS:** Houve relação significativa entre prática esportiva e GT ($r = -0,377$ [IC95% = -0,548 a -0,176]) e média da PA ($r = -0,219$ [IC95% = -0,415 a -0,003]) entre meninas. Quando tal relacionamento foi inserido na regressão multinível, observou-se que a prática esportiva parece não afetar a pressão arterial diastólica (meninos [$\beta = -1,52$; IC95% = -3,76 a 0,717]; meninas [$\beta = -2,80$; IC95% = -5,84 a 0,23]), bem como média de PA (meninos [$\beta = -0,20$; IC95% = -2,40 a 1,99]; meninas [$\beta = -2,13$; IC95% = -5,08 a 0,81]) quando ajustadas pelos fatores de confusão. **DISCUSSÃO:** Prática esportiva parece afetar a resposta hemodinâmica entre adolescentes, por sua vez a adiposidade corporal parece ser o potencial mediador neste relacionamento. **CONCLUSÃO:** Prática esportiva parece afetar pressão arterial diastólica entre adolescentes. Além disso, esse desfecho parece ter sido potencialmente mediado pela gordura do tronco. Nada a declarar.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

ASSOCIAÇÃO ENTRE PRÁTICA INSUFICIENTE DE ATIVIDADE FÍSICA NO AMBIENTE ESCOLAR E DOR LOMBAR

CATARINA COVOLO SCARABOTTOLO
BRUNA THAMYRES CICCOTTI SARAIVA
DANIEL DA SILVA CANHIN
ANA BEATRIZ SALLES
DIEGO GIULLIANO DESTRO CHRISTOFARO

A dor musculoesquelética é um problema de saúde pública mundial. Em se tratando da dor lombar, não apenas a população de adultos e idosos é acometida, mas também crianças e adolescentes. Alguns fatores podem ter relação com esse desfecho, como a prática insuficiente de atividade física. Analisar a associação entre a prática insuficiente de atividade física (AF) no ambiente escolar e a presença ou ausência de dor na região lombar. O estudo foi aprovado pelo Comitê De Ética em Pesquisa da UNESP (CAAE 21600613.4.0000.5402). Participaram 1011 adolescentes selecionados aleatoriamente de escolas públicas e privadas de Presidente Prudente - SP. A dor na região lombar foi avaliada por meio do questionário Nórdico, previamente validado para essa população. A prática de AF foi avaliada por meio do questionário de Baecke do qual foi utilizado o domínio de AF escolar para as análises. Adolescentes situados no menor quartil foram classificados como insuficientemente ativos. Para a caracterização da amostra foi utilizado o teste t de student. Para analisar as associações entre a prática insuficiente de AF e a dor lombar foi utilizado o teste Qui-quadrado. A magnitude das associações foi verificada por meio da Regressão Logística Binária tanto no modelo não ajustado, quanto no modelo ajustado. A prevalência de dor lombar foi de 25% entre os meninos e 33% entre as meninas. Para adolescentes do sexo feminino não houve associação entre as variáveis ($p = 0,123$). Adolescentes do sexo masculino classificados como insuficientemente ativos no domínio de AF escolar apresentaram 46% menos chances de reportar dor lombar, tanto no modelo não ajustado quanto no modelo ajustado (OR = 0,54 [0,33 - 0,90]; OR = 0,48 [0,28 - 0,82]) respectivamente. Considerando o contexto escolar, adolescentes do sexo masculino classificados como insuficientemente ativos apresentaram menos chances de ter dor lombar quando comparados com os adolescentes suficientemente ativos. Entre as atividades físicas escolares analisadas pelo questionário, carregar ou não peso pode ter influenciado os achados do presente estudo. No que se refere a dor musculoesquelética, a prática de atividade física deve ser analisada em diferentes contextos para que políticas de saúde pública sejam implementadas de maneira eficaz, assim como estudos longitudinais devem ser desenvolvidos com essa população para que relações de causa e efeito possam ser inferidas. Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq)

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

ASSOCIAÇÃO ENTRE VOLUME DE TREINO E DENSIDADE MINERAL ÓSSEA: MEDIAÇÃO PELA MASSA CORPORAL MAGRA MOLE

PEDRO HENRIQUE NARCISO PICCHI
RICARDO RIBEIRO AGOSTINETE
ANDRÉA WIGNA PEREIRA DE JESUS
ISABELLA NETO EXUPÉRIO
ANDRÉ DE OLIVEIRA WERNECK
RÔMULO ARAUJO FERNANDES

O Volume de Treino (VT) está associado a diversos processos de adaptação óssea de forma direta e indireta. Nesse sentido, o volume de treino também é associado a Massa Corporal Magra Mole (MCMM), a qual é também associada a Densidade Mineral Óssea (DMO). No entanto, ainda não está claro se a MCMM pode atuar como mediador da associação entre VT e DMO entre adolescentes. Analisar a associação entre VT e DMO, com ênfase na mediação por MCMM. Estudo aprovado pelo CEP da UNESP (1.677.938/2016). Foram avaliados 473 jovens (ABCD growth study), sendo 341 do sexo masculino, com idade média de 14,1±1,9 anos, e 132 do sexo feminino, com idade média de 13,7±1,8 anos, engajados em 11 modalidades esportivas (futebol, vôlei, judô, karatê, kung-fu, baseball, ginástica artística, tênis, atletismo, basquete e natação). O VT foi determinado pela quantidade total de tempo de treino realizado durante uma semana (computado diariamente). A MCMM, DMO e gordura corporal de corpo total foram mensuradas por meio de absorciometria de raio X de dupla energia (DXA). Maturação somática foi calculada por meio da fórmula de Moore (adaptada para meninos), utilizando valores de idade cronológica e estatura, onde meninos apresentaram valor médio de 13,4 anos (SD = 0,5) e meninas valor médio de 12,2 anos (SD = 0,5). Para a estatística, foi utilizada mediação multinível, adotando cada esporte como cluster, com bootstrapping para efeito indireto e direto, adotando $p < 0,05$. Um maior VT foi associado a maior DMO [β : 0,0000292; (IC95%: 0,0000021 a 0,0000562)], porém, quando inserida a variável mediadora, essa relação perdeu efeito e deixou de ser significativa ($p > 0,05$). Assim, a MCMM mediou a associação entre VT e DMO, com um efeito indireto significativo [β : 0,0000255 (IC95%: 0,0000104 a 0,0000406)]. O presente resultado corrobora com outros estudos que apontam a MCMM como uma via responsável pelo desenvolvimento ósseo, o que poderia explicar seu papel de mediadora entre VT e DMO. A associação entre volume de treino e densidade mineral óssea de corpo total é mediada pela massa corporal magra mole. FAPESP

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL E GASTOS EM SAÚDE DE PACIENTES HIPERTENSOS E DIABÉTICOS:
ESTUDO LONGITUDINAL DE 18 MESES

KELLY AKEMI KIKUTI KOYAMA
BRUNA CAMILO TURI
ANA PAULA RODRIGUES ROCHA
DAYANE CRISTINA QUEIROZ
RÔMULO ARAUJO FERNANDES
JAMILE SANCHES CODOGNO

Hipertensão arterial (HA) e diabetes mellitus (DM) estão relacionadas ao aumento do risco de doenças cardiovasculares, que estão associadas a maiores gastos em saúde. A manutenção de níveis adequados de atividade física habitual (AFH) é considerada uma estratégia para o tratamento dessas doenças, além de atuar nas reduções de gastos em saúde. O objetivo do presente trabalho foi verificar o relacionamento entre AFH e gastos em saúde de pacientes hipertensos e diabéticos, em um estudo longitudinal de 18 meses. O estudo conduzido em duas Unidades Básicas de Saúde de Presidente Prudente, SP, amostra foi composta por 121 adultos. AFH foi avaliada com o questionário de Baecke. Gastos em saúde foram estimados pelos serviços registrados no prontuário clínico de cada paciente. A presença de HA e DM foi identificada através do inquérito de morbidades referidas e os pacientes foram divididos em dois grupos: HA (hipertensos) e HA+DM (hipertensos e diabéticos). Os pacientes foram avaliados em dois momentos com diferença de 18 meses entre as avaliações. Estatística descritiva foi apresentada em média, desvio padrão, mediana, diferença entre quartil, correlação de Spearman analisou relacionamento entre as variáveis. As análises foram realizadas no software BioEstat (versão 5.0) e significância estatística fixada em 5%. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética, processo: 241.291/2013. Amostra composta por 121 pacientes, sendo 37 (30,60%) homens e 84 (69,40%) mulheres, com média de idade de $61,83 \pm 8,16$ anos. Não houve diferenças significativas entre os grupos quanto à AFH. Quando analisados gastos totais durante o seguimento entre os grupos HA e HA+DM, foram encontradas diferenças significativas no momento inicial [HA: 66,72 (60,94); HA+DM: 101,13 (115,92); $p= 0,001$] e após 18 meses de acompanhamento [HA: 60,76 (60,40); HA+DM: 117,97 (108,34); $p= 0,004$]. Quando analisada a correlação entre gastos totais ao longo de 18 meses e escore inicial de AFH, foi possível observar correlação negativa para o grupo HA ($\rho = -0,248$; $p= 0,031$). A elevação dos gastos com medicamentos para o DM e doenças cardiovasculares apresentam cerca de 36% do total de gastos diretos, em um estudo de Recife. Contudo, a influência da atividade física é efetiva para melhorias na saúde que repercutem em menores gastos com saúde. Conclui-se que o nível de AFH é determinante para as alterações nos gastos com saúde em pacientes hipertensos. Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Ciências da Saúde

Poster

Educação Física

AUTOCONFIANÇA E AUTODEPRECIAÇÃO DE MULHERES COM CÂNCER DE MAMA QUE
REALIZARAM TREINAMENTO COMBINADO

ANDRÉA DIAS REIS
PAULA TÂMARA VIEIRA TEIXEIRA PEREIRA
ISMAEL FORTE FREITAS JUNIOR
JOÃO BATISTA SANTOS GARCIA

O câncer de mama é o tipo de câncer mais prevalente nas mulheres e pode gerar sobrecargas emocionais. Avaliar a autoconfiança e autodepreciação de mulheres com câncer de mama que realizaram treinamento combinado (TC). Estudo com 25 mulheres com câncer de mama, idade entre 30 e 59 anos, distribuídas em dois grupos: Grupo Treino, N=12 e Grupo Controle, N=13. O TC foi realizado em 12 semanas (três sessões aeróbio+resistido e duas sessões de flexibilidade na semana). O treinamento aeróbio foi realizado em cicloergômetro e controlado pela frequência cardíaca de treino. O treinamento resistido consistiu em cinco exercícios para grandes grupos musculares (três séries de 12 repetições e intervalo um min). A flexibilidade foi feita com 10 exercícios (3 séries de 20s estático cada). A autoconfiança e autodepreciação foram avaliadas pela escala de autoestima de Rosenberg. A análise dos dados foi feita pela análise de variância para medidas repetidas e post-hoc de Bonferroni, considerando o nível significância de 5% no software SPSS 21. A pesquisa teve aprovação do CEP da UFMA (20665713.2.0000.5087). Foi observada interação entre grupo e tempo para o domínio autoconfiança ($f=7.812$, $p=0.017$) e também foi detectado aumento na autoconfiança ($p=0.031$) do grupo treino, porém para autodepreciação não apresentou alteração. O câncer de mama acarreta sobrecargas emocionais e seu tratamento pode reduzir capacidades físicas, como também alterar a composição corporal. O TC tem sido utilizado em indivíduos saudáveis para minimizar essas alterações físicas, porém em mulheres com câncer ainda é escasso informações na literatura. O TC pode ser uma intervenção terapêutica para a melhoria da autoconfiança em mulheres com câncer de mama. Bolsa FAPEMA e CAPES

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

COMPARAÇÃO DE VARIÁVEIS BIOQUÍMICAS EM PACIENTES OBESOS DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE SEGUNDO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA

LUANA CAROLINA DE MORAIS
ANA PAULA RODRIGUES ROCHA
KELLY AKEMI KIKUTI KOYAMA
IZABELA DOS SANTOS FERRO
LUÍS FERNANDO DA SILVA
JAMILE SANCHES CODOGNO

A obesidade está diretamente associada a doenças crônicas não transmissíveis. Sabe-se que alterações fisiológicas ocorrem neste quadro, com níveis alterados de colesterol total, triglicérides e proteína C reativa e conseqüentemente aumentam a procura pelo Sistema Único de Saúde. O objetivo do presente estudo foi comparar variáveis bioquímicas de pacientes obesos do SUS, segundo nível de atividade física. Participaram do estudo 105 pacientes com idade igual ou superior a 50 anos, atendidos nas Unidades Básicas de Presidente Prudente (Comitê de Ética aprovado CAAE 47386715.9.0000.5402). Para as variáveis bioquímicas foram coletados 10 mL de sangue em laboratório habilitado, estando o paciente em jejum de 12 horas. Para classificar a resistência à insulina, foi realizado o índice do modelo calculado de avaliação da Homeostase (HOMA-IR). A adiposidade corporal foi classificada utilizando o índice de massa corporal (IMC), coletado segundo protocolo de Lohman. O grupo sobrepeso/obeso foi caracterizado por pacientes que apresentavam valores de IMC iguais ou superiores à 25 kg/m². O nível de atividade física habitual dos pacientes foi avaliado pelo questionário de Baecke, considerando pacientes inativos aqueles com valores abaixo do P25 e ativos pacientes acima do P75. Para análise estatística foi utilizado teste t independente. O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$. As variáveis triglicérides, lipoproteína de alta densidade, lipoproteína de densidade muito baixa, lipoproteína de baixa densidade, colesterol total, glicose e insulina não houve diferença estatisticamente significativa. As variáveis que apresentaram diferenças entre obesos ativos (OA) e inativos (OI) foram a não-lipoproteína de alta densidade (índice: subtração do colesterol total e lipoproteína de alta densidade) OA=153,97 versus OI=164,64 ($p=0,034$), proteína C reativa OA=5,26 versus OI=6,15 ($p= 0,007$) e HOMA-IR OA=3,91 versus OI=4,52 ($p=0,001$). A obesidade tem sido associada ao aumento de biomarcadores pró-inflamatórios e à inflamação sistêmica, no entanto, a inflamação crônica pode causar aumento do estresse celular e aumentar a liberação de citocinas, que podem desenvolver níveis elevados de inflamação sistêmica caracterizada pela proteína C reativa e HOMA-IR. Assim, pode-se concluir que pacientes obesos inativos tem maiores valores nas variáveis não-lipoproteína de alta densidade (índice), proteína C reativa e HOMA-IR. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

CONTROLE POSTURAL DE ADULTOS JOVENS EM DIFERENTES CONDIÇÕES DE TRANSLAÇÃO DA BASE DE SUPORTE.

VICTOR SPIANDOR BERETTA
PAULO CEZAR ROCHA DOS SANTOS
DIEGO ALEJANDRO ROJAS JAIMES
CATARINA COVOLO SCARABOTTOLO
LILIAN TERESA BUCKEN GOBBI

Perturbações externas estão presentes em atividades da vida diária dos indivíduos. Com isso, ajustes posturais, realizados pelo controle no deslocamento do centro de pressão (CoP), são necessários para manutenção do equilíbrio. Diferentes intensidades de perturbação requerem diferentes respostas, no entanto, os resultados em relação à temática são insuficientes e controversos. Analisar o controle postural de adultos jovens em diferentes deslocamentos e velocidades de perturbação. Vinte e oito indivíduos ($23,86 \pm 3,05$ anos) participaram do estudo aprovado pelo Comitê de Ética UNESP-Rio Claro (CAAE:52534316.1.0000.5465). Para a perturbação postural, o participante permaneceu sobre uma plataforma de força posicionada no equipamento que causou a translação da base de suporte no sentido posterior. Quatro condições de perturbações (deslocamento/velocidade) foram realizadas: 1) 5cm e 10cm/s; 2) 5cm e 25cm/s; 3) 12cm e 10cm/s e 4) 12cm e 25cm/s. Foram realizadas 3 tentativas para cada condição de perturbação, totalmente randomizadas. Os parâmetros do CoP analisados no sentido anteroposterior foram a amplitude de resposta e recuperação, e o tempo de resposta e recuperação. ANOVA com medidas repetidas foi utilizada para comparar o controle postural nas diferentes condições de perturbação. Teste post hoc de Bonferroni foi utilizado quando diferença significativa foi revelada na análise. A ANOVA revelou que os indivíduos apresentaram menor amplitude de resposta e de recuperação na condição 1 em relação às condições 2 e 4, na 3 e 2 em comparação à 4, na 3 em relação à 2 e menor amplitude de recuperação na condição 3 quando comparação à 1. Além disso, os indivíduos apresentaram menor tempo de resposta nas condições 1 e 2 em relação à 4, e na 1 em comparação à 3. Por fim, apresentaram menor tempo de recuperação na condição 2 em relação à 1 e 2, e na 3 em comparação à 4. O aumento da amplitude do CoP, evidenciadas em situações com maior velocidade, sugere dificuldade de manter o centro de massa dentro dos limites de estabilidade da base de suporte. Porém, o menor tempo para recuperar a posição estável nessas situações pode ser entendido como um mecanismo de segurança, pois em perturbações intensas há necessidade de resposta mais rápida para evitar quedas. Dessa forma, é possível concluir que perturbações com diferentes deslocamentos e velocidades interferem os ajustes posturais de maneira específica. Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP) (#2016/00503-0)

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

CORRELAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES HIPERTENSOS DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE

ANDRÉ LUCAS SERVO BENTO
CAROLINA RODRIGUES BORTOLATTO
MONIQUE YNDAWE CASTANHO ARAUJO
SUELEN JANE RICARDO
JAMILE SANCHES CODOGNO

A hipertensão arterial (HA) é considerada problema de saúde pública devido à crescente prevalência no mundo todo. Avaliar a qualidade de vida de indivíduos hipertensos possibilita verificar fatores ligados à doença que podem influenciar a sensação de bem-estar. O objetivo do presente estudo foi verificar a associação da qualidade de vida e nível de atividade física entre indivíduos hipertensos atendidos pelo Sistema Único de Saúde. Para o reconhecimento da existência da hipertensão arterial, bem como de outras comorbidades, foi empregado o inquérito de morbidades referidas. A qualidade de vida foi verificada através do Mini Questionário de Qualidade de vida para Hipertensos (MINICHAL). O nível de atividade física foi verificado pelo Questionário de Baecke que contém informações sobre atividade física ocupacional, de lazer e locomoção, bem como de engajamento esportivo. Como variáveis de ajuste foram consideradas informações sobre sexo, gordura corporal e presença de comorbidades. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Estadual Paulista, Campus de Presidente Prudente (processo: 241.291/2013). A estatística foi composta pelo teste de correlação de Person seguida de regressão linear, realizadas no software BioEstat versão 5.0 ajustada em $p < 0,05$. Amostra foi composta por 109 adultos, sendo 38 homens (34,9%) e 71 mulheres (65,1%) com média de idade de $65,0 \pm 8,6$ anos. Menor valor no domínio de atividade física no lazer e locomoção indicaram piores valores de qualidade de vida ($r = 0,294$, $p < 0,05$), mesmo após o ajuste por sexo, gordura corporal e comorbidades ($\beta = -2,7$; IC95% = $-4,7$, $-0,64$). Estudos tem mostrado que hipertensão impacta negativamente no bem estar e percepção na qualidade de vida, por outro lado a pratica de exercícios físicos poderia melhorar esse quadro. Nível de atividade física está correlacionado com a qualidade de vida de hipertensos, atendidos pelo Sistema Único de Saúde. CAPES

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

EFEITO DE DIFERENTES PROTOCOLOS DE TREINAMENTO FÍSICO NA FUNÇÃO CARDIOVASCULAR DE RATOS WISTAR

ANGELA BUENO DE MORAES
LAERCIO DA SILVA CORREIA
LUCAS DA SILVA SANTOS
PAULO HENRIQUE ALEIXO
THIAGO ALVES GARCIA
EVERTON ALEX CARVALHO ZANUTO
ADRIANA JUNQUEIRA
ROBSON CHACON CASTOLDI
GUILHERME AKIO TAMURA OZAKI
REGINA CELI TRINDADE CAMARGO
JOSÉ CARLOS SILVA CAMARGO FILHO

O exercício físico em geral, provoca alterações anabólicas nos tecidos corporais, e resulta em adaptações morfofuncionais que caracterizam respostas adaptativas induzidas pelo treinamento físico e alterações no sistema cardiorrespiratório. Dentre os efeitos benéficos do exercício para o miocárdio, estão a melhora na perfusão sanguínea, aumento da espessura do ventrículo, além dos efeitos indiretos que estão a redução da gordura corporal, do colesterol, entre outros. Analisar o efeito de diferentes protocolos de treinamento físico no miocárdio: Treinamento Aeróbico em Natação (TAN) e Treinamento Resistido ao Meio Aquático (TRA), havendo também o grupo de Controle (C). Foram utilizados 21 ratos, sendo divididos em 3 grupos, o de Controle (C) n=7, o de Treinamento Aeróbico em Natação (TAN) n=7, e o de Treinamento Resistido em Meio Aquático (TRA) n= 7. Os animais do TAN foram avaliados quanto sua capacidade aeróbia por meio de Teste de lactato mínimo (Lan), para determinação a carga de treinamento o TRA, realizaram teste de força máxima para o mesmo fim. Após 4 semanas de treinamento os animais foram eutanasiados, e o miocárdio foi retirado para posterior análise histomorfométrica. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética, sob o número 3209. Foram analisadas a área dos cardiomiócitos por meio da coloração de Hematoxilina e Eosina (HE). Para análise dos dados foi utilizado o programa com pacote estatístico SPSS 22.0 e significância de 5% ($p < 0,05$). Foi observado que o grupo TAN ($691,20 \pm 22,13 \mu\text{m}^2$) demonstrou maior adaptação quando comparado aos grupos C ($601,10 \pm 21,75 \mu\text{m}^2$) e TRA ($634,98 \pm 22,56 \mu\text{m}^2$). A finalidade deste estudo foi investigar as adaptações fisiológicas que obtemos durante os treinamentos físicos, uma melhora na capacidade cardiovascular. Sabe-se que no treinamento de força, os músculos são fortalecidos, enquanto que no treinamento aeróbico, o coração e os pulmões ficam mais eficientes e a sua capacidade de resistência aumenta. Conclui-se que o grupo que realizou o protocolo de treinamento de resistência (aeróbico) em meio líquido demonstrou maior adaptação dos cardiomiócitos.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

EFEITO DE NOVE MESES DE LUTAS SOBRE A FORÇA E POTÊNCIA DOS MEMBROS INFERIORES DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES.

ANDRÉ LUIS FIRMINO DA SILVA
BRUNA THAMYRES CICCOTTI SARAIVA
CATARINA COVOLO SCARABOTTOLO
THIAGO GONÇALVES LEIVA
MATHEUS ALEO BOMFIM
DIEGO GIULLIANO DESTRO CHRISTOFARO

As artes marciais têm sido o foco de pesquisas em relação à aptidão física, mas ainda não está claro a diferença entre elas, principalmente se tratando do componente força. Analisar o efeito de 9 meses de lutas sobre a força e potência dos membros inferiores (MI) de jovens. A amostra foi composta por 60 crianças e adolescentes com idade entre 7-16 anos. Os participantes foram distribuídos em 3 grupos: controle (n=23), judô (n=20) e muay thai (MT) (n=17). Todos participantes de um projeto social de Pres. Prudente. Foram realizadas avaliações antropométricas e calculada a maturação somática (MS). Foram realizados os testes de saltos vertical (SV) e horizontal (SH) a fim de mensurar força e potência dos MI. No SH os participantes saltaram no sentido horizontal, com impulsão simultânea das pernas, objetivando atingir o ponto mais distante da fita métrica de 3 metros presa no chão. Foram concedidas 3 tentativas e utilizou-se o maior valor. No SV utilizou-se uma fita de 3 m presa na parede e mediou-se a altura total, no qual o avaliado ficou em pé lateralmente na fita com o braço estendido e com as pontas dos dedos sujas de giz tocou na fita e foi registrado o valor. Ainda com as pontas dos dedos sujas, o avaliado realizou três saltos mantendo o braço próximo a parede e atingindo a mão na fita, registrando os valores alcançados. Foi utilizado o maior valor para calcular a subtração desse maior valor da altura total. A intervenção ocorreu por 9 meses, 2 vezes na semana com duração de 60 min por sessão. Foi utilizada a escala subjetiva de esforço, para que a mesma permanecesse de morada a vigorosa. O grupo controle não efetuou nenhum tipo de treinamento físico. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CAAE:26702414.0.0000.5402). Foi realizado o teste de Levene e ANOVA de medidas repetidas ajustada por sexo e MS e o post-roc de Bonferoni (SPSS 13.0, p-valor < 5%). Após a intervenção de 9 meses houve diferença no efeito tempo do SH (p-valor=0,046), no qual somente o MT aumentou (M1=22,90±1,9 cm/M2=22,95±1,77 cm). Já no SV a diferença foi entre os grupos em ambos momentos (p-valor=0,028), no qual o grupo MT (M1=135,10±5,42 cm/M2=143,15±5,56 cm) apresentou maiores valores que o Judô (M1=118,22±4,98 cm/M2=126,40±5,11 cm). O MT é uma modalidade que utiliza, dentre os seus movimentos, chutes, joelhadas, o que pode explicar o aumento da força e potência dos MI. 9 meses de MT melhorou a força e a potência dos MI dos jovens, sendo um componente da aptidão física. PROEX

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Poster

Ciências da Saúde

Educação Física

EFEITO DO CONSUMO DE REFRIGERANTES NA MUSCULATURA ESQUELÉTICA DE ANIMAIS
SUBMETIDOS A UM PROTOCOLO DE TREINAMENTO CONCORRENTE

PAULO HENRIQUE ALEIXO
ROBSON CHACON CASTOLDI
GUILHERME AKIO TAMURA OZAKI
THIAGO ALVES GARCIA
LUCAS DA SILVA SANTOS
MARCO AUGUSTO SADA FILHO
HENRIQUE IZAIAS MARCELO
ERRISSON MUNIZ MENDES
REGINA CELI TRINDADE CAMARGO
JOSÉ CARLOS SILVA CAMARGO FILHO

O consumo de alimentos e bebidas industrializadas contribui para o aumento de peso corporal e manifestação de diversas doenças. Dentre estes, pode ser citado o refrigerante que consumido em grandes quantidades, pode contribuir para o aumento de peso e o surgimento de doenças crônicas. Em termos de desempenho, diversos protocolos de treinamento têm sido utilizados, dentre esses, o treinamento concorrente (TC) apresenta-se como uma ferramenta que pode auxiliar no controle do peso corporal e desenvolvimento muscular. Sendo assim, a identificação de fatores alimentares, bem como a utilização de métodos corretos de treinamento, podem ser fatores essenciais no aumento do desempenho. Analisar os efeitos do TC na musculatura esquelética de animais submetidos ao consumo de refrigerante. Foram utilizados 32 ratos machos Wistar, divididos em 4 grupos controle (C), controle refrigerante (CR), treinamento concorrente (TC), treinamento concorrente e refrigerante (TCR). Todos os grupos receberam água e ração sem restrições. Os grupos CR e TCR receberam refrigerante a partir de 30 dias de idade até o final do experimento. Após 90 dias de idade, os animais foram submetidos a um protocolo de TC, composto por 30 de natação (treino aeróbio) e 4 séries de 10 saltos aquáticos (treino de força) na mesma sessão de treinamento, 3x/semana, durante 4 semanas. O estudo recebeu aprovação do comitê de ética local (CEUA 3359). Ao fim do experimento, os animais foram submetidos à eutanásia e processo cirúrgico para remoção das amostras do tecido muscular para produção das lâminas histológicas. Após a mensuração das fibras musculares e obtenção dos dados, foi utilizado o teste de Kruskal-Wallis com pós teste de Dunn e significância de 5% ($p < 0,05$) para comparação entre grupos. Os valores de mediana para o diâmetro mínimo das fibras musculares apresentada os seguintes valores: C (35,78), CR (36,93), TC (39,12) e TCR (37,82). Foi observado que os grupos que apresentaram maior aumento de massa corporal foram observados os seguintes valores para o diâmetro das fibras musculares: C (35,78), CR (36,93), TC (39,12) e TCR (37,82). A utilização do TC teve como resposta o aumento na mediana do diâmetro menor nos grupos TC e TCR, independente do consumo de refrigerante. O grupo TCR apresentou menor valor quando comparado TC. Tal fato pode ter sido influenciado pelo menor consumo de ração no grupo TCR. A ingestão de refrigerante influenciou negativamente na hipertrofia muscular de animais submetidos ao TC.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

EFEITO DO TREINAMENTO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE NO MEIO AQUÁTICO SOBRE A PRESSÃO ARTERIAL E O CONTROLE AUTONÔMICO CARDÍACO DE IDOSOS

JOEL DOS SANTOS SILVA

ANA ELISA VON AH MORANO FILITTO

ANA CLARA CAMPAGNOLO GONÇALVES TOLEDO

VINICIUS MILANEZ

O envelhecimento está associado a alterações nos sistemas neuromuscular e cardiovascular. A hidroginástica, muito praticada por idosos devido a sua baixa intensidade e impacto e reconhecido efeito benéfico neuromuscular. Entretanto, treinamento intervalado de alta intensidade (HIIT) no meio aquático pode ser interessante para promover adaptações benéficas também sobre o controle autonômico cardíaco (CAC) e a pressão arterial sistêmica (PAS) que são importantes variáveis associadas a saúde cardiovascular. Objetivo foi avaliar o efeito HIIT no meio aquático sobre o CAC e a PAS de idosos. Estudo aprovado pelo CEP da UNOESTE. Protocolo nº 62867116.7.00005515/3579. Os critérios de inclusão dos sujeitos foram: Idosos com idades entre 60/80 anos. Foram excluídas idosas com frequência inferior a 80% de um programa de hidroginástica, fumantes, usuários de fármacos estimulantes (antidepressivos, ou a base de cafeína), ou com histórico de AVC e limitações fisio-patológicas severas. As avaliações da saúde cardiovascular foram efetuadas por meio da variabilidade da frequência cardíaca (VFC) e da pressão arterial sistólica (PAS) e diastólica (PAD) em um intervalo de 4 meses, no período de aplicação prática do protocolo de treinamento. As idosas foram orientadas a 24 horas antes das avaliações pré e pós, não consumirem bebidas com álcool, cafeína ou estimulantes, evitarem exercícios físicos. Realizaram um protocolo de HIIT no meio aquático, 3 x semanais, 50 minutos, sendo 15 de aquecimento, 25 parte principal, 10 minutos de volta a calma. Executaram exercícios de flexão e extensão de quadril, joelhos, cotovelos, ombros, abdução e adução de quadril e ombros. Foram 8 ciclos de exercícios com duração de 20 segundos com intervalos de 10 segundos. Comparações entre pré e pós treinamento foram feitas pelo teste t de student amostras dependentes. Houve manutenção nos valores das variáveis PAS pré 122 ± 14 vs pós 114 ± 12 , $P=0,156$; PAD pré 76 ± 10 pós 74 ± 13 , $P=0,599$, RMSSD pré 19 ± 9 , pós 21 ± 11 , $P=0,460$; SD1 pré 12 ± 7 vs pós 15 ± 8 , $P=0,279$; HFnu pré 27 ± 10 , pós 20 ± 12 , $P=0,057$. Jurca et al. (2004), encontraram efeitos positivos da hidroginástica sobre a VFC. Embora na presente investigação não tenhamos encontrado melhora das variáveis investigadas, consideramos também como efeito positivo a manutenção das mesmas após um período de 4 meses de HIIT adaptado ao meio aquático. Quatro meses de HIIT no meio aquático promoveu manutenção das variáveis associadas a saúde cardiovascular investigadas.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Poster

Ciências da Saúde

Educação Física

EFEITO DO TREINAMENTO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE NO TECIDO MUSCULAR DE RATOS ESPONTANEAMENTE HIPERTENSOS

PAULO HENRIQUE ALEIXO
ROBSON CHACON CASTOLDI
GUILHERME AKIO TAMURA OZAKI
THIAGO ALVES GARCIA
FRANCILENE LIMA AGOSTINHO DE SOUZA
THAOAN BRUNO MARIANO
FRANCIS LOPES PACAGNELLI
MARGARETE JARDINETTI DE OLIVEIRA
INES CRISTINA GIOMETTI
REGINA CELI TRINDADE CAMARGO
JOSÉ CARLOS SILVA CAMARGO FILHO

Hipertensão Arterial sistólica (HAS) está entre as doenças de maior relevância na população atualmente, esta diretamente relacionada com alto índice de mortalidade, doença com ligação direta a fatores como enrijecimento das artérias, causada por acúmulo de placa de ateroma na parede das artérias, hipertrofia ventricular esquerda, frequência cardíaca alterada. Os fármacos são utilizados para o tratamento da HAS, e o exercício físico atua de maneira adjuvante com risco mínimo gerando adaptação ao estresse causado pela atividade e auxiliando na circulação periférica, exercícios aeróbios de baixa intensidade são utilizados com forma de manutenção da saúde e após o surgimento do HIIT, estudos demonstraram que o treinamento de alta intensidade promove alterações fisiológicas semelhantes ou melhores às provocadas pelo exercício de baixa intensidade. Objetivos: Avaliar o efeito do treinamento intervalado de alta intensidade nos tecidos ósseo e muscular de ratos espontaneamente hipertensos. Métodos: foram utilizados 20 ratos machos, espontaneamente hipertensos (SHR), 12 meses de idade, 2 grupos: SHR Sedentário (GSS) e SHR Treinamento (GST). O treinamento foi de 50 minutos/dia, 5 dias/semana totalizando 8 semanas. O estudo recebeu aprovação do comitê de ética local (CEUA 4115). Ao fim do experimento, os animais foram submetidos à eutanásia e processo cirúrgico para remoção das amostras do tecido muscular para produção das lâminas histológicas. Para análise dos dados foi utilizado o programa com pacote estatístico SPSS 22.0 e significância de 5% ($p < 0,05$), para comparação entre grupos. Resultados: O grupo sedentário não houve melhora na média do diâmetro menor 30,224, e o grupo treinamento que houve um aumento significativo na média do diâmetro menor sendo de 33,069. Discussão: O presente estudo verificou que o HIIT promoveu um aumento na média do menor diâmetro nas fibras musculares dos animais, caracterizando hipertrofia muscular, a hipertrofia promove uma maior vascularização, devido ao aumento de números de vasos sanguíneos, possibilitando melhor troca gasosa e substratos energéticos como a gordura. Conclusões: O presente estudo verificou que o HIIT promoveu um aumento na média do menor diâmetro nas fibras musculares dos animais.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

EFEITOS AGUDOS E SUBAGUDOS DO TREINAMENTO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE (HIIT) SOBRE MARCADORES DE SAÚDE CARDIOVASCULAR

ALAN GABRIEL SANTANA ARAGAO

MATHEUS SABINO RIBEIRO

ANA CLARA CAMPAGNOLO GONÇALVES TOLEDO

VINICIUS MILANEZ

Hipertensão arterial (HA) é uma condição clínica multifatorial caracterizada pela elevação sustentada dos níveis pressóricos igual ou acima 140 e/ou 90 mmHg, atingindo cerca 32,5% de indivíduos adultos, mais de 60% dos idosos, considerada um importante fator de risco, contribuindo direta ou indiretamente para 50% das mortes por doença cardiovasculares. De acordo com a literatura, o HIIT promove as mesmas benesses, que os treinamentos aeróbios de intensidade moderada, porém, com um tempo de duração da sessão menor (20-30 minutos), bem como, uma frequência semanal inferior (2-3 vezes) do que os demais métodos de treinamento. Objetivo desse estudo foi avaliar as respostas fisiológicas, por um período de 60 minutos após uma sessão de HIIT, em marcadores de saúde cardiovascular. Foram recrutados 10 voluntários, sexo masculino, normotensos, ativos, sem problemas ósteomusculares. Protocolos no cicloergômetro e polichinelo. Foram analisados os seguintes parâmetros: avaliação da modulação autonômica cardíaca (MAC) e pressão arterial (P.A.) monitorados por até 60' após o protocolo. O protocolo empregado foi o TABATA. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Oeste Paulista CAAE nº: 80947417.0.0000.5515. No cicloergômetro obteve-se uma redução estatisticamente significativa da PAS nos 60' de recuperação (108+8) quando comparada aos valores de repouso, pré exercício (119+10*) . No teste de polichinelo não houve diferença estatisticamente significativa entre os valores de PAS de repouso e pós-exercício. Durante o teste de cicloergômetro, no momento 60min houve uma redução da PAS comparada com os valores pré-exercício (pré 119+10 - pós 108+8*), efeito hipotensor pós-exercício. No teste de polichinelo não houve diferença estatisticamente significativa entre pré 118+9 para o pós exercício 113+8. Durante o teste do cicloergômetro observou-se que logo após (10,34+13,75*) o teste até os 30' de recuperação (18,02+11,71*) houve uma redução estatisticamente significativa ao pré (41,42+21,29) dos índices parassimpáticos RMSSD e SD1. Mas após 60' de recuperação (32,05+17,88) houve uma recuperação significativa dos mesmos índices. O mesmo se viu no teste polichinelo. Concluindo, que um protocolo de treinamento intervalado de alta intensidade e curta duração é suficiente para causar efeito hipotensivo e suprimir o sistema nervoso parassimpático por pelo menos 30 minutos após a sessão em adultos normotensos.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

EFEITOS DA PRÁTICA DE NOVE MESES DE ARTES MARCIAIS SOBRE A APTIDÃO AERÓBIA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

BRUNA THAMYRES CICCOTTI SARAIVA
CATARINA COVOLO SCARABOTTOLO
ANDRÉ LUIS FIRMINO DA SILVA
THIAGO GONÇALVES LEIVA
MATHEUS ALEO BOMFIM
CLAUDIA DE CARVALHO BRUNHOLI
DIEGO GIULLIANO DESTRO CHRISTOFARO

As artes marciais melhoram o condicionamento físico de uma forma geral, mas não se sabe ao certo o efeito delas especificamente sobre a aptidão aeróbia de jovens. Analisar o efeito de nove meses de treinamento de artes marciais sobre a aptidão aeróbia de crianças e adolescentes. A amostra foi composta por 64 adolescentes independente do sexo (41 meninos e 23 meninas), com uma média de idade de $9,1 \pm 2,1$ anos. Foram distribuídos em três grupos: controle ($n=26$), judô ($n=21$) e muay thai (MT) ($n=17$). Todos eram participantes de um projeto social de Presidente Prudente-SP. Foram realizadas medidas antropométricas e a partir delas calculado o índice de massa corporal e a maturação somática. A agilidade foi mensurada pelo "Shuttle Run" no qual o avaliado percorreu em sua máxima velocidade o percurso de 9,14 metros para pegar dois blocos de madeira, um de cada vez. Foram realizadas duas tentativas e a marca de menor tempo foi registrada. Foi realizado o teste de 1 milha no qual os jovens percorreram 1609 metros em sua máxima velocidade e foi medido o tempo. A partir desse tempo, foi estimado por meio de uma fórmula o consumo máximo de oxigênio ($VO_{2máx}$). Ambas as modalidades foram ministradas durante o período de 9 meses, realizadas 2 vezes na semana e com a duração de 60 minutos (min) por dia. Foram divididos os 60 min em 20 min de aquecimento e alongamento físico, 20 min de atividades específicas de cada modalidade e 20 min de simulação de luta. 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 (CAAE: 26702414.0.0000.5402). Na análise estatística foi calculado o delta (?) e realizado a análise de covariância (ANCOVA) ajustada por sexo e maturação somática. Utilizou-se o software SPSS 13.0 e significância estatística $< 5\%$. Depois de 9 meses o grupo MT ($\Delta=1,71 \pm 0,74$) e o judô ($\Delta=1,25 \pm 0,68$) aumentaram o $VO_{2máx}$ comparado com o grupo controle que diminuiu ($\Delta=-1,85 \pm 0,61$) (p -valor=0,001). Já a agilidade não apresentou diferenças entre os grupos (controle $\Delta=-0,52 \pm 0,24$, judô $\Delta=-0,74 \pm 0,27$ e MT $\Delta=-1,08 \pm 0,29$). As artes marciais promoveram aumento no $VO_{2máx}$ de jovens. Isso pode ser explicado devido ao caráter metabólico das modalidades cujas ambas recrutam tanto a via aeróbia quanto a anaeróbia. Nove meses da prática de artes marciais aumentou o $VO_{2máx}$ de crianças e adolescentes. CAPES

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

EFEITOS DO TREINAMENTO RESISTIDO NA MORFOLOGIA DO FÍGADO DE RATOS SUBMETIDOS A DIETA HIPERLIPÍDICA.

GIULIA FONSECA DOS SANTOS
GIOVANA RAMPAZZO TEIXEIRA
PATRICIA MONTEIRO SERAPHIM
MARCELO CONRADO DE FREITAS
MARIA EDUARDA DE ALMEIDA TAVARES
VERÔNICA ALVES DE MENEZES
ALLICE SANTOS CRUZ VERAS

A ingestão de uma dieta hiperlipídica acarreta em diversos malefícios para o corpo humano, como o desenvolvimento da doença mais crescente nas últimas décadas à obesidade, juntamente com a diabetes tipo 2 e resistência à insulina. O fígado executor do metabolismo provindo da dieta, é o primeiro a ser afetado por essas alterações, desencadeando esteatose não alcoólica, e a prática de exercícios físico podem ser realizadas em caráter de prevenção de doenças ou atenuar o efeito das mesmas. Assim objetivo desse estudo foi verificar e analisar os efeitos do glicogênio e tecido conjuntivo no fígado de ratos Wistar submetidos a dieta hiperlipídica e ao treinamento físico resistido. Foram utilizados 40 ratos machos Wistar, divididos em 4 grupos (n=10): CT (controle), TR (treinados), DH (dieta hiperlipídica) e DHTR (dieta hiperlipídica mais treinamento físico resistido), 12 semanas. Os animais realizaram o protocolo de treinamento físico em 3 séries, 12 repetições, 3x/semana. Após 12 semanas, os animais foram submetidos a eutanásia, o fígado foi coletado, pesado e processado para análises (protocolo 02/2015). Os dados de Hematoxilina&Eosina, demonstraram que o grupo DH apresentou mais alteração ($18,98 \pm 2,62$) do que os demais grupos $p < 0,001$. O grupo TR demonstrou menos alteração ($3,25 \pm 1,01$) comparado aos demais grupos $p < 0,050$. A porcentagem nuclear evidenciou menor valor nos animais DH ($11,80 \pm 0,35$) quando comparado ao grupo TR ($18,33 \pm 1,09$) $p=0,005$. Nas análises de colágeno pela técnica de tricômico de masson indicou o tecido conjuntivo e o grupo TR apresentou valores maiores ($5,23 \pm 1,37$) comparado ao grupo CT ($1,22 \pm 0,35$) $p=0,041$. As amostras na técnica de ácido periódico-Schiff (PAS), atestou aumento de glicogênio no grupo DH ($16,97 \pm 2,48$) aumentou se comparado aos demais $p < 0,001$ Devido ao aumento do ganho de peso, a adiposidade no fígado também foi aumentada tornando-se um órgão esteatótico, pois está intimamente ligado ao metabolismo lipídico e devido à alta concentração de ácidos graxos circulantes, favorece a deposição de triglicérides nos hepatócitos, levando a Esteatose Hepática Não Alcoólica (EHNA) Portanto podemos concluir que o treinamento físico resistido promove o gasto calórico utilizando o estoque de glicogênio e de gordura devido ao aumento provindo da DH e o treinamento físico resistido foi capaz de atenuar as lesões causadas por ela. Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC).

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Ciências da Saúde

Comunicação oral

Educação Física

GASTOS COM SAÚDE E DOR LOMBAR ENTRE PACIENTES DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE (SUS).

CLAUDIA MATOS
ROBSON CHACON CASTOLDI
RÔMULO ARAUJO FERNANDES
EVERTON ALEX CARVALHO ZANUTO

A dor lombar crônica (DLC) é problema de saúde pública mundial que interfere diretamente na qualidade de vida dos acometidos, e afeta o lado clínico, social e econômico, não apenas dos pacientes, mas dos setores públicos e privados. Analisar o custo da dor lombar crônica (DLC) no Sistema Único de Saúde (SUS), seu comportamento e fatores associados entre adultos. Foi realizado um estudo longitudinal de 12 meses em duas unidades básicas de saúde de Presidente Prudente - SP. Foram entrevistados e avaliados 327 pacientes em três momentos (baseline com características retrospectivas nos últimos 12 meses, após 6 meses e após 12 meses). Foi aprovado pelo CEP FCT Unesp - Pres. Prudente 241291/2013. CAAE 13750313.2.0000.5402 Dos avaliados, 229 eram do sexo feminino e destes 179 apresentaram sobrepeso e/ou obesidade. A DLC associou-se de maneira independente com gastos com consultas (OR= 1.918[1.055-3.486]), gasto total (2.146 [1.168 - 3.943]) e aposentadoria por motivos de saúde (OR= 2.900 [IC95%= 1.589 - 5.295]). Estes achados não exclusividade deste estudo, a dor lombar é a segunda maior causa de consultas médicas no mundo, perdendo apenas para cefaleia, no Brasil ocupa a primeira posição no ranking de aposentadorias, nos levantamentos da população americana os gastos não se restringem a consultas medicas, mas se estendem a medicamentos e cuidados fisioterápicos. Este estudo demonstrou que pacientes do SUS com DLC possuem aumento nos gastos diretos e indiretos de forma independente de fatores de confusão, onerando assim os cofres públicos.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

IMPACTO DE ONZE DIFERENTES MODALIDADES ESPORTIVAS NA DENSIDADE MINERAL ÓSSEA DE MEMBROS INFERIORES E CORPO TOTAL DE ADOLESCENTES

ISABELLA NETO EXUPÉRIO
RICARDO RIBEIRO AGOSTINETE
ANDRÉ DE OLIVEIRA WERNECK
ANDRÉA WIGNA PEREIRA DE JESUS
PEDRO HENRIQUE NARCISO PICCHI
RÔMULO ARAUJO FERNANDES

Os potenciais efeitos benéficos da prática esportiva na saúde óssea são bem vistos na literatura e advém principalmente decorrentes ao estresse mecânico gerado na matriz óssea em consequência das contrações musculares e impacto mecânico durante a prática além da estimulação do aumento de massa muscular que por sua vez é associada a maior densidade mineral óssea (DMO). No entanto, são escassos estudos comparando um grande número de modalidades esportivas, principalmente ao considerar as especificidades biomecânicas e fisiológicas de cada esporte, capazes de gerar diferentes adaptações nos tecidos, como o ósseo. Comparar a DMO de membros inferiores e corpo total entre adolescentes atletas praticantes de 11 diferentes modalidades esportivas e seus pares controles. Estudo aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNESP(6771.677.938/2016), envolvendo 579 adolescentes (162 meninas) com idade entre 9 e 18 anos. Grupo de atletas foi composto por 422 adolescentes (basquete, n=53; futebol, n=100; natação, n=58; voleibol, n=33; caratê, n=33; judô, n=48; kung fu, n=38; baseball, n=14; ginástica, n=10; tênis, n=16; atletismo, n=16) e o grupo controle composto por 157 adolescentes. A DMO (membros inferiores e corpo total) e tecido mole magro foram mensurados por meio da absorciometria de raio-x de dupla energia (DXA). A maturação somática foi calculada através do pico de velocidade de crescimento (PVC) proposto por Moore. A análise estatística foi composta por análises de equações de estimação generalizadas (GEE), e ajuste por Bonferroni, com $p < 0,05$. Adolescentes praticantes de futebol apresentaram maiores valores de DMO em membros inferiores comparados aos demais grupos com exceção da ginástica artística ($p=0.250$). Em análises de corpo total, futebol manteve-se como modalidade com maior DMO comparado as demais modalidades, no entanto, sem diferenças comparados a adolescentes praticantes de voleibol ($p= 0.149$), ginástica ($p=0.166$) e judô ($p=0.065$). Os achados mostraram que o futebol e a ginástica apresentaram maior DMO que os demais esportes. Os diferentes movimentos trabalhados nessas modalidades, proporcionam maior impacto mecânico, gerando numa maior DMO. Dentre as 11 modalidades esportivas analisadas, a prática de futebol e ginástica artística parece afetar de forma mais osteogênica a densidade mineral óssea de membros inferiores e corpo total, enquanto a natação aparenta afetar negativamente a saúde óssea. Fapesp

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

IMPACTO DO TREINAMENTO FUNCIONAL NAS HABILIDADES MOTORAS FUNDAMENTAIS DE ESTUDANTES

CHAYENE DORNELAS BARBETA
ANDERSON DOS SANTOS CARVALHO
ALINE MADIA MANTOVANI
PEDRO PUGLIESI ABDALLA
JAIR RODRIGUES GARCIA JÚNIOR

O treinamento funcional (TF) desenvolve as aptidões físicas, as habilidades motoras, os padrões de movimentos fundamentais para o cotidiano e para atividades recreativas/esportivas. As habilidades motoras fundamentais (HMFs) são compreendidas como uma organização em série de movimentos básicos, essenciais para melhorar os movimentos complexos e, espera-se desempenho das crianças em nível proficiente até os sete anos de idade. No entanto, não existem estudos sobre o desenvolvimento motor que apresentem os benefícios do TF nas HMFs de crianças. O objetivo foi descrever o nível das HMFs em crianças após um período de prática do TF. Participaram 21 estudantes de 11 a 12 anos, de ambos os sexos de uma escola particular. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE: 58745616.9.0000.5515). Os estudantes participaram de aulas de TF em parte da aula de Educação Física de 50 min, uma vez por semana, durante dois meses. Todos foram submetidos ao Test of Gross Motor Development 2 (TGMD-2) pré e pós o TF para identificar as HMFs. Os estágios das HMFs foram expressos em frequência relativa. O teste t pareado foi utilizado para comparar a média do escore bruto de locomoção (LOC) e Controle de objetos (C.OBJ) entre as avaliações pré e pós TF. No subteste de LOC os estudantes atingiram os estágios muito pobre (14,3%), pobre (47,6%), abaixo da média (28,6%) e média (9,5%). No C.OBJ foram obtidos muito pobre (4,8%), pobre (66,7%), abaixo da média (23,8%) e média (4,8%). No quociente do desenvolvimento motor amplo (QDMA) nenhuma criança atingiu a média. Após o TF, nenhuma criança permaneceu no estágio muito pobre dos subtestes e QDMA. No subteste de LOC a frequência foi 23,8% pobre, 52,4% abaixo da média e 23,8% na média. No C.OBJ, 19% pobre, 52,4% abaixo da média e 28,6% na média. No QDMA foi identificado 57,1% pobre, 33,3% abaixo da média e 9,5% na média. Houve diferença estatística entre avaliação pré e pós dois meses de TF para o escore bruto da LOC ($p < 0,001$) e do C.OBJ ($p < 0,001$). As crianças apresentaram ausência motora considerável, pois deveriam atingir os estágios superior e muito superior por volta dos sete anos. Porém, houve melhoras no desempenho das HMFs após as aulas de TF. Houve déficit motor, mas o TF contribuiu para um melhor desempenho motor. É necessário verificar o efeito do tempo sobre as HMFs para recomendar a inserção do TF nas aulas de Educação Física já no ensino fundamental I.

INFLUÊNCIA DA N-ACETILCISTEÍNA E DO EXERCÍCIO COMBINADO SOBRE O METABOLISMO DE RATOS ESPONTANEAMENTE HIPERTENSOS

ADRIANA JUNQUEIRA

O exercício físico é recomendado para indivíduos hipertensos, pois diminui a gordura abdominal, peso corporal, níveis de glicose e triglicerídeos sanguíneos, por outro lado a N-acetilcisteína (NAC) desempenha papel importante na defesa celular contra o estresse oxidativo, que comumente ocorre em indivíduos hipertensos. O objetivo deste estudo foi analisar o efeito de diferentes protocolos de exercício físico associado à NAC no metabolismo lipídico de ratos com hipertensão espontânea (SHR). Este projeto foi encaminhado e aprovado pelo CEUA e CAPI da Universidade do Oeste Paulista - UNOESTE, sob número 3956. Foram utilizados ratos espontaneamente hipertensos, machos, com 7 meses de idade, que foram divididos em 4 grupos: grupo CT (n=10), grupo controle, não foram submetidos a protocolo de exercício físico ou ao NAC; grupo EXE (n=10), que foram submetidos a protocolo de exercício físico combinado 3 vezes por semana; grupo NAC (n=10), que receberam NAC (120mg/kg/dia via oral) e não foram submetidos a protocolo de exercício físico; e grupo EXENAC (n=10), que receberam NAC e foram submetidos a protocolo de exercício físico combinado. Após 8 semanas, o perfil lipídico foi analisado. Todos os grupos apresentaram menores níveis séricos de colesterol total e maiores níveis de HDL que o controle ($p < 0,01$). O grupo NAC apresentou maiores níveis sérico de triglicerídeos que os demais ($p < 0,01$). O presente estudo verificou pela primeira vez o perfil lipídico de ratos espontaneamente hipertensos submetidos ao exercício combinado, ao antioxidante NAC e à sua associação. Esse estudo demonstra o benefício do exercício físico combinado nos parâmetros bioquímicos analisados, colesterol total, HDL, LDL e triglicerídeos. Foi observado que o colesterol total diminuiu tanto nos grupos que praticaram exercício físico quanto no grupo que foi utilizada a NAC. É bem conhecido na literatura o efeito redutor no colesterol total devido à prática de atividade física. Os indivíduos ativos têm menor risco de desenvolver aterosclerose do que os sedentários devido ao aumento da atividade da enzima lipase hormônio sensível durante a prática de exercícios físicos. E foi observado que, a NAC também foi capaz, assim como o exercício combinado ou os dois associados, de diminuir o colesterol total. O uso do NAC, associado ao exercício combinado, trouxe uma melhora significativa no metabolismo lipídico dos ratos SHR, diminuindo o colesterol total, os triglicerídeos e aumentando o HDL.

INFLUÊNCIA DO CICLO MENSTRUAL NA FORÇA FÍSICA DE MULHERES PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO

JÉSSICA SIQUEIRA MAZANI
PAULO HENRIQUE ALEIXO
MARCO AUGUSTO SADA FILHO
EVERTON ALEX CARVALHO ZANUTO
THIAGO ALVES GARCIA
GUILHERME AKIO TAMURA OZAKI
ROBSON CHACON CASTOLDI
REGINA CELI TRINDADE CAMARGO
JOSÉ CARLOS SILVA CAMARGO FILHO

Durante o ciclo menstrual existem alterações nos níveis de hormônios sexuais (estrogênio e progesterona) que podem influenciar nas respostas ao treinamento. Nesse caso, existem algumas considerações que devem ser observadas, como variáveis de desempenho e possíveis alterações na composição corporal. Com base nos conhecimentos sobre ciclo menstrual e o seu mecanismo fisiológico, pode-se compreender melhor as diversas modificações biológicas que a mulher sofre durante esse período, pois repercute de maneira global sobre o organismo feminino. O objetivo desse estudo foi avaliar os efeitos que a mulher sofre durante os diferentes períodos do ciclo reprodutivo em relação ao ganho de força muscular. Participaram do estudo 08 mulheres com faixa etária de 18 a 35 anos, praticantes de musculação. Inicialmente, foi realizada uma avaliação física individual, composta por anamnese para identificar problemas de saúde, restrições médicas e uso de medicamentos. Além disso, foi realizada a avaliação antropométrica para a obtenção dos dados da composição corporal e comparação das variáveis de força máxima obtida no teste de 8RM (Repetições máximas), em três fases distintas do ciclo menstrual: fase ovulatória (pré-menstrual), fase Folicular (fluxo menstrual) e Lútea (pós menstrual). Para avaliação da força máxima foram utilizados os exercícios de "agachamento hack", "cadeira extensora", "legpress 45°", "puxador baixo com triangulo" e "supino reto". O presente estudo recebeu aprovação no comitê de ética local (CAAE: 692383117.7.0000.5515). Após a obtenção dos dados, foi realizado o teste de normalidade de Shapiro-Wilke teste t de Student para a comparação da variável "força máxima" com valor de significância de 5%. Foram verificados os seguintes valores para as variáveis "Massa Corporal": 59,2 ($\pm 6,21$); "Altura": 1,66 ($\pm 0,05$); "Índice de Massa Corporal": 21,48 ($\pm 1,93$) e "Percentual de Gordura": 21,46 ($\pm 3,60$). Foi possível observar diminuição da força física durante a fase folicular (fluxo menstrual) e aumento significativo durante a fase lútea (ovulatória). Houve um aumento significativo em relação a força muscular para membros inferiores na fase Lútea (pós-menstrual) comparada com a fase ovulatória (pré-menstrual) e fase Folicular (fluxo menstrual). Esses achados trazem indícios de que a menstruação pode influenciar negativamente no desempenho de mulheres. Conclui-se que houve diminuição da força física durante a fase folicular e aumento durante a fase lútea.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

INFLUÊNCIA DO NÍVEL DE MONÓXIDO DE CARBONO EXALADO SOBRE VARIÁVEIS
CARDIOVASCULARES NO PERÍODO IMEDIATO DE RECUPERAÇÃO DO EXERCÍCIO AERÓBICO
REALIZADO INDOOR E OUTDOOR

DANIELI ANDRADE DE OLIVEIRA
ANA CLARA CAMPAGNOLO GONÇALVES TOLEDO
VINICIUS MILANEZ
ALINE DUARTE FERREIRA
THAIS SILVA ROCHA
AMANDA MARQUES CORREIA

A poluição atmosférica promove queixas e sintomas no sistema respiratório, mesmo com o avanço nos estudos sobre efeitos da poluição no sistema respiratório, ainda são escassos estudos que investigam esses efeitos sobre o sistema cardiovascular. Avaliar o comportamento das variáveis cardiovasculares e o nível de monóxido de carbono exalado, nos períodos de repouso e recuperação, em praticantes regulares de exercícios, ambientes fechado e praticantes em céu aberto. Após avaliação e aprovação do Comitê de ética (CAAE:48260715500005515) 8 voluntários assinaram o termo consentimento livre e esclarecido e foram divididos em dois grupos: outdoor (GO) e indoor (GI). O procedimento experimental foi realizado em duas etapas, na primeira fase foram usados questionários para cumprir os critérios de inclusão e a avaliação do índice de massa corpórea (IMC GO: $23,69 \pm 0,79$ kg/m²; IMC GI: $23,94 \pm 4,38$ kg/m²); após 48h foi realizado o protocolo de exercício. Antes e imediatamente após a execução da corrida de 10 minutos foram verificados o nível de monóxido de carbono exalado (Co) pelo aparelho Micro Co, os valores de frequência cardíaca (FC) pelo cardiofrequencímetro Polar RS800, e a pressão arterial sistólica (PAS) e diastólica (PAD), avaliadas de maneira indireta utilizando esfigmomanômetro e estetoscópio. As variáveis FC e PAS e PAD, foram mensuradas a cada minuto nos primeiros 5 minutos, e depois, no intervalo de 5 em 5 minutos até completar 20 minutos no total. Os dados intergrupos foram analisados pelo teste de T Student não pareado e para as comparações intragrupo dos valores de FC e PA foram verificados por meio de Anova One-Way, com $p < 0,05$ para todos os testes. Não foram observados alterações significativas nas comparações intergrupo para nenhuma variável analisada. Na comparação intragrupo, somente os valores de FC após o 1º e 2º minutos mostraram-se significantes quando comparados aos valores de repouso (GO FRrep= $78,8 \pm 13,37$; FC1minuto= $101,4 \pm 20,11$; FC2minuto= $97,4 \pm 16,82$; $p=0,0026$; GI FCrep= $82,6 \pm 8,2$; FC1minuto= $105,4 \pm 8,58$; FC 2minuto= $90 \pm 12,08$; $p= 0,0386$). Após exercício físico aeróbico, autores que encontraram diminuição dos valores da frequência cardíaca relatam maior evidência nos 2 primeiros minutos de recuperação, devido a predominância da reentrada vagal. Por esses motivos a prática habitual de atividade física realizada no ambiente outdoor escolhido não apresenta riscos ou prejuízo para o sistema cardiorrespiratório. Unoeste

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Ciências da Saúde

Poster

Educação Física

O CÂNCER DE MAMA E OS SEUS EFEITOS NA PRODUÇÃO DE FORÇA NOS MÚSCULOS EXTENSORES DO TRONCO: UM ESTUDO PILOTO

JOSEFINA BERTOLI
ANDRÉA DIAS REIS
ÊMILI AMICE DA COSTA BARROS
JOÃO VICTOR DE SOUZA FORTALEZA
DIEGO MOREIRA COELHO
ISMAEL FORTE FREITAS JUNIOR

O câncer de mama é o mais diagnosticado entre as mulheres. No Brasil, estima-se que ocorram 59.700 casos novos para cada ano. Os avanços da medicina têm proporcionado aumento na taxa de cura da doença como na expectativa de vida da população. Contudo, efeitos deletérios na capacidade funcional, incluindo a força muscular, ocorrem com os diversos tipos de tratamento sejam cirurgias (mastectomia parcial, total ou radical), quimioterapia, radioterapia e/ou o uso da hormônioterapia. Comparar a força dos músculos extensores do tronco de mulheres com câncer de mama (CC) que fazem uso da hormônioterapia comparada com mulheres sem câncer de mama (SC). Foram avaliadas 42 mulheres do grupo CC (57±8,7anos; 1,57±6,0m; 74±12kg) e 41 do grupo SC (53±11anos; 1,58±66m; 76±18kg). Foram Mensuradas: contração voluntária máxima isométrica (CVMI), em Newtons (N), dos músculos extensores do tronco com dinamômetro (Cefise n2000 pro 2.0). Foram realizadas três CVMI de 5 segundos (s) cada e intervalo de 90 s entre elas. Para análise do presente estudo foi utilizada a maior contração realizada. Uma quarta repetição foi realizada quando o coeficiente de variação > 5% entre as CVMI. Realizou-se estatística descritiva, o teste de Shapiro Wilk para verificar a normalidade dos dados e o teste T de Student independente para comparação das médias. Verificou-se que não houve diferença estatística na idade, massa corporal e estatura. Os músculos extensores do tronco apresentaram valores estatisticamente maiores ($p=0,001$) na CVMI no grupo SC (700 N ± 177) comparado ao grupo com CC (575 N ± 156). Os resultados estão de acordo com a literatura que relata diminuição na força muscular devido os diversos procedimentos para o tratamento contra o câncer de mama. Além disso, os efeitos deletérios dos mesmos podem se manifestar não somente imediatamente após os tratamentos tradicionais como quimioterapia e radioterapia, mas também após vários anos do término destes, independentemente do estágio da doença. Com isso, a prática de atividade física visando o aumento de força, deveria ser utilizada como estratégia na melhora desta capacidade. os resultados indicam que as mulheres com câncer de mama em hormonioterapia apresentaram menor força dos músculos extensores do tronco, quando comparadas às mulheres de mesma idade que não apresentam a doença. CNPq

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

PERFIL E FATORES MOTIVACIONAIS DOS ATLETAS AMADORES DE CORRIDA DE RUA

FÁBIO CÉSAR FREIRES DE SANTANA PADILHA

DENNYS RODRIGUES

ANA CLARA CAMPAGNOLO GONÇALVES TOLEDO

VINICIUS MILANEZ

A corrida de rua é um dos esportes individuais que não necessitam de muita estrutura e investimento, proporcionando fácil adesão social. O objetivo deste estudo é descrever o perfil e os fatores motivacionais dos atletas amadores praticantes de corrida de rua. Este estudo é caracterizado como investigativo, descritivo, com delineamento transversal, na forma de questionário auto aplicável para obter respostas sobre o perfil e aspectos motivacionais, com metodologia quantitativa, realizado em uma corrida de rua na qual os participantes responderam de forma voluntária 12 questões referentes ao perfil e motivação a prática desta modalidade assinando o TCLE, questionário este aprovado pelo Parecer Consubstanciado do CEP: CAAE: 68997717.5.0000.5515 Número do parecer: 2.261.778 Os aspectos motivacionais apontam nesta pesquisa para a confirmação da hipótese levantada, pois a saúde e o prazer são os fatores motivacionais responsáveis tanto para o ingresso na modalidade desportiva quanto a sua permanência. Todos os fatores estudados demonstraram exercerem influência na prática de corrida de rua, porém são inegáveis que os fatores intrínsecos são os que proporcionam prazer e a sensação da busca pela saúde. A prática de corrida de rua está relacionada à busca do bem estar em detrimento simplesmente a estética física. Este contexto justifica a busca pela saúde, prazer e controle de estresse no presente trabalho corroborando com a hipótese mencionada no início. Quanto à sociabilidade parece ser um fator relevante para os praticantes com maior tempo de permanência na modalidade, proporcionando no convívio social um fator intrínseco para continuidade da prática desportiva. O perfil dos participantes corrida de rua constitui de esportistas homens eutróficos, de nível avançado, que buscam ajuda profissional, na faixa etária dos 35 a 44 anos, baixa renda e alto nível de escolaridade, solteiros ou casados, apresentam uma forte adesão às provas realizadas em sua cidade de origem, mas participam também de provas intermunicipais e interestaduais. Os aspectos motivacionais apontam nesta pesquisa para a confirmação da hipótese levantada, pois a saúde e o prazer são os fatores motivacionais responsáveis tanto para o ingresso na modalidade desportiva quanto a sua permanência. A presente pesquisa apresenta dados convergentes às informações já publicadas quanto aos aspectos motivacionais, sobretudo a principal contribuição está quanto às características do perfil desta população.

PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS RESISTIDOS PARA FORTALECIMENTO DOS MÚSCULOS DO ANTEBRAÇO EM ACADEMIAS DE GINÁSTICA: QUANDO E COMO SÃO REALIZADOS.

LEANDRO ALVES DA CUNHA

Prescrições de treinos de musculação, em sua maioria, enfatizam os grandes grupos musculares e centrais do corpo, como os músculos das coxas, das costas, dos peitorais, estes são treinados com ênfase nas prescrições de treino. Segundo Sendon (2015), há uma negligência no treinamento de alguns grupos musculares menores ou pequenos e periféricos, fazendo com que os mesmos fiquem menos fortes que os grandes grupos musculares trabalhados regularmente. Entre esses grupamentos musculares pequenos estão os músculos antebraços. Esta investigação científica buscou inferir sobre como e quando o treinamento específico para o fortalecimento dos músculos do antebraço são prescritos, bem como, se há negligência na prescrição destes exercícios específicos. Foram voluntários deste estudo 11 profissionais de Educação Física de academias de ginásticas e salas de treinamento de força motora (Musculação) na região do Oeste Paulista. Foi realizada uma entrevista gravada e transcrita com cada profissional, utilizando um aparelho Micro-Gravador Powerpack-RX-750. A entrevista seguiu um roteiro contendo 5 perguntas abertas focando os propósitos da pesquisa. Após foi realizada uma análise de conteúdo do discurso das respostas. Todos profissionais se declararam responsáveis em prescrever e/o planejar os programas de exercícios em seus respectivos locais de trabalho e demonstraram grande conhecimento sobre diversos exercícios para o fortalecimento da musculatura da região do antebraço. Nenhuma academia possuía um aparelho de musculação específicos para o fortalecimento da musculatura do antebraço, este treinamento é realizado através de pesos livres, adaptados pelo profissional e não em aparelhos. Dentre os profissionais 67% não conheciam aparelhos de musculação específico para fortalecer o antebraço. Houve uma divisão das respostas quanto ao questionamento sobre a importância de ter na academia um aparelho específico para tal. Alguns professores disseram não prescrever exercícios específicos para o antebraço, pois a musculatura pode ser exigidas de forma sinérgica, como no início de um programa de treinamento, desde que o aluno não tenha esta necessidade/objetivo, ou em treinamentos onde o objetivo é a perda de peso corporal, pois o gasto calórico total do treino será maior se treinarmos os grandes músculos. A prescrição do treinamento específico para os músculos do antebraço é realizada de acordo com a especificidade do treino e do objetivo do aluno e não há negligência. UNOESTE.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

PRESENÇA DE OBESIDADE SEGUNDO RELATO DE APOSENTADORIA POR INVALIDEZ

MARIA CAROLINA CASTANHO SAES NORBERTO

MONIQUE YNDAWE CASTANHO ARAUJO

ALESSANDRA MADIA MANTOVANI

SUELEN JANE RICARDO

LUÍS FERNANDO DA SILVA

JAMILE SANCHES CODOGNO

Obesidade tem sido associada à diminuição da eficiência das atividades realizadas no ambiente de trabalho, acarretando em faltas e aposentadorias precoces por motivos de saúde. O objetivo deste estudo foi investigar se obesidade total e abdominal são responsáveis por custos com perda de produtividade por aposentadoria por invalidez, decorrentes de motivos de saúde, em adultos com 50 anos ou mais, durante 30 meses de seguimento. Participaram do presente estudos homens e mulheres com idade superior a 50 anos atendidos em duas unidades básicas de saúde de Presidente Prudente. Os participantes foram avaliados a cada seis meses durante 30 meses, totalizando cinco avaliações. No momento da entrevista, foi perguntado se o participante estava aposentado precocemente por motivo relacionado a saúde e qual o valor da aposentadoria, a amostra foi dividida em dois grupos segundo relato positivo e negativo. Para a classificação do estado de obesidade utilizou-se i) índice de massa corporal (IMC)- calculado por meio de medidas de peso e estatura; ii) obesidade abdominal - avaliada pela circunferência de cintura (CC), então foi verificado o número de vezes em que o participante foi classificado em estado de obesidade geral e abdominal, ao longo das avaliações (oscilando de 0 a 5). Na estatística para comparação dos grupos foi utilizado o teste de Mann-Whitney devido a não normalidade dos dados pelo software BioEstat (versão 5.0) com significância adotada em valores de p-valor < 0,05. O trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual Paulista de Presidente Prudente (processo: 241291/2013). : A amostra incluiu 169 adultos com média de idade de $61,8 \pm 8,78$ anos (53 homens [31,4%] e 166 mulheres [68,6%]). Os pacientes que relataram estar aposentados precocemente por motivos de saúde apresentaram maior número de vezes em estado de obesidade ($p=0.001$) do que os demais participantes, verificada por IMC (mediana= 5.0 (1.0) versus 0.0 (3.25) e CC (mediana= 5.0 (1.0) versus 3.0 (5.0) A obesidade é associada à aposentadoria precoce por motivos de saúde entre homens e mulheres brancos e afro-americanos em idade jovem à adulta. Indivíduos com idade acima de 50 anos que relataram aposentadoria por invalidez relacionada à saúde apresentaram maior ocorrência de obesidade. PIBIC - CnPq

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Poster

Ciências da Saúde

Educação Física

PREVALÊNCIA DE DOR MUSCULOESQUELÉTICA E SUA RELAÇÃO COM COMPORTAMENTO
SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES

ANA BEATRIZ SALLES
CATARINA COVOLO SCARABOTTOLO
BRUNA THAMYRES CICCOTTI SARAIVA
DIEGO GIULLIANO DESTRO CHRISTOFARO

Dor musculoesquelética é um distúrbio multifatorial que atinge grande parte da população mundial, representando um problema de saúde pública. Arelado a esse problema está o elevado tempo em comportamento sedentário, que pode representar um fator de risco para dores na região cervical e lombar, principalmente em crianças e adolescentes. Analisar a prevalência de dor musculoesquelética (cervical e lombar) em adolescentes e sua relação com comportamento sedentário. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNESP (CAAE 21600613.4.0000.5402). Foram avaliados 1011 adolescentes selecionados aleatoriamente de escolas públicas e privadas de Presidente Prudente - SP. A dor musculoesquelética foi avaliada por meio do questionário Nórdico, previamente validado para essa população. O comportamento sedentário foi avaliado pelo total de horas que os adolescentes utilizavam celular/tablet, computador, videogame e televisão. Adolescentes situados no quartil mais alto foram classificados com elevado comportamento sedentário. Para analisar a associação entre o comportamento sedentário e dor cervical e lombar foi utilizado o teste Qui-quadrado. A caracterização da amostra foi apresentada de acordo com as medidas antropométricas, índice de massa corporal, circunferência de cintura, prevalência de dor cervical (31,3%) e prevalência de dor lombar (29,3%). A análise estatística não apresentou relação entre o comportamento sedentário e os distúrbios musculoesqueléticos. Os achados do presente estudo não mostraram relação entre as variáveis analisadas. Entretanto, muitos adolescentes relataram ter dor cervical e/ou dor lombar o que significa que esse distúrbio está atingindo não apenas populações mais velhas como também os jovens. Além disso, muitos estudos já relataram os fatores de risco associados a um estilo de vida sedentário, como doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, distúrbios mentais entre outros. Dessa forma é importante conscientizar os adolescentes da importância de um estilo de vida ativo, visto que muitos participantes foram classificados com elevado comportamento sedentário. Conclui-se que não houve relação entre comportamento sedentário e dor musculoesquelética. No entanto, apesar do número representativo de participantes e do processo de aleatorização, os resultados devem ser analisados com cautela e mais estudos longitudinais investigando essa população devem ser desenvolvidos. Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

QUALIDADE DO SONO E OCORRÊNCIAS DE DOENÇAS CARDIOMETABÓLICAS DE PACIENTES DA ATENÇÃO BÁSICA DO SUS.

SUELEN JANE RICARDO
LIONAI LIMA DOS SANTOS
MARIA CAROLINA CASTANHO SAES NORBERTO
IZABELA DOS SANTOS FERRO
LUANA CAROLINA DE MORAIS
JAMILE SANCHES CODOGNO

Privação do sono pode acarretar em problemas na saúde decorrentes da baixa qualidade ou pouca duração do mesmo. Maior risco de doenças coronarianas tem sido associado à menor duração ou qualidade do sono ruim. O presente trabalho teve por objetivo verificar a relação da qualidade do sono com ocorrências de doenças entre adultos atendidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS). A amostra foi composta por 169 indivíduos cadastrados nas Unidades Básicas de Saúde da cidade de Presidente Prudente. A presente pesquisa é decorrente de uma coorte com 30 meses de duração com coletas realizadas a cada seis meses aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Estadual Paulista (Processo nº, 241.291.-2913). Foi utilizado o Mini-sleep Questionnaire como forma de avaliar a qualidade do sono, considerando pontuações ≥ 25 pontos como "má qualidade do sono". A presença de doenças crônicas foram identificadas por meio do inquérito de morbidades referidas. A análise estatística foi realizada utilizando o teste qui-quadrado para identificar a associação entre as doenças e a qualidade do sono. A significância foi estabelecida em valores menores que 5% o programa estatístico empregado foi software BioEstat (versão 5.0). Dentre as doenças analisadas (hipertensão arterial, infarto, dislipidemia e diabetes) apenas a ocorrência de diabetes se associou com a qualidade do sono, sendo que dos pacientes com a doença 10,8% (n=3) apresentaram "boa qualidade do sono" e 33,3% (n=47) apresentaram "má qualidade do sono, enquanto que dos pacientes sem a doença 89,2% (n=25) apresentaram "boa qualidade do sono" e 66,7% (n=94) apresentaram "má qualidade do sono" (p-valor=0,024). Se tratando de risco cardiometabólico nosso estudo demonstra a consistência da associação com a má qualidade do sono e pode ser reafirmado em estudos anteriores com pessoas que relataram doenças cardiometabólicas paralelamente com a má qualidade do sono, além da mesma ser fator responsável também pelo aumento da obesidade e da resistência insulínica. Assim concluímos que pessoas que mostraram má qualidade do sono tiveram maiores ocorrências de diabetes em comparação com indivíduos com boa qualidade do sono. CAPES

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

RELAÇÃO ENTRE SALTAR CAFÉ DA MANHÃ E PRESSÃO ARTERIAL, CIRCUNFERÊNCIA DE CINTURA, ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES BRASILEIROS.

JEFFERSON MARINHO DE SOUZA
LEANDRO DRAGUETA DELFINO
WILLIAM RODRIGUES TEBAR
DIEGO GIULLIANO DESTRO CHRISTOFARO

A faixa etária adolescente por ser um período de transição, frequentemente não trazem consigo a priori da alimentação saudável, em virtude disso em momentos pontuais podem vir a saltar alimentação, por exemplo o café da manhã. O objetivo deste estudo foi analisar a prevalência de saltar café da manhã e sua relação entre frequência do consumo semanal do café da manhã com as variáveis de pressão arterial, circunferência de cintura, prática de atividade física e comportamento sedentário em adolescentes brasileiros. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE:21600613.4.0000.5402) e incluiu 941 adolescentes. Pular o café da manhã, comportamento sedentário e prática de atividade física verificado através de questionário. A medida de circunferência de cintura coletada no ponto médio entre a crista ilíaca e último arco costal. Para aferição da pressão arterial utilizado aparelho digital. Variáveis de caracterização apresentada em média e desvio padrão utilizando-se o teste t de student. A correlação de Pearson analisou a relação entre a frequência do consumo semanal do café da manhã e as variáveis independentes. A magnitude das associações foi verificada pela Regressão Linear. A significância estatística utilizada foi de 5% e o intervalo de confiança (IC95%) de 95%. Adolescentes que relataram não fazer uso do café da manhã tiveram menores escores de atividade física ($p = 0,001$) e maior tempo gasto em atividades sedentárias ($p = 0,027$). A prática de atividade física demonstrou correlação positiva entre maior frequência semanal de café da manhã e maior escore da prática de atividade física ($p = 0,027$). Observada nos quatro modelos de regressão linear relação significativa entre maior frequência de consumo semanal de café da manhã e maior escore de atividade física ($r = 0,148$; $p = 0,001$). Analisando a relevância do presente estudo mostra-se pertinente por revelar a necessidade do café da manhã. É necessário expressar a aplicabilidade clínica do mesmo, justificando-se pela indispensabilidade de que o adolescente saiba o quão prejudicial é não consumir o café da manhã saltando-o diariamente, disseminando assim essa ideia central progressivamente, se tornando um hábito e assim uma rotina para esta faixa etária da população. Em síntese o presente estudo apresenta que adolescentes que saltam o café da manhã apresentam menores escores de atividade física e maior comportamento sedentário de adolescentes, independentemente de sexo, idade e nível socioeconômico.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

TREINAMENTO FUNCIONAL E HABILIDADES MOTORAS FUNDAMENTAIS: CONQUISTAS DE ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL

ANDERSON DOS SANTOS CARVALHO
CHAYENE DORNELAS BARBETA
PEDRO PUGLIESI ABDALLA
ALINE MADIA MANTOVANI
JAIR RODRIGUES GARCIA JÚNIOR

O treinamento funcional (TF) promove melhora nos padrões de movimentos fundamentais do cotidiano. As habilidades motoras fundamentais (HMFs) se organizam em uma série de movimentos básicos, iniciam na infância e devem ser permanentemente mantidas. As HMFs aperfeiçoam movimentos complexos e se espera desempenho proficiente até os sete anos de idade. Ainda não existem estudos que apresentem o impacto do TF nas HMFs de escolares. O objetivo foi comparar o nível das HMFs em escolares praticantes e não praticantes do TF. Participaram do estudo 38 estudantes entre 10 e 12 anos, de ambos os sexos, de uma escola particular. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE: 58745616.9.0000.5515). Foram divididos em dois grupos: Controle (GC) e Treinamento Funcional (GTF) com $n=17$ e $n=21$, respectivamente. O GC continuou as aulas de Educação Física e GTF participou de aulas de TF durante a aula semanal de Educação Física (50 min), durante dois meses. Ambos os grupos foram submetidos ao Test of Gross Motor Development 2 (TGMD-2) pré e pós o período do TF. As HMFs foram representadas pelo escore bruto dos subtestes de locomoção (LOC), controle de objetos (C.OBJ) e Quociente do Desenvolvimento Motor Amplo (QDMA). Foram utilizados os testes de normalidade Shapiro-Wilk, ANOVA one way e o post-hoc de Tukey para identificar as diferenças. No período pré intervenção, não houve diferenças estatísticas entre os grupos (GC e GTF) para o escore bruto de LOC (33 vs 34; $p=0,987$), C.OBJ (33 vs 32; $p=0,998$) e QDMA (70 vs 71; $p=0,290$). No período pós intervenção, o GTF apresentou melhora em todos parâmetros: LOC (37; $p=0,025$), C.OBJ (36; $p=0,043$) e QDMA (80; $p=0,001$). O GC não apresentou nenhuma melhora. Houve diferenças entre os grupos para o escore bruto da LOC ($p=0,015$) e QDMA ($p < 0,001$) no período pós intervenção, mas não para o C.OBJ ($p=0,639$). Ambos os grupos apresentaram ausência motora considerável, pois todos deveriam atingir os estágios superior e muito superior (proficiente) por volta dos sete anos de idade. Porém, o GTF apresentou melhoras no desempenho das HMFs de LOC e no QDMA após as aulas de TF. O GTF apresentou melhora nas HMFs de LOC e no QDMA comparado com o GC. No entanto, dois meses não foram suficientes para melhorar o desempenho no C.OBJ. É preciso realizar mais pesquisas com realização do TF por um período mais prolongado ou verificar o impacto da inclusão de exercícios do TF com enfoque no C.OBJ. Unoeste.

RESUMOS (Artigos Completos)

ANÁLISE DO CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO E DA COMPOSIÇÃO CORPORAL EM ATLETAS DE FUTEBOL DA CATEGORIA SUB-20.....	979
ANÁLISE DO DESEMPENHO DE ATLETAS NO ESPORTE DE ORIENTAÇÃO.....	980
ANÁLISE DOS BENEFÍCIOS DA DANÇA PARA A QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS MORADORES DE UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA.....	981
CORRELAÇÃO ENTRE OBESIDADE/SOBREPESO E PRESSÃO ARTERIAL ELEVADA EM ESCOLARES DE UMA CIDADE DO INTERIOR DE SÃO PAULO	982

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

ANÁLISE DO CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO E DA COMPOSIÇÃO CORPORAL EM ATLETAS DE FUTEBOL DA CATEGORIA SUB-20

DANIEL FERNANDO DOS REIS
MAURO LUIZ DOS SANTOS JUNIOR
PAULO HENRIQUE BERNARDINO ROTTA
HENRIQUE IZAIAS MARCELO
PAULO HENRIQUE ALEIXO
LUCAS DA SILVA SANTOS
ERRISSON MUNIZ MENDES
MARCO AUGUSTO SADA FILHO
GUILHERME AKIO TAMURA OZAKI
THIAGO ALVES GARCIA
ROBSON CHACON CASTOLDI
REGINA CELI TRINDADE CAMARGO
JOSÉ CARLOS SILVA CAMARGO FILHO
EVERTON ALEX CARVALHO ZANUTO

O futebol exige grande demanda física, sendo ele fisiologicamente um esporte de grandes esforços físicos. O objetivo foi analisar a composição corporal e o VO₂ máximo em um grupo de atletas de futebol da categoria sub-20 durante o Campeonato Paulista da 2ª divisão. A amostra foi composta por 21 atletas de faixa etária acima de 18 anos de idade, inseridos na categoria sub-20 do clube Presidente Prudente Futebol Clube. A avaliação antropométrica foi realizada por meio do método de dobras cutâneas. O VO₂ Máximo foi realizado seguindo protocolo de Cooper (teste de 12 minutos). Foi verificado que os atletas percorreram distância superior a 2.800 metros e apresentaram o %GC abaixo de 12%, ainda que o %GC não apresentou associação com o VO₂ máximo ($p=0,243$) a partir das classificações estabelecidas. Porém, apesar de mostrarem correlação inversa ($-0,170$) para as variáveis VO₂ e %GC, não foi verificada diferença significativa entre ambas ($p=0,406$).

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

ANÁLISE DO DESEMPENHO DE ATLETAS NO ESPORTE DE ORIENTAÇÃO

JOAQUIM DE JESUS PICARDO
LUCAS DA SILVA SANTOS
PAULO HENRIQUE ALEIXO
GUILHERME AKIO TAMURA OZAKI
EVERTON ALEX CARVALHO ZANUTO
THIAGO ALVES GARCIA
ROBSON CHACON CASTOLDI
REGINA CELI TRINDADE CAMARGO
JOSÉ CARLOS SILVA CAMARGO FILHO

Esta pesquisa teve o objetivo verificar o desempenho de atletas do esporte de orientação. A amostra estudada foi composta por dez atletas praticantes da modalidade, participantes do Campeonato Paulista de Orientação (CAMPOR/2016), com faixa etária entre 21 a 30 anos, pertencentes à classe de competidores "Categoria H21A" (homens acima de 21 anos de idade), com percurso com grau de dificuldade difícil e intermediário. Foi utilizado o software "SPORTident" para a obtenção dos resultados do desempenho dos atletas durante a competição. Foi verificado que os atletas observados obtiveram classificação de primeiro (1º) ao trigésimo quinto (35º) lugares. Observa-se ainda que em determinados pontos foi verificada maiores diferenças, fato que influenciou na velocidade média dos atletas, sendo esta estabelecida em 1,74 m/s no 1º colocado e 1,24 no 35º. Conclui-se que mesmo pertencentes à mesma categoria e com faixa etária semelhante, os atletas avaliados apresentaram desempenhos diferenciados.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

ANÁLISE DOS BENEFÍCIOS DA DANÇA PARA A QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS MORADORES DE
UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA

CAMILA RODRIGUES COSTA
ANA PAULA LEITE DE SOUZA
MATHEUS AUGUSTO MENDES AMPARO

Objetivou-se analisar a influência de um programa de dança para a qualidade de vida de idosos moradores de uma instituição de longa permanência localizada no interior do Estado de São Paulo. Trata-se de uma pesquisa ação. Participaram do estudo nove idosos, com faixa etária entre 63 e 93 anos, de ambos os sexos. Aplicou-se o Questionário de Qualidade de Vida - SF-36. Posteriormente, iniciaram-se as intervenções, por meio da dança (zumba) a partir dos ritmos: Salsa, Cumbia, Merengue, Reggaeton, duas vezes por semana. Após dois meses de intervenção o questionário foi reaplicado. Os dados foram analisados a partir dos parâmetros para classificação da qualidade de vida na qual zero corresponde a uma classificação ruim e 100 a uma classificação excelente. Observou-se uma melhora nos aspectos gerais de saúde e sociais. Conclui-se que um programa de dança pode contribuir para a melhora na qualidade de vida de idosos moradores de instituição de longa permanência.

Pesquisa (ENAPI)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

CORRELAÇÃO ENTRE OBESIDADE/SOBREPESO E PRESSÃO ARTERIAL ELEVADA EM ESCOLARES DE
UMA CIDADE DO INTERIOR DE SÃO PAULO

MARCELO JOSE ALVES
VICTOR HUGO SANTOS ZANGIROLAMO
CARLOS AUGUSTO DE CARVALHO FILHO
DIANE DE VASCONCELOS BARRIONUEVO
EVERTON ALEX CARVALHO ZANUTO
RÔMULO ARAUJO FERNANDES

Na atualidade a população pediátrica brasileira vem sendo exposta a fatores de risco causados pela inatividade física e má alimentação em consequente aumento do Índice de Massa Corporal (IMC), o que pode levar a problemas vasculares mesmo na infância. Objetivos: verificar a influência no IMC nos níveis pressóricos. Métodos: A amostragem foi composta por 61 crianças de ambos os sexos, idade cronológica entre seis e sete anos e regularmente matriculados/frequentando a escola. Estas crianças foram avaliadas em suas respectivas variáveis hemodinâmicas (pressão arterial sistólica e diastólica), peso corporal, estatura. Resultados: A média e desvio padrão de idade dos participantes foi de 7 ($\pm 0,3$) anos, sendo a PAS teve de 89,4 (± 10) e PAD de 57 ($\pm 6,9$), os eutróficos tiveram 88,7 ($\pm 1,1$) para PAS e 56 (± 5) para a PAD e para os com Sobrepeso/Obesidade (SO) 109 (± 5) para a PAS e 70,7 ($\pm 8,2$) para a PAD, com valor de $p=0,0001$, já a correlação de Pearson para o IMC com PAS e a PAD foi moderada para ambas, porém com beta de 1,53 na regressão linear para PAS e de 0,96 para a PAD. Conclusão: O IMC influencia diretamente nos níveis pressóricos sistólicos e diastólicos e que o controle do sobrepeso/obesidade faz necessário nas idades iniciais de vida.

RELATOS DE EXPERIÊNCIA

FLEXIBILIDADE NA LONGEVIDADE: RELATO DE CASO DE AÇÕES EXTENSIONISTAS DE DOIS INDIVÍDUOS IDOSOS EM UM MUNICÍPIO DO OESTE PAULISTA	984
JOGOS DE VIRTUALIZAÇÃO DO CORPO NA PROMOÇÃO DE SAÚDE NA TERCEIRA IDADE	985
"PROGRAMA 300 FISICAMENTE ATIVOS" PARA AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA.....	986
TAPETE TACTIL: UM JOGO ATIVO DE VIRTUALIZAÇÃO DO CORPO PARA AMBIENTES EDUCACIONAIS INCLUSIVOS	987

Extensão (ENAEXT)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

FLEXIBILIDADE NA LONGEVIDADE: RELATO DE CASO DE AÇÕES EXTENSIONISTAS DE DOIS INDIVIDUOS IDOSOS EM UM MUNICÍPIO DO OESTE PAULISTA

ADRIANA JUNQUEIRA

Um processo de envelhecimento gradativo com o aumento da longevidade populacional vem ocorrendo no Brasil com isso devemos ressaltar a preocupação das doenças crônicas degenerativas e da incapacidade funcional que acompanha os idosos. Este trabalho objetivou relatar a influência do exercício funcional na aptidão física de idosos. Concluímos que o Treinamento Funcional apresentou melhora dos membros inferiores, promovendo força-resistência em idosos sedentários. Com base nos estudos averiguados, este treinamento físico parece ser uma forma segura para ser utilizada em idosos sedentários, além de apresentar um baixo custo ele oferece diversas melhoras nas capacidades funcionais dos idosos. Foi realizado um relato de experiências de atividades desenvolvidas no Projeto de extensão Universitário Qualidade de Vida na Terceira Idade, onde as atividades foram desenvolvidas uma vez na semana, com duração de 60 minutos, por 8 semanas consecutivas. As capacidades funcionais foram testadas na avaliação inicial e na avaliação final para a coleta dos dados, onde foi utilizado testes motores funcionais, tais como dinamômetro manual, teste de sentar e levantar e teste de sentar e alcançar. O protocolo de Treinamento Funcional foi composto por exercícios que visavam desenvolver as principais capacidades físicas: força, resistência aeróbia e flexibilidade.

Extensão (ENAEXT)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

JOGOS DE VIRTUALIZAÇÃO DO CORPO NA PROMOÇÃO DE SAÚDE NA TERCEIRA IDADE

EDUARDO DUARTE DE LIMA MESQUITA

JAQUELINE COSTA CASTILHO MOREIRA

O envelhecimento como processo irremissível aos seres humanos, leva a uma perda progressiva das aptidões funcionais do organismo. À partir dos 50 anos, a sarcopenia se desenvolve. Trata-se de uma síndrome caracterizada pela redução de massa, força e/ou função muscular, aumentando assim, o hipocinesismo e com ele o sedentarismo. Estudos salientam que a realização regular de exercícios físicos, combate este agravo, contribuindo significativamente a manutenção da aptidão física do idoso e suas capacidades funcionais. Pressupõem-se que a inserção do idoso na era tecnológica, motive-o a vivenciar novas experiências, inclusive no âmbito da educação física. Tais atividades podem ser realizadas com jogos de virtualização do corpo, uma combinação entre exergames lúdicos e práticas de baixa e média intensidade. O presente projeto de extensão tem como intenção oferecer um leque de jogos a vários públicos em eventos pontuais, neste relato será apresentado aquele direcionado aos idosos. Objetivou-se com a atividade de extensão apresentar um repertório de jogos virtuais ativos direcionados à 12 idosos de ambos os sexos em um evento pontual voluntário. Conclui-se que é possível engajar os idosos em atividades físicas recreativas com a utilização de recursos tecnológicos como exergames. Notou-se que os idosos participantes estavam dispostos a vivenciar novas experiências, entretanto, elas seriam mais proveitosas se houvesse uma continuidade de oferecimento desses eventos tornando-os uma atividade de extensão continuada e voltada especificamente a eles. Projeto de Extensão Universitária/PROEX/UNESP Foram disponibilizados exergames em dois equipamentos de Xbox Kinect 360; um com o pacote do kinect Sports e o outro com o Just Dance; jogos de totó/pebolim e futebol de botão (vintages e em celulares) e tapetes de dança. O evento foi montado em três salas, sendo que os idosos selecionavam em quais iniciariam o rodízio. Mesmo que alguns jogos tivessem níveis de dificuldade variados e exigissem um grau diferenciado de habilidades, haviam seis graduandos monitores responsáveis por orientá-los nos jogos e observar seus comprometimentos aparentes na intenção de respeitar seus agravos e minimizar riscos. Embora não faça parte da atividades extensionistas, os graduandos comentaram após o evento, que nos jogos vivenciados pelos idosos notou-se uma melhoria de desempenho a cada tentativa, socialização e a interação com a tecnologia.

Ensino (ENAENS)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde

Educação Física

"PROGRAMA 300 FISICAMENTE ATIVOS" PARA AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

VALTER FARIAS GOMES
CHAYENE DORNELAS BARBETA
JAIR RODRIGUES GARCIA JÚNIOR

No início do ano letivo, para as aulas de Educação Física do Ensino Médio, pudemos perceber a necessidade de mudança das práticas desenvolvidas, atrelando ao desenvolvimento corporal e saúde, relacionando os hábitos de vida e os fatores de riscos para as doenças hipocinéticas. O sobrepeso é o fator mais presente entre os estudantes, principalmente pela má alimentação e pouca prática de exercícios. Por isso, julgamos que seria importante estimular e desafiar os alunos para valorizarem a prática de exercícios físicos e assumirem hábitos saudáveis. O objetivo foi estimular nos alunos do Ensino Médio a prática regular de exercícios dentro e fora da escola, para obtenção de condicionamento físico, manutenção do peso adequado, diminuição dos fatores de risco para as doenças hipocinéticas e fortalecimento do espírito de companheirismo e equipe, em acordo e complementando a Proposta Curricular do Estado de São Paulo. O caminho percorrido nesse programa está permitindo novas vivências para mim, como professor, e para os alunos. Estamos proporcionando que os alunos descubram novos exercícios e também, gradativamente, vão mudando hábitos de vida que serão importantes para todos hoje e no futuro, quando adultos. -- Para implementação, inicialmente o programa foi apresentado a todos com o convite para participação. Após, foram realizadas avaliações antropométricas e testes de resistência muscular localizada (RML) e endurance. Com base nos resultados foram formadas equipes de 5-6 integrantes mesclando os de melhor desempenho com outros de desempenho inferior, com intenção de que os primeiros auxiliem e incentivem os segundos. Então, as aulas de Educação Física tiveram continuidade com exercícios funcionais, ginásticos, de endurance e velocidade incorporados aos conteúdos propostos no material oficial do Estado. Além disso, semanalmente são propostas tarefas de exercícios semelhantes aos das aulas para que sejam praticados fora da escola, preferencialmente com cada equipe junta. Novas avaliações são realizadas bimestralmente, como forma de gameificação do programa e contando também como participação nas notas da disciplina de Educação Física.

Ensino (ENAENS)

UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE

Comunicação oral

Ciências da Saúde
Educação Física

TAPETE TÁCTIL: UM JOGO ATIVO DE VIRTUALIZAÇÃO DO CORPO PARA AMBIENTES EDUCACIONAIS INCLUSIVOS

JAQUELINE COSTA CASTILHO MOREIRA

A presença da tecnologia do cotidiano contemporâneo nas atividades físicas é um fenômeno mundial crescente. O número de downloads de aplicativos que estimulam a prática de exercícios físicos, as visualizações de canais do youtube sobre saúde e treinamento ou mesmo, a oferta de jogos ativos que propõem movimentação corporal em cada jogada apontam uma ruptura da relação direta entre tecnologia, sedentarismo e hipocinestésismo. Porém, nas escolas ainda prevalecem obstáculos pedagógicos quanto à implementação desse tipo de tecnologia, dentre eles: os altos custos das plataformas dos jogos, a disponibilização de apenas um equipamento para 35 alunos (uma sala de aula do ensino regular), o delay tecnológico entre professores e alunos e a formação docente inadequada para esta abordagem específica. Na perspectiva de enfrentamento dessa problemática objetivou-se desenvolver um jogo pedagógico de tecnologia acessível e que propiciasse a virtualização do corpo. Batizado de TAPETE TÁCTIL, diferentemente de outros jogos disponíveis no mercado, os quais priorizam a comunicação visual como principal estímulo; o TAPETE TÁCTIL amplia as possibilidades de participação ativa e da inclusão de alunos com deficiência visual ou cegos nas aulas de Educação Física, por focar matrizes de linguagem e cognição híbridas, como as linguagens sonoro-verbais e as linguagens sensíveis/ou quase-linguagens como o tato. O TAPETE TÁCTIL tem boa aceitação em escolas e ambientes não formais e informais. Todavia, por ser um produto ainda em teste é premente ofertá-lo em outros contextos; somente assim será possível planejar a estrutura requerida, o design mais adequado, o conjunto de materiais a serem preparados para fabricação final, a distribuição, a divulgação e sua comercialização. PIBITI/CNPQ- sem bolsa Criado e confeccionado para atender a virtualização do corpo na escolarização, o tapete original foi apresentado aos alunos e professores de escolas com classes regulares de ensino, por meio de intervenções realizadas em projetos de extensão desde 2015 e em um curso de 30 horas oferecido aos docentes da área pela Diretoria de Ensino da região de Presidente Prudente em 2016. De formato modelado para atender um projeto de PIBITI, o tapete é composto por evas diversos, com opções de níveis de jogo e da utilização de internet, celular ou notebook. Atende de um a cinco participantes por jogada, com as quais todos são estimulados a desenvolver capacidades funcionais, habilidades e competências.
