

## **AVALIAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA A SAÚDE DE ESTUDANTES DO 6º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL DA ESCOLA ESTADUAL PROFESSORA FRANCISCA ELZIKA DE SOUZA COELHO**

*Liliane Lima Ferreira<sup>1</sup>, Rebeca Natalie de Jesus Carvalho<sup>2</sup>, Nicolas Amaro Maia de Almeida<sup>3</sup>, Luciana dos Santos Pereira<sup>4</sup>, Gilberto Pivetta Pires<sup>5</sup>*

**Resumo:** Para a promoção da aptidão física relacionada à saúde é revelado quando a prática de atividade física é reforçada durante toda a infância e adolescência. Por essa razão, o aproveitamento apropriado dos componentes da aptidão física relacionados à saúde, que é a resistência cardiorrespiratória (RC), resistência muscular localizada (RML), e Índice de Massa Corporal (IMC), com a prática regular de atividade física na infância e na adolescência, traz diversos benefícios para a saúde. Em contrapartida, o baixo nível de atividade física habitual favorece o desenvolvimento de inúmeras disfunções crônicas degenerativas, como obesidade, dislipidemias, diabetes, doenças cardiovasculares, hipertensão, dentre tantas outras, em idade cada vez mais precoce. Estudos epidemiológicos sugerem a prática regular de atividade física na infância e na adolescência, pelos diversos benefícios à saúde, seja pela sua influência direta sobre a prevenção de morbidades, seja pela sua influência no nível de atividade física na vida adulta. A presente pesquisa teve por objetivo avaliar como se encontrava o estado de saúde dos alunos do 6º ano do ensino fundamental da Escola Estadual Prof.<sup>a</sup> Francisca Elzika de Souza Coelho da cidade de Boa Vista - RR. Participaram desse estudo 39 crianças de 11 a 12 anos de ambos os sexos. O instrumento utilizado foi a bateria de testes do Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR) contendo os testes RML, RC e IMC, realizados da seguinte forma: 1) RC: Teste de corrida/caminhada de 6 minutos, avaliando o desempenho por meio de uma escala quanto ao nível da aptidão cardiorrespiratória. 2) RML: desempenho no Teste *Sit Up's* em um (1) minuto, avaliado posteriormente através dos pontos de corte para Zona de Risco e Zona Saudável de aptidão física, e 3) IMC: utilizando uma balança portátil, e para a altura, fita métrica com precisão até dois (2) metros. Os resultados desta pesquisa mostram que referente ao IMC indicou que 67% estão adequadas, 23% com sobrepeso, 5% apresentam grau de obesidade, e 5% magreza acentuada. Para RML, 62% estão na zona de risco à saúde, e 38% em zona saudável, e para a aptidão cardiorrespiratória indicaram que 56% apresentam um desempenho fraco, 23% razoável, 15% Bom, 3% muito bom e 3% excelente. Os índices de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes no Brasil, assim como no mundo, têm aumentado muito nos últimos anos. Vários fatores contribuem para esse feito como: alimento industrializado, a falta de atividades físicas, jogos eletrônicos. Pelos resultados observados na pesquisa alunos do 6º ano do ensino fundamental da Escola Estadual Prof.<sup>a</sup> Francisca Elzika de Souza Coelho não apresentaram níveis satisfatórios de aptidão física relacionada à saúde, revelando um risco de desenvolvimento de doenças crônicas não

<sup>1,2,3</sup>Bolsista CAPES - PIBID - IFRR/Campus Boa Vista. E-mail: liliany52@gmail.com

<sup>4</sup>Supervisora CAPES – PIBID - IFRR/Campus Boa Vista.

<sup>5</sup>Professor do IFRR/Campus Boa Vista.

28 e 29 de novembro de 2019  
Campus Boa Vista Zona Oeste

transmissíveis para estes alunos. Por outro lado, mais da metade dos alunos avaliados apresentaram um índice de IMC considerado adequado.

**Palavras-chave:** Aptidão Física, Saúde, PROESP-BR, PIBID.

**Apoio financeiro:** CAPES/PIBID/IFRR.

<sup>1,2,3</sup>Bolsista CAPES - PIBID - IFRR/Campus Boa Vista. E-mail: lilianyy52@gmail.com

<sup>4</sup>Supervisora CAPES – PIBID - - IFRR/Campus Boa Vista.

<sup>5</sup>Professor do IFRR/Campus Boa Vista.