

Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde

Editores Chefe

Jeffer Eidi Sasaki

Universidade Federal do Triângulo Mineiro,
Brasil

Priscila Nakamura

Instituto Federal de Educação, Ciência e
Tecnologia do Sul Minas Gerais, Brasil

Editores Associados

Adriano Ferreira Akira Hino

Universidade Pontifícia Católica do Paraná,
Brasil

Antonio Stabelini Neto

Universidade Estadual do Norte do Paraná,
Jacarezinho, Paraná, Brasil

Atila Alexandre Trapé

Universidade de São Paulo, São Paulo, Brasil

Camila Bosquiero Papini

Universidade Federal do Triângulo Mineiro,
Uberaba, Minas Gerais, Brasil

Christianne de Faria Coelho

Ravagnani

Universidade Federal de Mato Grosso do
Sul, Brasil

Eduardo Caldas Costa

Universidade Federal do Rio Grande do
Norte, Brasil

Emerson Sebastião

Northern Illinois University, DeKalb,
Illinois, Estados Unidos

Júlio Brugnara Mello

Pontifícia Universidad Católica de Valparaíso,
Valparaíso, Chile

Marcelo Romanzini

Universidade Estadual de Londrina,
Londrina, Paraná, Brasil

Marília Velardi

Universidade de São Paulo, São Paulo, Brasil

Mateus Rossato

Universidade de São Paulo, São Paulo, Brasil

Mathias Roberto Loch

Universidade Estadual de Londrina,
Londrina, Paraná, Brasil

Paulo Henrique de Araújo Guerra

Universidade Federal da Fronteira Sul,
Chapecó, Santa Catarina, Brasil

Sofia Wolker Manta

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

Sueyla Ferreira da Silva dos Santos

Universidade Federal do Amazonas,
Parintins, Amazonas, Brasil

Valter Cordeiro Barbosa Filho

Instituto Federal do Ceará, Brasil

Editores Assistentes

Alcides Prazeres Filho

Sociedade Brasileira de Atividade Física e
Saúde, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

Eduarda Cristina da Costa Silva

Sociedade Brasileira de Atividade Física e
Saúde, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

Elusa Santina Antunes de Oliveira

Sociedade Brasileira de Atividade Física e
Saúde, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

Missão

A Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde (RBAFS) é o periódico oficial da Sociedade Brasileira de Atividade Física & Saúde, de acesso aberto (open access), de avaliação por pares, fluxo contínuo e de caráter multidisciplinar. A missão da RBAFS é de disseminar o conteúdo científico de caráter teórico, empírico e educacional para contribuir no avanço da área de atividade física e saúde. A RBAFS aceita manuscritos nos seguintes idiomas: português, espanhol e inglês.

Expediente

Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde / Brazilian Journal of Physical Activity and Health
Universidade Federal de Santa Catarina -
Campus Universitário Reitor João David
Ferreira Lima - Centro de Desportos,
Prédio administrativo - sala 200 - 2º piso
- Bairro Trindade, Florianópolis, Santa
Catarina, CEP 88040-900
<http://rbafs.org.br>
Email: rbafs@sbafs.org.br

Publicação

A RBAFS adota o sistema de publicação

continuada (*rolling pass*), tornando a publicação do artigo mais rápida, tendo em vista que não depende de outros artigos para fechamento de um número (fascículo).

A Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde é indexada por:

- LILACS – Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
- LATINDEX - Sistema Regional de Información en Línea para Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal
- Google Scholar
- DOAJ - Directory of Open Access Journals
- REDIB - Red Iberoamericana de Innovación y Conocimiento Científico
- CEV – Centro Virtual Esportivo

Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde (SBAFS)

Diretoria Executiva

Maria Cecília Marinho Tenório

Universidade Federal Rural de Pernambuco
Presidenta

Roseanne Autran

Universidade Federal do Amazonas
Vice-Presidenta

Clarice Maria de Lucena Martins

Universidade Federal da Paraíba
1º Secretária

Ciro Romelio Rodriguez Añez

Universidade Tecnológica Federal do Paraná
2ª Secretário

Júlio Brugnara Mello

Faculdade SOGIPA de Educação Física
1º Tesoureiro

Rogério César Fermino

Universidade Tecnológica Federal do Paraná
2º Tesoureiro



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Anais do XIV Congresso Brasileiro de Atividade Física e saúde e II Feira de Ciência e Tecnologia e Inovação

Garopaba, Santa Catarina
25 a 28 de outubro de 2023.

COMISSÕES

PRESIDENCIA

Prof. Dr. Adroaldo Gaya
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Dra. Anelise Reis Gaya
Universidade Federal do Rio Grande do Sul

COMISSÃO ORGANIZADORA

Prof. Dr. Alberto Reppold Filho
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Dr. Alvaro Reischak de Oliveira
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Dr. Júlio Brugnara Mello
Pontifícia Universidade Católica de Valparaíso, Chile
Prof. Dr. Paulo Henrique de Araújo Guerra
Universidade Federal da Fronteira Sul, Santa Catarina
Prof. Dr. Rogério Fermino
Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dra. Maria Cecília Tenório
Universidade Federal Rural de Pernambuco
Prof. Dra. Roseanne Gomes Autran
Universidade Federal do Amazonas

COMISSÃO CIENTÍFICA

Prof. Dr. Carlos Cristi-Montero
Pontifícia Universidade Católica de Valparaíso, Chile
Prof. Me. João Francisco de Castro Silveira
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Dra. Arieli Dias
Instituto de Desenvolvimento Educacional do Alto Uruguai e Centro de Ensino Superior Riograndense
Prof. Dra. Caroline Brand
Pontifícia Universidade Católica de Valparaíso, Chile
Prof. Ma. Daiane Cristina Rech
Universidade Federal do Rio Grande do Sul

COMISSÃO SECRETARIA

Prof. Me. Mauro Castro Ignácio
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Ma. Letícia de Borba Schneiders
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Dra. Rafaela Cavalheiro do Espírito Santo
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
COMISSÃO TESOOURARIA
Prof. Dr. Roberto Farina Almeida
Universidade Federal de Pelotas, Rio Grande do Sul.
Prof. Ma. Keith Juliana dos Santos Brites
Universidade Federal do Rio Grande do Sul

COMISSÃO FECINTAFS

Prof. Dr. Adroaldo Gaya
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Ma. Carolina Correia Selmo
Prefeitura Municipal de Garopaba, Santa Catarina
Prof. Ma. Luciana Chultes Cirone
Secretaria Municipal de Educação e Cultura de Garopaba, Santa Catarina

COMISSÃO MÍDIAS

Clair Rezende Fontana
Discente - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Henrique dos Santos Monteiro
Discente - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Dra. Camila Felin Fochesatto
Instituto Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Ma. Juliana Oliveira
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Ma. Leticia Borfe
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Ma. Marja Bochehin do Valle
Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde
Prof. Dra. Valquíria Aparecida de Lima
Faculdade Metropolitana Unida, São Paulo

COMISSÃO SITE

Brenda Lamb de Saibro
Discente - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Dr. Júlio Brugnara Mello
Pontifícia Universidade Católica de Valparaíso, Chile
Ricardo Teixeira Ferreira
Prefeitura Municipal de Garopaba, Santa Catarina

COMISSÃO WORKSHOPS

Calvin Motta dos Santos
Discente - Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Me. Mauro Castro Ignácio
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Ma. Carolina Correia Selmo
Prefeitura Municipal de Garopaba, Santa Catarina
Prof. Ma. Luciana Chultes Cirone
Secretaria Municipal de Educação e Cultura de Garopaba, Santa Catarina

COMISSÃO APOIO (STAFF)

Abel Scussiato Netto
Amanda Barbosa da Silva
Andrei Viesseri Lorenzini
Arthur Garcia
Brenda Lamb
Bruna Piccini Emel
Calvin Motta dos Santos
Clair Rezende Fontana
Cristiane de Oliveira Maciel
Diogo Rollo da Silva Rocha
Felipe Fank
Francin Siqueira
Glaudirene A Santos de Araújo
Henrique K de Castro
Igor André Corrêa Silveira
Ingrid de Lima Pedroso
Jean Marlon Machado
Jennifer Rodrigues
João Pedro Goulart Cirone
Jorge Torres de Aguiar Neto
José Lucas Aguiar
Karla de Almeida Duarte Muniz

COMISSÃO APOIO (STAFF)

Larissa Frank Hartwig
Leonardo Peterson dos Santos
Letícia Alcazar
Letícia Borfe
Letícia Welser
Ligiane Fortes García
Lucas Fernando Correia Gomes
Manoela Ronnau
Marcelino Vicente

Maria José Tavares
Mariana Bório Xavier
Marina Guimarães Corrêa da Silva
Milena Andretti Piana
Milena Menezes Machado
Pietra Cazeiro Corrêa
Rafaela Gastal
Raquel Braga Rodrigues
Reginaldo da Silva Soares
Ricardo Teixeira Ferreira

Sabrina Petzold Werle
Tiago Ferreira
Verônica Almeida Oliveira
Vitória Scopel
William Vargas Paes
Yanne Antônio Soares

Promoção



Apoio





XIV Congresso Brasileiro de Atividade Física e saúde e II Feira de Ciência e Tecnologia e Inovação

AUTORES

Adroaldo Cezar Araujo Gaya¹

Anelise Reis Gaya¹

¹ Presidente do XIII Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Reconhecido com um dos mais importantes eventos científicos e pedagógicos na área das ciências da saúde no Brasil a Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde, o Programa de Pós-graduação em Ciências do Movimento Humano e a Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança da UFRGS promoveram a XIV edição do Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde e a II Feira de Ciência, Tecnologia e Inovação sobre Atividade Física e Saúde que realizou-se na cidade de Garopaba em Santa Catarina no período entre 25 e 28 de outubro de 2023.

Garopaba é um paraíso natural, localizada no litoral sul de Santa Catarina, sua história remonta aos tempos pré-coloniais quando era habitada por índios Carijós, caçadores coletores reconhecidos por serem habilidosos pescadores. No século XVIII, foram os portugueses provenientes da Ilha dos Açores seus primeiros colonizadores. No Século XIX tornou-se um centro econômico importante pela produção de charque que abastecia as regiões mineradoras e escravagistas.

No século XX, devido às suas belezas naturais o turismo se consolidou e a cidade se tornou um destino popular, principalmente durante o verão. Redescoberta nos anos 1970 por hippies e turistas mochileiros Garopaba, com suas belezas naturais em cenários de mar, areias, costões de pedras, lagoas, montanhas e rios tornou-se um ponto de encontro dos amantes dos esportes náuticos, de aventura e ecoturismo.

Foi neste cenário que o XIV Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde e a II Feira de Ciência Tecnologia e Inovação propôs discussões, e reflexões sobre a relevância dos espaços naturais como facilitadores de um estilo de vida ativo. Garopaba um lugar único para um encontro inesquecível.

O evento foi composto por palestras, mesas redondas, sessões de apresentação em poster e comunicação oral, rodas de conversa, feira de exposições e diversas atividades, atendendo a necessidade de ampliação das discussões baseadas em abordagens multidisciplinares para tratar dos principais temas da área. Foram aproximadamente 70 palestrantes convidados; pesquisadores do Brasil, Austrália, Chile, Espanha, Moçambique, Itália, Portugal e EUA.

A II Feira de Ciências – Tecnologia e Inovação em Atividade Física e Saúde constitui-se em uma atividade especial que teve como objetivo a inclusão na comunidade científica de alunos do ensino fundamental anos finais e ensino médio das redes privada, municipal, estadual e federal. Estamos convictos que um projeto de inclusão de práticas científicas nas escolas teve significativa relevância para a formação e consolidação de futuros pesquisadores.

Os municípios de Garopaba também estiveram presentes. Um conjunto de workshops e palestras foram direcionadas para essa população. Integrá-los também foi nosso objetivo. Ir além das fronteiras da comunidade científica e compartilhar conhecimentos e propiciar atividades para a promoção da saúde das populações.

Foram apresentados mais de 700 trabalhos em forma de apresentação oral e posters proporcionando uma ampla e diversificada visão sobre que estamos produzindo de conhecimento científico em nossas instituições de ensino superior e universitário na área da atividade física e saúde. Sem dú-



vidas nesta panóplia de estudos científicos, foi possível delinear o estado da arte do conhecimento científico na área de atividade física e saúde em nosso Brasil

Garopaba, a capital catarinense do surf, ofereceu aos congressistas uma excelente estrutura, além da cordialidade de sua gente, estão disponíveis restaurantes, bares, lancherias, cafés e sorveterias, pousadas e camping para

atender as diversas opções de seus visitantes e locais de encontros para curtir e dançar com boa música ao vivo.

Temos a convicção que oferecemos um encontro inesquecível que marcou indelével nossos corações. Obrigada a todos, que estiveram ao nosso lado ao longo desses dias. Muita gratidão e até breve em Porto de Galinhas no XV CBAFS.

Sumário

Atividade física e ambiente

- 2** Espaços e Equipamentos para a prática de atividade física na cidade de São Paulo: estudo ISA- Atividade Física e ambiente
Jader Correia de Lacerda, Elayne Silva de Oliveira, Guilherme Stefano Goulardins, Ítalo Vinícius Floriano de Paula, Alex Antonio Florindo
 - 3** Treinamento resistido ou com jogos virtuais para melhorar a mobilidade de idosos? Uma revisão sistemática com metanálise
Alessandra de Azevedo, Renata Wolf, Paulo Cesar Barauce Bento, Gleber Pereira
 - 4** Efeitos do treinamento de força realizado no estado de jejum comparado ao estado alimentado sobre a composição corporal de adultos jovens
Alexandra Vieira, Eduarda Rambo, Marcelo Guimarães, Ramiro Silva, Andressa Fergutz, Samuel Munhoz, Renato Colombelli, Rodrigo Macedo, Eduardo Cadore
 - 5** Desigualdades e mudanças na prática de atividade física durante a pandemia da COVID-19 em adultos brasileiros
Alexandre Augusto de Paula da Silva, Rodrigo Siqueira Reis, Guillermo Rosas, Deborah Salvo, Adriano Akira Ferreira Hino
 - 6** Análise da qualidade das ciclovias e sua relação com o uso de bicicleta em Florianópolis, SC
Alfredo Leopoldo Enrique Messenger Valenzuela, Adalberto Aparecido dos Santos Lopes, Marcos Rescarolli, Joris Pazin, Cassiano Ricardo Rech
 - 7** Interseccionalidades, estilo de vida e atividade física em estudantes universitários brasileiros: uma análise transversal com base no Índice *Jeopardy*
Aline Josiane Waclawovsky, Juliana Dias de Lima, Jéssica Plácido, Letícia Dalcerro, Andrea Camaz Deslandes, Felipe Barreto Schuch
 - 8** Percepção dos pais sobre o ambiente construído de lazer do bairro e a atividade física de pré-escolares: uma análise de redes complexas
Anastácio Neco de Souza Filho, Thayná Alves Bezerra, Paulo Felipe Ribeiro Bandeira, Clarice Maria de Lucena Martins
 - 9** Comparação do nível de atividade física de crianças e adolescentes do ensino fundamental entre os sexos e entre anos
Andressa Hilário Dias, Edson Bortolaci, Roselei Delziovo Sala, Alex Inacio Nunes, Lisiane Krolikovski da Silva, Ciro Romelio Rodriguez Añez
 - 10** Nível de atividade física dos universitários graduandos em educação física
Andressa Pereira Costa, Érica Luísa Patez Coelho, Sara Santos Sousa, Cláudio Bispo de Almeida, Welton Cardoso Júnior, Berta Leni Costa Cardoso
 - 11** Condições ambientais de praças públicas, em regiões com diferentes realidades socioeconômicas, como fator estimulador à prática da atividade física
Ângelo Cássio Magalhães Horn, Cintia Mussi Alvim Stocchero, Vera Lúcia Milani Martins, Daniel Ortiz Prado, Luciane Lemos da Silva
 - 12** Nível de atividade física e qualidade de vida de universitários
Berta Leni Costa Cardoso, Sara Santos Sousa, Érica Luísa Patez Coelho, Mércia Emanuelle Santos Furtuoso, Marijunio Rocha Pires, Luiz Humberto Rodrigues Souza
 - 13** Existe diferença nas crenças de medos e evitação relacionadas a prática de atividade física antes e durante a pandemia?
Betiane Moreira Pilling, Ingrid Santos, Marcelle Guimarães Silva, Cláudia Tarragô Candotti
 - 14** Nível de Atividade Física em Adultos: uma revisão sistemática e metanálise
Bruna Ramos, Matheus Taborda, Paulo Henrique de Araújo Guerra, Grace Angélica de Olivera Gomes, Adriano Akira Ferreira Hino
 - 15** A caminhabilidade e a distância da residência estão associadas ao deslocamento ativo para a escola em crianças?
Camila Suota, Josue Mendes dos Santos, Letícia Pechnicki dos Santos, Raquel Nichele de Chaves, Ciro Romelio Rodriguez Añez, Rogério César Fermino
 - 16** Associação entre prática de exercício físico no lazer e qualidade de vida relacionada à saúde em pacientes internados sob cuidados intensivos por COVID-19
Caroline Soares da Silva, Patrine Vargas, Edu Fiorin Schopf, Anne Ribeiro Streb, Jucemar Benedet, Giovanni Firpo Del Duca
 - 17** Disponibilidade de espaços públicos de lazer e nível de atividade física de escolares maranhenses: estudo descritivo
Cláudia Maria da Silva Vieira, Mateus Barros Frota de Carvalho, Susane Laís da Silva Chaves, Mariane Alves Silva
 - 18** Ambiente da vizinhança e comportamento sedentário no deslocamento e no lazer em mulheres de uma cidade do Sul do Brasil: uma análise multinível
Cristina Borges Cafruni, Marcos Pascoal Pattussi, Vanessa Backes, Juvenal Soares Dias da Costa, Maria Teresa Anselmo Olinto, Fernanda Souza de Bairros, Ruth Liane Henn
 - 19** Fatores associados a atividade física e a pandemia do COVID-19: estudo com profissionais da educação em escolas públicas de Macapá/AP
Danylo José Simões Costa, Isabele Pinheiro de Sousa, Márcia Kelly Fonseca da Costa, Felipe Fossati Reichert, Demilto Yamaguchi da Pureza
-

- 20** Desigualdades na prática de atividade física de adolescentes nas mesorregiões de Pernambuco
Diego de Melo Lima, Carlos Alberto Moreno Moya, Jose Henrique Arruda Nascimento, Jean-pierre Martins Carneiro da Silveira, Carla Meneses Hardman, Mauro Virgílio Gomes de Barros
- 21** Coordenação motora e fatores associados em crianças: diferenças consoante nível de coordenação
Douglas Vieira, Ingrid Kelly Alves dos Santos Pinheiro, Mablincy Thuany, Ângelo Negrão, Elenir Campelo Gomes, Thayse Natacha Gomes
- 22** Associação entre indicadores de qualidade de vida e comportamento sedentário baseado no tempo de tela em pacientes internados por COVID-19 após cuidados intensivos
Edu Fiorin Schopf, Cecília Bertuol, Deborah Kazimoto Alves, Caroline Soares da Silva, Patrine Vargas, Giovanni Firpo Del Duca
- 23** Influência dos padrões das características do ambiente percebido do bairro sobre a prática de atividade física em adolescentes: uma análise longitudinal
Eduarda Cristina da Costa Silva, Juliana Maria da Penha Freire Silva, Tayse Guedes Cabral, Ially Rayssa Dias Moura, Josélia dos Santos Almeida, José Cazuza de Farias Júnior
- 24** Percepção de segurança contra crimes e prática de atividade física em diferentes períodos do dia em idosos de Curitiba-PR
Eduardo Ferreira Medici, Adriano Akira Ferreira Hino, Rodrigo Siqueira Reis
- 25** Desempenho de indicadores de criminalidade no bairro para prever prevalências de deslocamento ativo para a escola entre crianças e adolescentes
Eduardo Silva de Macedo, Gilmar Mercês de Jesus, Rogério Tosta de Almeida, Juliana Silva e Silva, Lizziane Andrade Dias
- 26** Indicadores de caminhabilidade na cidade de São Paulo: resultados do estudo ISA Atividade Física e Ambiente
Elayne Silva de Oliveira, Jader Correia de Lacerda, Ítalo Vinícius Floriano de Paula, Guilherme Stefano Goulardins, Alex Antonio Florindo
- 27** Associação entre características do ambiente urbano e habilidade motoras fundamentais em crianças de uma cidade do nordeste brasileiro
Elvis Geanderson Lima do Vale, Rafael Martins da Costa, Anastácio Neco de Souza Filho, Clarice Maria de Lucena Martins, João Otacilio Libardoni dos Santos, Roseanne Gomes Autran
- 28** Alterações no treinamento de kangoo jump durante a pandemia da COVID-19
Emmanuel Souza da Rocha, Grazielle Abreu da Silva, Bruna Barroso, Salime Donida Chedid Lisboa, Julio Brugnara Mello
- 29** Diferenças no ambiente construído para atividade física em escolas rurais e urbanas de Feira de Santana- BA
Émylle Alves de Souza Lima, Lizziane Andrade Dias, Anna Karolina Cerqueira Barros, Lara Daniele Matos dos Santos Araujo, Gilmar Mercês de Jesus
- 30** Distância da região central e presença de espaços para atividade física em São José dos Pinhais, PR
Gabriel Bond Villordo, Jorge Royer Buchmann, Camila Suota, Rogério César Fermينو
- 31** Associação entre conhecimento de programas públicos de atividade física por brasileiros e a participação em atividades físicas - PNS 2019
Gabriela Remor, Daiane Bottamedi, Fernanda Castro Monteiro, Camila Emanuele Souza Silva, Thiago Sousa Matias
- 32** Estilo de vida de universitários em diferentes regiões do Brasil
Geisa Franco Rodrigues, Ferdinando Oliveira Carvalho, Wagner Jorge Ribeiro Domingues, Aline Mendes Gerage da Silva, Mariana Biagi Batista, Débora Alves Guariglia
- 33** Criminalidade urbana e o deslocamento ativo pedalando para a escola entre crianças e adolescentes
Gilmar Mercês de Jesus, Eduardo Silva de Macedo, Lizziane Andrade Dias, Anna Karolina Cerqueira Barros
- 34** Associação entre o número de crimes violentos registrados pela polícia e o deslocamento ativo para a escola entre crianças e adolescentes
Gilmar Mercês de Jesus, Raphael Henrique de Oliveira Araujo, Lívia do Nascimento Xavier, Anna Karolina Cerqueira Barros, Lizziane Andrade Dias
- 35** Diferenças regionais e de sexo no comportamento sedentário em universitários brasileiros avaliados durante a pandemia do COVID-19
Giovanna Piasentine, Ferdinando Oliveira Carvalho, Wagner Jorge Ribeiro Domingues, Aline Mendes Gerage da Silva, Mariana Biagi Batista, Débora Alves Guariglia
- 36** Mobilidade urbana da cidade de São Paulo-SP durante a pandemia de COVID-19
Guilherme Stefano Goulardins, Margarethe Thaisi Garro Knebel, Eduardo Quieroti Rodrigues, Alex Antonio Florindo
- 37** Prática pedagógica no formato virtual utilizada na pandemia da COVID-19
Henrique de Oliveira Arrieira, Mariângela da Rosa Afonso, Rodrigo Zanetti da Rocha, Franciéle da Silva Ribeiro, Cristina Lessa dos Santos Arrieira
- 38** O efeito da suplementação aguda com guaraná na percepção subjetiva de esforço no exercício físico
Igor Martins Barbosa, Gabriel Rigo Weber, Luiz Fernando Cuzzo Lemos, Ivana Beatrice Mânica da Cruz
-

- 39** As vias com ciclovias ou ciclofaixas são as mais usadas por ciclistas no centro de São Paulo?
Inaia Pignatti Teixeira, Margarethe Thaisi Garro Knebel, Alex Antonio Florindo
- 40** Políticas públicas em atividade física e comportamento sedentário na América do Sul
Ingrid Kelly Alves dos Santos Pinheiro, Mablíny Thuany, Clarice Maria de Lucena Martins, Raphael Henrique de Oliveira Araújo, Rafael Miranda Tassitano, Danilo Rodrigues Pereira da Silva
- 41** Mobilidade ativa, atividade física e estado nutricional de escolares: um estudo observacional no Vale do São Patrício
Iranés Oliveira-silva, Osvaldino Ferreira Nunes Júnior, Sérvulo Fernando Costa Lima, Alberto Souza de Sá Filho, Frederico Schutz Rabelo, Fábio Santana
- 42** Autopercepção da qualidade de vida e saúde mental dos servidores da rede federal de educação relacionados à prática de atividade física
Isabela Fernanda Rodrigues de Oliveira, Nicolli Godoi Pereira, Luís Fernando Monteiro, Eduardo Dias, Woska Pires da Costa, Priscilla Rayanne e Silva Noll, Matias Noll
- 43** Correlatos ambientais da atividade física no tempo livre em adultos e idosos brasileiros: uma revisão sistemática
Isabella Regina de Souza, Paulo Henrique Guerra, Thamires Gabrielly dos Santos Coco, Adriano Akira Ferreira Hino
- 44** Perfil de atividade física em adultos moradores do município de Águas Mornas, SC
Isadora Dalla Lana, Mateus Cardoso Fernandes, Licelli Amante Cardoso, Laura Loana da Silva, Cintia de La Rocha Freitas
- 45** Ruas de Lazer em Pelotas: do Modelo Lógico aos Processos de Planejamento e Execução do projeto
Italo Fontoura Guimarães, Vivian Hernandez Botelho, Gustavo Dias Ferreira, Matheus de Lima Weege, Inácio Crochemore Silva
- 46** O uso de espaços públicos abertos para à prática de atividade física durante a pandemia de COVID-19 entre idosos
Jânio Carlos Pessanha Coelho, Eleonora Dorsi, Tamara Hubler Figueiró, Danúbia Hillesheim, Kalil Janvion Bezerra Silva, Cassiano Ricardo Rech
- 47** Validade concorrente de dois métodos de avaliação de atividade física numa população peri urbana de Moçambique-Maputo
Jorge Alberto Croniel Uate, Timóteo Daca, Ivalda Macicane, Guilherme Morais Puga, António Prista
- 48** A relação entre barreiras e atividade física de lazer pode ser mediada pela percepção de ambiente?
Kalil Janvion Bezerra Silva, Gilciane Ceolin, Janio Carlos Pessanha Coelho, Eleonora D'orsi, Cassiano Ricardo Rech
- 49** Padrão de uso das academias ao ar livre da região central do RS
Kelly Christine Maccarini Pandolfo, Edineia de Brito, Michele Vieira Cezar, Cati Reckelberg Azambuja, Daniela Lopes dos Santos
- 50** Impacto da pandemia do COVID-19 na rotina de exercício físico de indivíduos adultos fisicamente ativos
Laura de Lima Silva, Lilian Adornes Silveira, Pedro Schons, Lucas Moraes Klein, Luiz Fernando Martins Kruehl, Artur Avelino Birk Preissler
- 51** Relação do nível de atividade física na imagem corporal de pacientes com síndrome pós-COVID-19
Leonardo Augusto Servino Fonseca, Júlia Cunha Santos Oliveira, Matheus Martins Moreira, Aline Dessupoio Chaves, Fernanda Machain Silva Tannus, Camila Bosquiero Papini, Valter Paulo Neves Miranda
- 52** Avaliação das relações do ambiente versus a prática de atividade física em um município de pequeno porte
Leonardo de Ross Rosa, Carlos Leandro Tiggemann, Simone Stülp
- 53** Parques públicos, níveis de atividade física e percepção dos usuários para a prática de atividade física na cidade de Lajeado-RS
Leonardo de Ross Rosa, Carlos Leandro Tiggemann, Simone Stülp
- 54** As variáveis psicossociais mediam a associação entre o nível socioeconômico a atividade física no lazer de adultos?
Letícia Dias Padua Pires, Alexandre Augusto de Paula da Silva, Adriano Akira Ferreira Hino, Rodrigo Siqueira Reis
- 55** Desenho urbano para idosos: investindo na qualidade das calçadas para criar ambientes amigáveis à caminhada
Marcos Rescarolli, Adalberto Aparecido dos Santos Lopes, Eleonora Dorsi, Cassiano Ricardo Rech
- 56** Clusters de atributos ambientais para o transporte de bicicleta na cidade de São Paulo, SP
Margarethe Thaisi Garro Knebel, Rildo de Souza Wanderley Júnior, Michele Santos da Cruz, Alex Antonio Florindo
- 57** Estilo de vida em universitários brasileiros: diferenças entre sexo, identidade de gênero e orientação sexual
Mariane Lamin Francisquinho, Ferdinando Oliveira Carvalho, Wagner Jorge Ribeiro Domingues, Aline Mendes Gerage da Silva, Mariana Biagi Batista, Débora Alves Guariglia
- 58** Tendência secular negativa da prática de caminhada em adolescentes: estudo comparativo entre 2007 e 2017/18
Mateus Augusto Bim, André de Araújo Pinto, Andreia Pelegrini

- 59 Uma revisão da literatura sobre a utilização da ferramenta *our voice* nos estudos sobre atividade física e espaços públicos de lazer
Matheus de Lima Weege, Werner de Andrade Müller, Inácio Crochemore-Silva
- 60 Influência da prática de atividade física na qualidade de vida de universitários e docentes com diagnóstico positivo para COVID-19
Nathalia Franco Alves, Sueyla Ferreira da Silva dos Santos, Giovana Góes Sant'ana, Ismael Forte Freitas Júnior
- 61 Macro-Level Factors Influencing the Physical Activity Behavior of Urban Settlements in Latin America and the Caribbean: A Theoretical Review
Raul David Gierbolini Rivera
- 62 Efeitos da prática de atividade física nas aulas de educação física nos indicadores de saúde mental de adolescentes
Reinaldo da Silva Souza, Thais Maria de Souza Silva, Jadson Marcio da Silva, Rodrigo de Oliveira Barbosa, Pedro Henrique Garcia Dias, Maria Carolina Juvenio Francisquini, Gêssika Castilho dos Santos, Antonio Stabelini Neto
- 63 Análises de custo-efetividade da implementação de ciclovias/ciclofaixas em São Paulo para prática de atividade física no lazer na pandemia de COVID-19
Rildo de Souza Wanderley Júnior, Flavia Mori Sarti, Flávio Renato Barros da Guarda, Bianca Mitie Onita, Caroline Ramos de Moura Silva, Inaian Pignatti Teixeira, Alex Antonio Florindo
- 64 Perfil e motivação de indivíduos praticantes de hiking e trekking
Roberta Castilhos Detanico Bohrer, Luis Tortato, Rafael Kubis, Nicolas Batista
- 65 Fatores determinantes do uso de modos ativos de deslocamento entre trabalhadores
Rodolfo Guimarães Silva, Silvio Henrique Vilela, Ibérico Alves Fontes, Gabriel Martins Arruda Sousa, Karla de Almeida Duarte Muniz, Ricardo Brandão de Oliveira
- 66 Efeito da cafeína no desempenho em um grupo de atletas homens treinados em corrida de endurance - resultados preliminares
Rodrigo Quevedo, Rodrigo Leal, Raquel Bender Lang, Gabriel Mayer Tossi, Emerson Fragoso, Cassiano Silva da Silva, Samuel Munhoz, Vitor Delavald, Nelson Fagundes, Alvaro Reischak de Oliveira
- 67 A capoeira nas ruas de Florianópolis, SC, e suas contribuições para a construção de um ambiente que promove saúde e bem-estar
Samara Escobar Martins, Alcyane Marinho
- 68 Percepção subjetiva de esforço e frequência cardíaca no treinamento intervalado de alta intensidade: bicicleta estacionária e *body work*
Sílvia Bandeira da Silva Lima, Beatriz Maria Lemes Gonçalves, Flávia Évelin Bandeira Lima Valério, Mariane Aparecida Coco, Bruna Camile Silva de Lima, Walcir Ferreira Lima
- 69 Perfil do estilo de vida dos participantes do COAFIS da UNEB - campus Guanambi, BA
Tarcísio Azevedo Lima, Genival Pinto dos Santos, Uelton Rick Nunes Gonçalves, Fábio Thomaz Melo, Mateus Carmo Santos, Berta Leni Costa Cardoso
- 70 Características ambientais de entorno escolar e níveis de aptidão física em crianças e adolescentes do município de Lagoa do Carro - PE
Tércio Araújo do Rêgo Barros, Cleydson Alexandre da Silva, João Victor Cavalcanti Fraga, Elissandra Cavalcante Brasil, Maria Eduarda Vidal da Silva, Victor Ferreira Lima
- 71 Will Artificial Intelligence reveal a covered reality or the preconceived notions of physical activity? The ChatGPT paradox
Thiago Sousa Matias
- 72 Aptidão aeróbia e neuromuscular de corredores recreacionais submetidos a 12 semanas de treino de sprints intervalados de alta intensidade
Victoria Emanuelli Dal Molin, Karina Alves da Silva, Ricardo Brandt
- 73 Como as condições climáticas influenciam a atividade física realizada em espaços públicos abertos?
Viviane Nogueira de Zorzi, Adalberto Aparecido dos Santos Lopes, Carla Elane Silva Godtsfriedt, Joris Pazin, Adriano Akira Ferreira Hino, Cassiano Ricardo Rech

Educação Física Escolar

- 75 Práticas de atividades recreativas sobre as capacidades físicas relacionadas a saúde em escolares
Amanda Alves da Silva, Thiago Mateus Batista Pinto, Ana Caroline Ferreira Campos de Sousa, Wesley Crispim Ramalho, Rafael Gomes Batista, Wannubya Caroline de Almeida Nobre Ramalho
- 76 Qual a percepção de pais e/ou responsáveis sobre os objetivos da Educação Física Escolar nos anos iniciais do Ensino Fundamental?
Camila Bressan Fogaça, Lisiane Schilling Poeta Fernandes, Bruna Barboza Seron, Michele Caroline de Souza Ribas
- 77 Conhecimento sobre o conteúdo musculação entre estudantes de um colégio de Guanambi-BA
Daniel de Jesus Torres, Adevaldo Felipe Oliveira Sobrinho, Yan Felipe Rodrigues dos Santos, Cláudio Bispo de Almeida, Aline Costa da Cruz, Marijunio Rocha Pires
- 78 Práticas Corporais de Aventura: uma proposta pedagógica para a Educação Física Escolar
Eduarda dos Passos Gonçalves, Francin Alexandrina Siqueira
- 79 O medo de avaliação social negativa e a autopercepção de aceitação social estão associados a autopercepção de competência atlética em crianças?
Glauber Carvalho Nobre, Maria Simone dos Santos Bezerra, Maria Clemílsia Coelho Gomes, Cleriene Pereira Gomes, Francisca Itamara Leandro Mendonça, Marcelo Gonçalves Duar

- 80** **Ninhos do rugby: caracterização dos participantes de um projeto de extensão com o tema rugby**
Igor André Correa Silveira, Pietra Cazeiro Corrêa, Marcelo Kopp Toescher, Camila Borges Müller, Rose Méri Santos da Silva, Eraldo dos Santos Pinheiro
- 81** **Envolvimento ativo de estudantes durante as aulas de educação física no ensino médio: inquérito estadual no Ceará, Brasil**
Isabela Natasha Pinheiro Teixeira, Wallingson Michael Gonçalves Pereira, Victor Hugo Santos de Castro, Allana Kelly Cerqueira Lima de Carvalho, Thalita Caroline Costa Façanha, Valter Cordeiro Barbosa Filho
- 82** **Educação física na educação infantil: a prática de atividade física desde os primeiros anos de vida**
Jennifer Rodrigues Silveira, Paola Cunha Maria
- 83** **Ideias e teorias de crianças de 5 a 6 seis anos de uma escola de Porto Alegre, RS, sobre o equilíbrio**
Jéssica Deisiane Scherer, Rodrigo Leal de Menezes, Samuel Munhoz, Jéssica do Nascimento Queiroz, Ivana Vidor Marques, Alvaro Reischak de Oliveira
- 84** **Percepções fisiológicas de crianças de 5 a 6 seis anos de uma escola de Porto Alegre, RS, após correrem**
Jéssica Deisiane Scherer, Samuel Munhoz, Thaiana Cirino Krolikowski, Êmerson Barata Fragoso, Ivana Vidor Marques, Alvaro Reischak de Oliveira
- 85** **Saúde dos pés de escolares: uma reflexão sobre o conhecimento dos pais e a escolha do calçado**
João Otacilio Libardoni dos Santos, Fabricio Lucio Neves de Lima, Mayza Batalha Mendonça de Lima, Basilio Coelho Bastos Neto, Endrel Rodrigues da Silva
- 86** **O trato da temática da saúde nas aulas de educação física no ensino médio no contexto da pós-graduação: uma revisão de escopo**
Joicy Ferreira da Silva, Evelyn Helena Corgosinho Ribeiro, Paulo Henrique de Araújo Guerra, Átila Alexandre Trapé
- 87** **Exercício intervalado de alta intensidade (HIIT) como estratégia de intervenção durante a aula de educação física: uma revisão sistemática**
Jorge Olivares Arancibia, Antonio Castillo Paredes, Rodrigo Nanjari Miranda, Rodrigo Yáñez Sepúlveda, Marianela Cataldo Guerra, Anelise Reis Gaya
- 88** **A percepção de professores sobre a promoção da saúde nas aulas de Educação Física**
Lis Maria Machado Ribeiro Bezerra
- 89** **Comparação dos determinantes afetivos entre escolares nas aulas de educação física**
Lucas Eduardo Rodrigues Santos, Maria Amanda de Araújo Barbosa, Ariel José do Nascimento, Conceição Rocha Damascena, Weydson de Lima do Nascimento Anastácio, Tony Meireles dos Santos
- 90** **Pelas vozes das crianças: o que pensam sobre as aulas de educação física?**
Luciana Chultes, Carolina Correia Selmo, Adroaldo Cezar Araujo Gaya, João Pedro Goulart Cirone
- 91** **Relação entre a autopercepção de competência em habilidades motoras e em aptidão física e a autopercepção de competência atlética em crianças**
Marcelo Gonçalves Duarte, Maria Emilly Barbosa, Maryanna Clemente de Souza, Francisco Marcelo Ferreira da Silva, Joelma Alves Coelho, Glauber Carvalho Nobre
- 92** **Evolução do estado nutricional em escolares em uma cidade do Meio Oeste catarinense a partir de 2020**
Marcos Adelmo dos Reis, Mauro Rogério dos Reis
- 93** **Participação nas aulas de educação física e o estágio de mudança de comportamento para a prática de atividade física de adolescentes**
Maria Júlia Freitas Lourenço e Simão, Murilo Gominho Antunes Correia Júnior, Maria Deisyelle Sibaldina da Silva Almeida, Caroline Ramos de Moura Silva, Mallú Dias Soares, Jorge Bezerra
- 94** **Existe relação entre o ângulo de fase derivado da impedância bioelétrica coma força muscular em meninos praticantes de futsal?**
Murylo Pitarello, Gabriel Luiz de Melo, Aryanne Hydeko Fukuoka, Ezequiel Moreira Gonçalves
- 95** **A percepção dos responsáveis relacionada ao projeto de extensão “Passada pro futuro”**
Pietra Cazeiro Corrêa, Igor André Correa Silveira, Marcelo Kopp Toescher, Camila Borges Müller, Rose Méri Santos da Silva, Eraldo dos Santos Pinheiro
- 96** **Aptidão física relacionada à saúde de escolares da zona rural**
Rodrigo Zanetti da Rocha, Gabriel Gustavo Bergmann, Franciéle da Silva Ribeiro, Henrique de Oliveira Arrieira
- 97** **Atividade física mediada pela motivação autodeterminada: resultados de um estudo de intervenção em escolares**
Sueyla Ferreira da Silva dos Santos, Elaine Fernanda Dornelas de Souza, Giovanna Goes Sant’ana, Rodrigo Godoy Carvache, Carlos Elias Carneiro Mendes, Ismael Forte Freitas Júnior
- 98** **Effectiveness of High-Intensity Games versus Moderate-Intensity Games on Cardiorespiratory Fitness in Children**
Tomás Reyes Amigo, Edgardo Mendoza, Felipe Sepulveda Figueroa

Atividade Física e inclusão

- 100** **O treinamento funcional pode influenciar nos aspectos físicos de pessoas com Parkinson? Um ensaio clínico randomizado controlado**
Alicia Garcia Lima, Jéssica Amaro Moratelli, Kettlyn Hames Alexandre, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

- 101** Um ensaio clínico randomizado de dança livre nos sintomas depressivos, na função sexual e na imagem corporal de mulheres submetidas à cirurgia do câncer de mama
Breno Hermes de Jesus, Juliana da Silveira, Leonessa Boing, Taysi Seemann, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães
- 102** Acampamento pedagógico, uma estratégia social
Eduardo Brunello
- 103** Exercício físico na redução de comportamentos problema e estereotipia em pessoas com transtorno do espectro autista - uma revisão de literatura
Felipe Ribeiro, Sarah Larissa Tavares, Paula Born Lopes
- 104** Existe associação entre o nível de atividade física e a percepção de dor de mulheres sobreviventes do câncer de mama?
Iamara Rodrigues Acosta, Victor Hugo Guessier Pinheiro, Bruno Ezequiel Botelho Xavier, Cristine Lima Alberton, Stephanie Santana Pinto
- 105** Quais os efeitos da dança livre e da dançaterapia na função sexual, no estado de humor e na autoestima de mulheres submetidas à cirurgia do câncer de mama? Um ensaio clínico randomizado
Juliana da Silveira, Leonessa Boing, Jéssica Amaro Moratelli, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães
- 106** O impacto do projeto atleta cidadão em uma escola municipal de tempo integral de Fortaleza - Ceará
Larissa Kelly Feijão Moura, Ana Beatriz Chaves Vasconcelos Batista, Maria Carolina Traina Gama
- 107** Manual pedagógico à professores de educação física escolar especial e saúde
Leonardo Cavalheiro Scarpatto, Felipe Marcondes Gonçalves, Orival Andries Júnior, Paula Teixeira Fernandes
- 108** Saúde da população negra e atividade física: uma revisão sistemática
Natália Clavelin Machado, Suellen Pontes Fontoura, Hyunde Nairóbi Santos Viegas da Silva, Jerri Luiz Ribeiro
- 109** Consumo de oxigênio de pico e força dinâmica máxima de membros inferiores de mulheres sobreviventes do câncer de mama
Pâmela Silva Cardozo, Luana Siqueira Andrade, Elisa Gouvêa Portella, Cristine Lima Alberton, Stephanie Santana Pinto
- 110** O Mat Pilates e seus efeitos na qualidade de vida, na fadiga e na imagem corporal de sobreviventes de câncer de cabeça e pescoço: um ensaio clínico randomizado
Patrícia Severo dos Santos Saraiva, Leonessa Boing, Danielly Yani Fausto, Alicia Garcia Lima, Vanessa Bellani Lyra, Adriana Azevedo Coutinho Guimarães

- 111** Quantidade de filhos, atividade física de lazer e o papel moderador da escolaridade entre mulheres da cidade de São Paulo, SP, Brasil
Tamires Roldão da Silva Leite, Margarethe Thais Garro Knebel, Michele Santos da Cruz, Evelyn Helena Corgosinho Ribeiro, Alex Antonio Florindo
- 112** Percepção dos professores sobre a importância da educação física escolar na interação social dos alunos com Síndrome de Down
Victória Fernandes Nascente, Mateus dos Santos Lima, Luiza do Amaral Braga, Brenda Rovel Dias, Lauren da Silva Prestes, Thábata Viviane Brandão Gomes

Atividade física/exercício físico, obesidade e doenças cardiometabólicas

- 114** Análise do tecido adiposo, em ratos wistar, adultos após treinamento físico e subsequente destreino
Alex Sander Souza de Souza, Gabriel de Moraes Siqueira, Rafael Bueno Orcy, Fabricio Boscolo Del Vecchio
- 115** Associação entre a frequência semanal da prática de musculação com composição corporal
Aline Alves da Luz, Diene da Silva Schlickmann, Munithle Moraes Eisenhardt, Patrícia Molz, Hildegard Hedwig Pohl, Silvia Isabel Rech Franke
- 116** Tempo de TV como discriminador de hipertensão arterial sistólica em idosos quilombolas
Aline Costa da Cruz, Claudio Bispo de Almeida, Deyvis Nascimento Rodrigues, Addressa Pereira Costa, Luiz Humberto Rodrigues Souza, Ricardo Franklin de Freitas Mussi
- 117** Status de peso em iniciantes de treinamento resistido
Aline Lima Guedes, Claudio Bispo de Almeida, Emile Rodrigues Santos, Marisa Brito Porto, Paulo Ricardo Souza Boto, Mateus Carmo Santos
- 118** Exercício físico modula a diversidade da microbiota intestinal e a inflamação em uma mulher com sequelas de COVID-19: Estudo de caso
Alisson Padilha de Lima, Larissa Tavares, Marilda Morais da Costa, Carolina Ferreira Nicoletti, Fabiana Braga Benatti
- 119** Efeito do treinamento combinado em desfechos cardiovasculares e antropométricos em participantes de um programa de prevenção e reabilitação cardiorrespiratória
Allana Andrade Souza, Juliana Pinto da Silveira, Marcelo Baggio do Amaral, Eduardo Braghini Johann, Mabel Diesel, Aline Mendes Gerage
- 120** Mudanças no padrão de movimento ao longo do dia na a gestação e dois anos após o parto em uma coorte brasileira
Andrea Wendt, Rafaela Costa Martins, Adriana Fk Machado, Luiza Ic Ricardo, Shana G Silva, Bruna Gc Silva

- 121** Comportamento das barreiras percebidas à prática de atividade física em um programa de treinamento multicomponente em adultos e idosos após infecção por COVID-19: Um ensaio clínico randomizado
Antonio Cleilson Nobre Bandeira, João Batista de Oliveira Junior, Marina Isolde Constantini, Maria Eduarda de Moraes Sirydakís, Aline Mendes Gerage, Rodrigo Sudatti Delevatti
- 122** Influência da ordem de execução dos exercícios aeróbio e de força nas respostas de carga interna e externa em indivíduos com fatores de risco cardiometabólico
Carlos Augusto de Sousa, Mabel Diesel, Lón Bogo Silva, Cíntia de La Rocha Freitas, Aline Mendes Gerage, Rodrigo Sudatti Delevatti
- 123** Efeito da ordem de execução do exercício combinado na resposta glicêmica aguda em mulheres na pós-menopausa com *diabetes mellitus* tipo 2: um estudo piloto
Caroline Pereira Garcês, Juliana Cristina Silva, Tássia Magnabosco Sisoneto, Nadia Carla Cheik, Guilherme Morais Puga
- 124** Associação entre estado nutricional e o nível de coordenação motora em crianças e adolescentes
Cássio Henrique Correia de Moura, Douglas Eduardo Ferreira Maia, Nayara de Souza Oliveira, Eduardo Magalhães Souto Maior, Tony Meireles dos Santos, Rafael dos Santos Henrique
- 125** Independent, stratified, and joint associations of sedentary time and physical activity with cardiovascular disease: a systematic review
Charles Phillipe de Lucena Alves, Otávio Amaral de Andrade Leão, Felipe Mendes Delpino, Gregore Iven Mielke, Eduardo Caldas Costa, Inácio Crochemore-silva
- 126** Tendência secular positiva do excesso de peso corporal em adolescentes: estudo comparativo entre 2007 e 2017/18
Clair Costa Miranda, Fernanda Ulsula de Souza, Isadora Gonzaga, Luiz Rodrigo Augustemak de Lima, André de Araújo Pinto, Andreia Pelegrini
- 127** Tempo de TV como discriminador de síndrome metabólica em quilombolas
Claudio Bispo de Almeida, Ricardo Franklin de Freitas Mussi, Suzi Silva Santana, Clayton Rocha Dourado, Berta Leni Costa Cardoso, Deyvis Nascimento Rodrigues
- 128** Tempo de TV como discriminador de triglicérides elevada em idosos quilombolas
Clayton Rocha Dourado, Claudio Bispo de Almeida, Ricardo Franklin de Freitas Mussi, Berta Leni Costa Cardoso, Marijunio Rocha Pires, Deyvis Nascimento Rodrigues
- 129** Relação entre indicadores de distúrbios do sono e parâmetros cardiovasculares em policiais militares do estado de São Paulo
Delso Honório da Silva Junior, Gustavo Oliveira da Silva, Adão Luiz do Monte, José Roberto de Moura, Hécio Kanegusuku, Raphael Mendes Ritti-dias, Ivani Credidio Trombetta, Marília de Almeida Correia
- 130** Tempo sentado como discriminador de circunferência de cintura elevada em homens quilombolas
Edivalda Domingues da Silva Lopes, Claudio Bispo de Almeida, Ricardo Franklin de Freitas Mussi, Suzi Silva Santana, Deyvis Nascimento Rodrigues
- 131** Efeitos do exercício físico combinado na saúde mental e variáveis antropométricas em adultos com sobrepeso/obesidade
Eduarda Valim Pereira, Marcos Paulo Campos Assis, Maria Eduarda Westrup Apolinário, Tifhany Santana do Nascimento, Débora Carla Chong-silva, Joni Marcio de Farias
- 132** Efeito de intervenção baseada em aplicativo de celular (pressão na boa) nos níveis de atividade física de adultos hipertensos
Eduardo Braghini Johann, Juliana da Silveira, Marcelo Baggio do Amaral, Cleilson Antonio Bandeira, Rodrigo Sudatti Delevatti, Raphael Ritti-dias, Breno Quintino Farah, Aline Mendes Gerage
- 133** Efeitos da música nas respostas cardiovasculares e percepção subjetiva de esforço em adultos submetidos ao exercício aeróbio: revisão sistemática com meta-análise
Émerson Barata Fragoço, Samuel Vargas Munhoz, Rodrigo Leal de Menezes, Gabriela Cristina dos Santos, Josianne Rodrigues Krause, Alvaro Reischak de Oliveira
- 134** Capacidade respiratória de iniciantes em treinamento resistido
Emile Rodrigues Santos, Aline Lima Guedes, Paulo Ricardo Souza Boto, Lariza Milane Costa Matos, Luiz Humberto Rodrigues Souza, Mateus Carmo Santos
- 135** Barreiras para a prática de atividade física dos participantes do centro de orientação em atividade física e saúde
Fábio Thomaz Melo, Cleiton Pereira dos Santos, Jairo da Silva Castro, Tarcísio Azevedo Lima, Aline Lima Guedes, Berta Leni Costa Cardoso
- 136** Parâmetros do sono de acordo com o risco para doença cardiovascular e a atividade física em idosos - um estudo transversal
Felipe Fank, Bruna da Silva Vieira Capanema, Maria Clara Trento, Gabriel de Aguiar Antunes, Ana Rafaela Rocha, Giovana Zarpellon Mazo
- 137** Reabilitação neurofuncional de membros superiores em pacientes com AVC crônico: um ensaio randomizado controlado
Fellipe Bandeira Lima, Amanda Santos, Pedro Deprá, Walcir Ferreira-lima, Sílvia Silva-lima, Flávia Bandeira-lima, Inês Albuquerque Mesquita, João Paulo Vilas-boas, Ricardo Fernandes, Cláudia Silva
- 138** Efeito de uma sessão de exercício aeróbico combinado com exercício resistido usando o peso corporal sobre a pressão arterial em indivíduos com hipertensão
Gabriel dos Santos Lemes, Lucas Betti Domingues, Vinicius Mallmann Schneider, Rodrigo Flores de Abreu, Leandro de Oliveira Carpes, Rodrigo Ferrari da Silva

- 139** Efeitos de um programa de exercício físico remoto supervisionado sobre a capacidade funcional de indivíduos com *diabetes mellitus* tipo 2: dados preliminares do estudo RED
Giovana Silveira Machado, Samara Nickel Rodrigues, Maurício Tatsch Ximenes Carvalho, Rodrigo Sudatti Delevatti, Cristine Lima Alberton
- 140** Relação entre nível de atividade física e capacidade funcional em pacientes com insuficiência venosa com ou sem úlceras
Gustavo Oliveira da Silva, Emely Kércia Brandão, Caroline Ferraz Simões, Marília de Almeida Correia, Raphael Mendes Ritti-dias, Wagner Jorge Ribeiro Domingues
- 141** Efeito do método pilates solo nas variáveis neurofisiológica e morfológicas de obesas recuperadas da COVID-19
Gustavo Willames Pimentel Barros, Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho, José Cristiano Faustino dos Santos, Alex Felix dos Santos, Heleodório Honorato dos Santos
- 142** Associação entre polifarmácia, atividade física e tempo sedentário em idosos: um estudo transversal
Isabela Karoliny Calixto de Souza, Yuri Alberto Freire, Francisco José Rosa-souza, Raissa de Melo Silva, Charles Phillippe de Lucena Alves, Eduardo Caldas Costa
- 143** Fatores associados à obesidade abdominal em adolescentes: uma perspectiva com base no modelo social-ecológico
Javiera Alarcón Aguilar, Maria Mylena Aguiar Lima, Carlos Moreno Moya, Carla Meneses Hardman, Daniel Rocha Queiroz, Mauro Virgílio Gomes de Barros
- 144** Pulsar: programa de reabilitação cardiovascular e metabólica
Jéssica Luana Dornelles da Costa, Éricles Casagrande, Carlos Leandro Tiggemann
- 145** Efeito de um programa de treinamento combinado na capacidade funcional de idosos com risco cardiometabólico
Juliana Pinto da Silveira, Carlos Augusto de Sousa, Jackeline Correia, Lión Bogo Silva, Antônio Cleilson Nobre Bandeira, Aline Mendes Gerage
- 146** Nível de atividade física e indicadores antropométricos de adultos residentes no Sudoeste da Bahia
Keilla Sousa Brandão, Jean Lucas Alves Caires, Marijunio Rocha Pires, Jean Sousa Almeida, Lázaro Silva Souza, Jeiza Márcia Alves Chagas
- 147** Aplicativo de saúde móvel para hipertensos: uma proposta interdisciplinar de orientação nutricional e exercício físico
Layane Costa Saraiva, Izabelle Silva de Araujo, Alisson Amorim Siqueira, Wilkslam Alves de Araújo, Lis Maria Machado Ribeiro Bezerra, Ferdinando Oliveira Carvalho
- 148** Uso do smartphone como alternativa para melhorar a prática de exercício físico, alimentação e aptidão física de hipertensos: ensaio clínico randomizado
Layane Costa Saraiva, Izabelle Silva de Araujo, Lis Maria Machado Ribeiro Bezerra, Ferdinando Oliveira Carvalho
- 149** Associação entre os parâmetros de saúde e o desempenho físico em Policiais Rodoviários Federais do estado do Ceará
Layla Maciel dos Santos, Paulo de Tasso Alencar dos Santos, Maria Carolina Traina Gama, Edson Silva Soares, Cíntia Ehlers Botton
- 150** Relações do excesso de peso com prematuridade, peso ao nascer e aleitamento materno em escolares de zona urbana e rural
Letícia de Borba Schneiders, Javier Brazo-sayavera, Anelise Reis Gaya
- 151** Efeitos agudos do exercício intervalado e exercício contínuo nos hormônios relacionados ao apetite: uma revisão sistemática
Letícia Uliana Brandalise, Eduardo Borges Flores, Enzo Guerra, Rochelle Rocha Costa, Luiz Fernando Martins Kruehl
- 152** Desfechos neuromusculares e respiratórios como preditores de fadiga após quadros severos a críticos de COVID-19: um estudo transversal
Licelli Amante Cardoso, Fernanda Rodrigues Fonseca, Mabel Diesel, Cíntia de La Rocha Freitas, Rosemeri Maurici da Silva, Rodrigo Sudatti Delevatti
- 153** Nível de atividade física de pessoas com doenças crônicas não transmissíveis: uma revisão sistemática de estudos nacionais
Lucas Cordeiro Schiavon, Grace Angélica de Oliveira Gomes, Lorena Jorge Lorenzi, Isabella Regina de Souza, Paulo Henrique Guerra, Adriano Akira Ferreira Hino
- 154** Contribuição da atividade física doméstica nas associações entre atividade física e fatores de risco cardiometabólicos a partir da Pesquisa Nacional de Saúde 2019
Luciana Leite Silva Barboza, Ellen Caroline Mendes da Silva, Danilo Rodrigues Pereira da Silva, Luiz Guilherme Grossi Porto
- 155** Maternal physical activity patterns in the 2015 Pelotas Birth Cohort: from preconception to postpartum
Luciana Tornquist, Debora Tornquist, Gregore Iven Mielke, Mariângela Freitas da Silveira, Pedro Curi Hallal, Marlos Rodrigues Domingues
- 156** Estimativa do gasto de energia durante o treino funcional através de acelerômetros triaxiais usados em diferentes locais do corpo
Lucilia Bernardino Mangona, Guilherme Rodrigues, Wualce Monteiro, Antônio Prista, Paulo Farinatt, Iedda Almeida Brasil

- 157** Nível de atividade física de adultos com doenças cardiometabólicas residentes no Sudoeste da Bahia
Luís Fernando Mendes Teixeira, Luiz Humberto Rodrigues Souza, Claudio Bispo de Almeida, Jean Sousa Almeida, Lázaro Silva Souza, Victória Silva Midlej Ribeiro
- 158** Potenciais benefícios do Açaí associado ao exercício físico na saúde do coração: uma revisão sistemática
Luiz Paulo Freitas Dias Junior, Lucila Silva da Silva, Lucieli de Castro Elói
- 159** Atividade física e risco cardiovascular em pessoas vivendo com HIV no estado de Alagoas: análises preliminares de estudo transversal
Luiz Rodrigo Augustemak de Lima, Marcilene Glay Viana Pessoa, Marylia Santos Pereira, Maria Cristiane Ferreira de Souza Araújo, Luciana Costa Melo
- 160** Efeitos de 24 semanas treinamento multicomponente sobre a gordura corporal de indivíduos em reabilitação da COVID-19: COVID-19 and REhabilitation Study (CORE-Study)
Mabel Diesel, Larissa Schlösser, Mariana Papini Gabiatti, Cíntia de La Rocha Freitas, Fernanda Hansen, Rodrigo Sudatti Delevatti
- 161** Massa corporal, massa muscular esquelética, percentual de gordura e área de gordura visceral: qual a relação com a aptidão cardiorrespiratória em trabalhadores rurais?
Maiara Helena Rusch, Elias Augusto Schaefer, Patrik Nepomuceno, Miriam Beatriz Reckziegel, Silvia Isabel Rech Franke, Hildegard Hedwig Pohl
- 162** Uso da funcionalidade de monitoramento da pressão arterial e da atividade física em uma intervenção baseada em um aplicativo de celular - Pressão na Boa - em hipertensos
Marcelo Baggio do Amaral, Eduardo Braghini Johann, Juliana Pinto da Silveira, Antonio Cleilson Nobre Bandeira, Aline Mendes Gerage
- 163** Gasto energético durante uma sessão de Pilates: revisão sistemática
Maria Clara Fagundes Lucio, Gleice Beatriz Batista Vitor, Rafaela Almeida Gonçalves, Laís Campos de Oliveira, Raphael Gonçalves de Oliveira
- 164** Tempo em exercício acima do limiar de variabilidade da frequência cardíaca durante o exercício de caminhada realizado com intensidade autosselecionada em pacientes com doença arterial periférica
Max Duarte de Oliveira, Hélcio Kanegusuku, Tiago Peçanha, Deivide Rafael Gomes de Faria, Nelson Wolosker, Marília de Almeida Correia, Raphael Mendes Ritti-dias
- 165** Alterações comportamentais durante a pandemia de COVID-19 e o excesso de peso entre crianças e adolescentes
Mayva Mayana Ferreira Schrann, Laís Pinto da Silva Tosta, Livia do Nascimento Xavier, Lara Daniele Matos dos Santos Araujo, Gilmar Mercês de Jesus
- 166** Percepção da imagem corporal dos acadêmicos do curso de educação física relacionado ao nível de atividade física
Mércia Emanuelle Santos Furtuoso, Érica Luísa Patez Coelho, Sara Santos Sousa, Clayton Rocha Dourado, Aline Costa da Cruz, Berta Leni Costa Cardoso
- 167** Do obese patients undergoing bariatric surgery modify their objectively measured physical activity? A systematic review and Meta-analysis
Michael Pereira da Silva, Murilo Bastos, Camila Gonsalves, Bruno Pedrini de Almeida, Timothy Gustavo Cavazzotto
- 168** Prevalência de inatividade física em adultos com multimorbidade na cidade de Pelotas-RS
Milena Trindade Domingues, Werner de Andrade Müller, Italo Fontoura Guimarães, Lílian Munhoz Figueiredo, Felipe Mendes Delpino, Inácio Crochemore Mohnsam da Silva
- 169** Prevalência de risco cardiovascular entre homens e mulheres praticantes de exercício físico em academia
Munithale Moraes Eisenhardt, Diene da Silva Schlickmann, Aline Alves da Luz, Hildegard Hedwig Pohl, Patrícia Molz, Silvia Isabel Rech Franke
- 170** Comparação da hipotensão pós-exercício de uma sessão de *beach tennis* jogada individualmente e em duplas em mulheres
Nathalia Nunes Jung, Leandro de Oliveira Carpes, Lucas Betti Domingues, Rodrigo Flores de Abreu, Paula de Azevedo Frank, Rodrigo Ferrari da Silva
- 171** Gordura visceral em inciantes de treinamento resistido
Paulo Ricardo Souza Boto, Aline Lima Guedes, Emile Rodrigues Santos, Andressa Pereira Costa, Marijunio Rocha Pires, Mateus Carmo Santo
- 172** Parâmetros de saúde e estilo de vida em dois períodos da pandemia de COVID-19 na doença arterial periférica: comparação entre homens e mulheres
Renan Costa, Gustavo Silva, Juliana Carvalho, Gabriel Cucato, Nelson Wolosker, Raphael Mendes Ritti-dias, Marília Correia, Hélcio Kanegusuku
- 173** Associação entre força e qualidade muscular com a capacidade funcional em pacientes no pós cirúrgico bariátrico tardio
Ricardo Moreno Lima, Gustavo Neves Gomes, Marvery Peterson Duarte, Kenia Mara Baiocchi de Carvalho, Eliane Said Dutra, Martim Bottaro

- 174** Percepção do estilo de vida de adultos no período pré cirurgia cardíaca
Ricardo Pauli Lautert, Ezequiel Cazarotto, Mari Ângela Gaedke, Miriam Beatris Reckziegel
- 175** Efeito de um mesociclo de treinamento combinado na hipotensão pós-exercício em idosos com hipertensão arterial
Rodrigo Flores de Abreu, Vinicius Mallmann Schneider, Lucas Betti Domingues, Gabriel dos Santos Lemes, Leandro de Oliveira Carpes, Rodrigo Ferrari
- 176** O exercício aeróbico intervalado de alta intensidade atrasa a recuperação de índices da variabilidade da frequência cardíaca quando comparado ao exercício aeróbico contínuo de moderada intensidade: uma revisão sistemática com metanálise
Rodrigo Leal de Menezes, Josianne Rodrigues-krause, Gabriela Cristina dos Santos, Jéssica do Nascimento Queiroz, Cassiano Silva da Silva, Alvaro Reischak-oliveira
- 177** Comparação de hipertensos não dippers e dippers nas variáveis de pressão arterial ambulatorial, marcadores vasculares e de inflamação após diferentes protocolos de treinamento físico
Samuel Vargas Munhoz, Emerson Barata Fragoso, Rodrigo Leal de Menezes, Francesco Pinto Boeno, Thiago Rozales Ramis, Bruno Costa Teixeira, Álvaro Reischak de Oliveira
- 178** Indivíduos inativos têm pior qualidade da dieta: resultados de estudos de base populacional
Susana Cararo Confortin, Antônio Augusto Schäfer, Samuel de Carvalho Dumith, Fernanda Oliveira Meller
- 179** Fatores associados à hipertensão arterial em idosos brasileiros
Tainane Santana Xavier, Roberto Jerônimo dos Santos Silva, Ikaro Daniel de Carvalho Barreto, Luria Melo de Lima Scher
- 180** Nível de atividade física e fatores associados em pessoas com *diabetes mellitus* tipo 2 no interior do Amazonas
Tiago Assunção dos Santos Farias, Lucas Santos Fernandes, Johrdy Amilton da Costa Braga, James Dean Oliveira dos Santos Júnior, Hércules Lázaro Morais Campos, Elisa Brosina de Leon
- 181** Nível de atividade física e satisfação corporal de mulheres residentes no Sudoeste da Bahia
Vanilda Batista Ribeiro, Matheus Fernando Pereira Alves, Berta Leni Costa Cardoso, André de Oliveira Lacerda, Rogério Amorim dos Santos, Victória Silva Midlej Ribeiro
- 182** Diferenças entre os sexos na avaliação da percepção subjetiva de esforço em diferentes exercícios de força com o peso corporal
Vinicius Mallmann Schneider, Leandro de Oliveira Carpes, Lucas Betti Domingues, Rodrigo Ferrari da Silva

- 183** A atividade física durante a gestação pode influenciar no ganho de peso gestacional e na retenção do peso após o parto? Estudo prospectivo em uma coorte de nascimentos
Werner de Andrade Müller, Andrea Wendt, Gregore Iven Mielke, Inácio Crochemore-silva, Marlos Rodrigues Domingues
- 184** Relação da prática esportiva com espessura arterial e adiposidade corporal de adolescentes: ABCD growth study
Wesley Torres, Jacqueline Bexiga Urban, Ana Elisa Von Ah Morano, Isabella Neto Exupério, Eduardo Duarte de Lima Mesquita, Rômulo Araújo Fernandes

Atividade física e saúde mental, desempenho escolar e cognição

- 186** Correlação entre pressão arterial, frequência cardíaca e função cognitiva em pacientes com doença arterial periférica: um estudo transversal
Adão Luís do Monte, Paolo Marcello Cunha, Hélcio Kanegusuku, Marília de Almeida Correia, Nelson Wolosker, Raphael Mendes Ritti Dias
- 187** Comparação da estrutura de rede das funções executivas e autorregulação em pré-escolares de diferentes idades: uma abordagem bayesiana
Ana Clara Cassimiro Nunes, Morgana Alves Correia da Silva, Janielle de Oliveira Albuquerque, Jessica Gomes Mota, Clarice Maria de Lucena Martins, Paulo Felipe Ribeiro Bandeira
- 188** Associações entre qualidade de vida e controle inibitório em crianças escolares
Ana Paula Morais Martins Quintella, Mizael Carvalho de Souza, Mauro Roberto de Souza Domingues, Renan Wallace Guimarães da Rocha, João Bento-torres
- 189** Associação da atividade física, do comportamento sedentário e do sono com a ansiedade social em adolescentes
Andresa Amorim de Lima, Karoline Barreto da Silva, Thais Maria da Silva, Shirley Jacklanny Martins de Farias, Rubenytta Martins Podmelle, Carla Meneses Hardman
- 190** Nível de atividade física e sintomas depressivos em mulheres residentes no Sudoeste da Bahia
Andressa Pereira Costa, Aline da Silva Adães Motta, Aline Costa da Cruz, Jeiza Márcia Alves Chagas, Jaianne Oliveira Leão Silva, Esther Gusmão Mendes
- 191** Associação do estilo de vida com sintomas de ansiedade em estudantes universitários: resultados do estudo piloto MENTAL-UNI
Angel Fonseca da Silva, Aline Josiane Waclawovsky, Debora Tornquist, Eduarda Bitencourt dos Santos, Jénifer de Oliveira, Julia Amaral Teixeira, Felipe Barreto Schuch
- 192** Associação entre sintomas de ansiedade, estresse e depressão e níveis de atividade física moderada/vigorosa em adultos de meia-idade e idosos
Bruna Perez Costa Lima, Andressa de Oliveira Araújo, Gledson Tavares de Amorim Oliveira, Maristela Linhares dos Santos, Hassan Mohamed Elsangedy

- 193** Uma proposta de formação docente: “Por salas de aula fisicamente ativas!”
Cintia Mussi Alvim Stocchero, Ângelo Cássio Magalhães Horn, Gyovanna Schmitt, William Axl Espíndola, Matheus Borges Manso, Arianny Bairos
- 194** Aptidão física auto reportada e desempenho acadêmico de adolescentes espanhóis
Clair Rezende Fontana, Henrique dos Santos Monteiro, Letícia de Borba Schneiders, Rafaela Cavalheiro do Espírito Santo, Anelise Reis Gaya, José Francisco Lopez-gil
- 195** Atividade física e sintomas depressivos em adolescentes do Instituto Federal do Maranhão
Cláudia Maria da Silva Vieira, Mateus Barros Frota de Carvalho, Eilane Emanuelle Rodrigues da Silva Maria, Carolyne Jacauna Oliveira Silva, Ana Luiza de Castro Cruz, Mara Jordana Magalhães Costa
- 196** Associação do estilo de vida com sintomas depressivos em estudantes universitários: achados do estudo piloto MENTAL-UNI
Debora Tornquist, Aline Josiane Waclawovsky, Maria Eduarda Adornes Guimarães, Jêniifer de Oliveira, Julia Amaral Teixeira, Felipe Barreto Schuch
- 197** Associação entre sintomas depressivos e comportamento sedentário mentalmente ativo e passivo em pessoas com sintomatologia depressiva
Deborah Kazimoto Alves, Cecília Bertuol, Victor Celestino Pires, Antônio Cleilson Nobre Bandeira, Juliana Pinto da Silveira, Giovani Firpo Del Duca
- 198** Mediação da aptidão cardiorespiratória na relação entre índice de massa corporal e desempenho acadêmico
Douglas Eduardo Ferreira Maia, Noadia Noadia Maria Guimarães da Silva, Victor Ferreira Lima, Gabrielle Ceci Costa Couceiro, Thaliane Mayara Pessoa dos Prazeres, Rafael dos Santos Henrique
- 199** Estilo de vida e problemas de sono em estudantes universitários
Eduarda Bitencourt dos Santos, Aline Josiane Waclawovsky, Angel Fonseca da Silva, Julia Amaral Teixeira, Maria Eduarda Adornes Guimarrães, Felipe Barreto Schuch
- 200** Revisão de estudos epidemiológicos sobre atividade física e saúde mental na pandemia de COVID-19
Eduarda Bitencourt dos Santos, Aline Josiane Waclawovsky, Felipe Barreto Schuch
- 201** Comparação da teoria da autodeterminação entre universitários praticantes e não praticantes de exercício físico
Eduarda Eugenia Dias de Jesus, Pedro Jorge Cortes Moraes
- 202** Impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental e física em estudantes Sul-brasileiros de Pós-graduação
Elisa Bertoletti, Adroaldo Cezar Araújo Gaya, Mauro Castro Ignácio
- 203** Associação entre atividade física e domínio cognitivo do letramento corporal de escolares de Lagoa do Carro - PE
Ellisandra Cavalcante Brasil, Maria Eduarda Vidal da Silva, Ilana Santos Oliveira, Gabrielle Ceci Costa Couceiro, Dryelle Saile Santos Melo, Rafael dos Santos Henrique
- 204** “Examinando los efectos agudos de la natación en el rendimiento cognitivo: el papel del nivel de experiencia”
Fernanda Henriquez, Rodrigo Cauas, Ignacio Castillo, Carlos Cristi-montero
- 205** Associação entre imagem corporal e saúde mental em adolescentes: uma questão social
Frederico Schutz Rabelo, Sandro Legey, Sérgio Machado, Patricia Sardinha Leonardo, Irsané Oliveira Silva, Alberto Souza de Sá Filho
- 206** Comparação do controle inibitório de acordo com o atendimento das diretrizes de comportamentos de movimento de 24 horas em universitários
Gabriel Motta Albertuni, Leonardo Alex Volpato, Mileny Caroline Menezes de Freitas, Julio Cesar da Costa, Marcelo Romanzini, Enio Ricardo Vaz Ronque
- 207** Efeitos agudos de exercícios na função executiva em jovens adultos universitários
Geovana Pires Rodrigues, Marcelo Couto Jorge Rodrigues, Tauany Garcia Marra, Else Saliés Fonseca, Eduardo de Paula Amorim Borges, Gustavo de Conti Teixeira Costa
- 208** Associação entre atividade física, comportamento sedentário e a função executiva em pré-escolares com boa e má qualidade de sono, à luz dos sistemas de redes complexas
Géssica de Oliveira Silva, Lucas Leodônio Sousa da Silva, Pedro Henrique de Oliveira Silva, Augusto Predetti, Anastácio Neco de Souza Filho, Thayná Alves Bezerra
- 209** Associação da atividade física no lazer com indicadores de saúde mental em adolescentes brasileiros - Pense 2019
Gillianne Crystina dos Anjos Cardoso, Rafael Martins da Costa, Rafaela Batista Brasil, Maria Lionela do Nascimento Froz, Roseanne Gomes Autran
- 210** Entropia de rede das funções executivas de meninos e meninas: um estudo comparativo
Hudson Morais Sousa, Glacithane Lins da Cunha, Morgana Alves Correia da Silva, Natali Pereira da Silva, Tamires Mendes Silva, Paulo Felipe Ribeiro Bandeira
- 211** Efeito do exercício físico em casa na qualidade de vida e do sono de estudantes do sexo feminino durante o distanciamento social da COVID-19
Jéssica Caroline Silva Aguiar, Aline Santana Bomfim, Angelica Miki Stein, Iane de Paiva Novais

- 212** Mídia jornalística e questões relacionadas a qualidade de vida, atividade física e saúde mental de adolescentes diante do cenário da pandemia da COVID-19
João Francisco Lins Brayner Rangel Junior, Marcela Claudia de Paula Oliveira, Emilia Chagas Costa, Lygia Maria Pereira da Silva, Livia Novaes Vieira Barbosa, Mauro Virgilio Gomes de Barros, José Henrique Cavalcanti Mota Filho, Marco Aurelio de Valois Correia Junior
- 213** Uso do tempo livre e indicativos de Transtorno do Desenvolvimento da Coordenação (TDC): estudo preliminar entre escolares
João Lima de Oliveira Filho, Sarah Moreira da Silva, Kariane Rocha Menezes, Valdinei de Freitas Rodrigues, Maria de Fátima Jesus dos Santos, Jorge Lopes Cavalcante Neto
- 214** A trajetória de atividade física está associada à incidência de comprometimento cognitivo leve? Resultados da coorte EpiFloripa Idoso
Joel de Almeida Siqueira Junior, Francisco Timbó de Paiva Neto, Eleonora D'orsi, Cassiano Ricardo Rech
- 215** Mediação da qualidade de vida na relação entre a insatisfação com a imagem corporal e o transtorno de ansiedade em mulheres em hormonioterapia para o câncer de mama
Josefina Bertoli, Sueyla Ferreira da Silva dos Santos, Cíntia de La Rocha Freitas, Licelli Amante Cardoso, Ismael Forte Freitas Júnior
- 216** Avaliação do paradigma fit but fat e seu impacto no rendimento cognitivo acadêmico em adolescentes chilenos
Juan Pablo Espinoza Puelles, Humberto Peña, Sofia de La Maza, Carlos Cristi-montero
- 217** Associação do estilo de vida e risco de suicídio em estudantes universitários: resultados do estudo piloto MENTAL-UNI
Julia Amaral Teixeira, Débora Tornquist, Aline Josiane Waclawovsky, Maria Eduarda Guimarães, Jêniifer de Oliveira, Felipe Barreto Schuch
- 218** Comportamento de sintomas depressivos e qualidade do sono de praticantes de modalidade convencional versus praticantes de duas modalidades não convencionais em 16 semanas (MALTS)
Juliane Bregalda, Angelica Danielevicz, Maria Eduarda de Moraes Sirydakias, Herber Orlando Benitez, Cíntia de La Rocha Freitas, Rodrigo Sudatti Delevatti
- 219** Is it enough just to move? The moderation role of gross motor development level in the association between girls physical activity and cognition
Júlio Brugnara Mello, Nataly Guerra, Benjamín Anguita, Catalina Lobos, Juan Hurtado, Jacqueline Paez
- 220** Atividade física reduziu a incidência de sintomas de ansiedade durante a pandemia de COVID-19: dados da coorte PAMPA, Brasil
Larissa Leal da Cunha, Natan Feter, Eduardo Lucia Caputo, Jayne Santos Leite, Airton José Rombaldi
- 221** Fatores associados à saúde mental de estudantes do ensino médio de uma Instituição Federal de Ensino
Lázaro Furtado Carrilho Neto, Michele Fernandes Valadão, Woska Pires da Costa, Priscilla Noll, Matias Noll
- 222** A associação da atividade física à melhor percepção da memória em trabalhadores de uma universidade pública
Leandro Quadro Corrêa, Pâmela Moraes Volz, Rinelly Pazinato Dutra, Yasmin Marques Castro, Natan Feter
- 223** Associação entre tempo despendido nos comportamentos de movimento fora da escola e a função executiva de pré-escolares de baixa renda
Lucas Leodônio Sousa da Silva, Géssica de Oliveira Silva, Maria José de Souza Neta, Pâmela Hérica Nunes Martins, Anastácio Neco de Souza Filho, Thayná Alves Bezerra
- 224** A associação da inatividade física com a dor e sintomas depressivos em alunos universitários
Lucas Saboya Amora, Ana Beatriz Chaves de Oliveira, Felipe Barreto Schuch, Fabianna Resende de Jesus Moraleida
- 225** Relação entre nível de atividade física e estresse em homens residentes no interior da Bahia
Luís Fernando Mendes Teixeira, Fábio Thomaz Melo, Berta Leni Costa Cardoso, André de Oliveira Lacerda, Rebeca Aragão Gomes de Jesus, Gildásio Oliveira Araújo
- 226** Efeito agudo de dois protocolos de HIIT no controle inibitório em crianças com sobrepeso e eutrofos: estudo randomizado cruzado
Luiz Paulo Freitas Dias Junior, Ellen Rose Leandro Ponce de Leão, Lucila Silva da Silva, Luan Bezerra Moraes, Anderson Levy Mardock Corrêa Júnior, João Bento Torres
- 227** Associação da aptidão física com sintomas ansiedade em estudantes universitários: achados do estudo piloto MENTAL-UNI
Maria Eduarda Adornes Guimarães, Debora Tornquist, Eduarda Bitencourt dos Santos, Jêniifer de Oliveira, Angel Fonseca da Silva, Felipe Barreto Schuch
- 228** Atividade física e domínio psicológico do letramento corporal de escolares de Lagoa do Carro - PE
Maria Eduarda Vidal da Silva, Elissandra Cavalcante Brasil, Jéssica Gomes Gonçalves, Victor Ferreira Lima, Rostand de Souza Lira Filho, Rafael dos Santos Henrique
- 229** Estrutura de redes da associação entre funções executivas e competência motora percebida em pré-escolares
Maria Izabel da Silva Costa, Francisco Mateus Almeida Oliveira, Morgana Alves Correia da Silva, Glacithane Lins da Cunha, Janielle de Oliveira Albuquerque, Paulo Felipe Ribeiro Bandeira

- 230** Associação entre características sociodemográficas, sono e função executiva em pré-escolares de baixa renda
Maria José Maciel de Souza Neta, Pâmela Hérica Nunes Martins, Pedro Henrique de Oliveira Silva, Willian Alves da Silva, Anastácio Neco de Souza Filho, Thaynã Alves Bezerra
- 231** Associação da prática de atividade física e saúde mental entre estudantes universitários: estudo PADU-Multicêntrico
Mariana Cassemira Aparecida Vidigal, Luiz Antônio Alves de Menezes Júnior, Waléria de Paula, Adriana Lúcia Meireles
- 232** Transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e prática de atividade física: um estudo quanti-qualitativo
Mariana Serafim Nascimbem, Cássio de Miranda Meira Junior
- 233** Associação entre controle inibitório, atividade física moderada e vigorosa e volume de passos em sujeitos fisicamente inativos
Maristela Linhares dos Santos, Bruna Perez Costa Lima, Hassan Mohamed Elsangedy, Gledson Tavares de Amorim
- 234** Associação entre inatividade física, tempo prolongado de tela e indicadores percebidos saúde e qualidade de vida entre professores na pandemia da COVID-19: um estudo transversal
Mayra Nascimento Matias de Lima, Gledson Tavares Amorim Oliveira, Andressa de Oliveira Araújo, Lucas Camilo Pereira, Thais Cevada, Nayra Suze Souza e Silva, Ricardo Santos Oliveira, Rosângela Ramos Veloso Silva, Felipe Vogt Cureau, Hassan Mohamed Elsangedy
- 235** Associação longitudinal de depressão e a prática de atividades físicas de lazer e trabalho em adultos residentes em São Paulo, SP, Brasil
Michele Santos da Cruz, Margarethe Thaisi Garro Knebel, Alex Antonio Florindo
- 236** Associação entre comportamento de movimento 24 horas e funções executivas em crianças pré-escolares de baixa renda: uma perspectiva de redes bayesianas
Michelly Arruda Alencar, Morgana Alves Correia da Silva, Maria Izabel da Silva Costa, Ana Clara Cassimiro Nunes, Tamires Mendes Silva, Paulo Felipe Ribeiro Bandeira
- 237** Comparação da estrutura de redes das habilidades cognitivas e autorregulação entre meninos e meninas: análises de redes bayesianas
Morgana Alves Correia da Silva, Michelly Arruda Alencar, Maria Izabel da Silva Costa, Tamires Mendes Silva, Clarice Maria de Lucena Martins, Paulo Felipe Ribeiro Bandeira
- 238** Baixa aptidão cardiorrespiratória é fator de risco independente para comprometimento cognitivo: achados do estudo ELSA-Brasil
Natan Feter, Danilo de Paula, Bruce Bartholow Duncan, Maria Inês Schmidt
- 239** Fisiologia do exercício: orientações de tipos de atividade física para tratamento da depressão
Nayane Barbosa de Jesus, Marlaine Lopes de Almeida
- 240** Associação entre índice de massa corporal e desempenho acadêmico em crianças e adolescentes: o papel da coordenação motora como mediadora
Noadia Maria Guimarães da Silva, Douglas Eduardo Ferreira Maia, Cleudson Alexandre da Silva, Douglas Marques Cavalcanti, Igor Rodrigues de Souza Sobral, Rafael dos Santos Henrique
- 241** Efeito mediador da qualidade de vida na associação entre a atividade física e o sofrimento mental em estudantes de graduação
Pâmela Moraes Volz, Michael Pereira da Silva, Thiago Sousa Matias, Lauro Miranda Demenech, Samuel de Carvalho Dumith
- 242** Será o tempo despendido em atividade física dentro da pré-escola relacionado com a função executiva dos pré-escolares?
Pâmela Hérica Nunes Martins, Willian Alves da Silva, Maria José Maciel de Souza Neta, Augusto Pedretti, Thaynã Alves Bezerra, Anastácio Neco de Souza Filho
- 243** Associação entre fatores biológicos e a função executiva de pré-escolares
Pedro Henrique de Oliveira Silva, Pâmela Hérica Nunes Martins, Lucas Leodonio Sousa da Silva, Géssica de Oliveira Silva, Thaynã Alves Bezerra, Anastácio Neco de Souza Filho
- 244** Contribuição substancial da mediação paralela por domínios cognitivos na relação entre a aptidão física e o rendimento acadêmico de adolescentes: o Projeto Cogni-Ação
Ricardo Antonio Martínez Flores, Carlos Cristi Montero
- 245** Associação do nível de atividade física e exposição ao comportamento sedentário com sintomas de depressão e ansiedade em universitários durante e após as aulas remotas na COVID-19
Rizia Rocha Silva, Lucas dos Santos, Naiane Silva Morais, Douglas de Assis Teles Santos, Mila Alves de Matos Rodrigues, Claudio Andre Barbosa de Lira
- 246** Associação entre sentimento de tristeza, ideação suicida e a aderência à recomendação para atividade física em adolescentes
Rubenya Martins Podmelle, Thaís Maria da Silva, Diego de Melo Lima, Carlos Alberto Moreno Moya, Daniel da Rocha Queiroz, Jorge Bezerra
- 247** Ensino remoto do componente voleibol em um curso de graduação em educação física do interior baiano: possibilidades e limitações
Ronei Batista Lobato; Amanda Oliveira do Nascimento; Daniel de Jesus Torres; Deiviani Santos Gallo Silva; Berta Lenir Costa Cardoso; Marijunio Rocha Pires

- 248** Adesão combinada aos comportamentos de movimento e a função executiva em pré-escolares: um olhar sobre as variáveis mais influentes em um sistema de redes
Thaynã Alves Bezerra, Anastácio Neco de Souza Filho, Clarice Maria de Lucena Martins
- 249** Estilo de vida e depressão em adolescentes: uma análise de rede
Thiago Lucchina Pinto, Maiara da Silva Martins, Victor Matheus Lopes Martinez, Luis Eduardo Wearick-silva, Thiago Wendt Viola
- 250** Fatores associados ao desempenho acadêmico de crianças e adolescentes de Lagoa do Carro-PE
Victor Ferreira Lima, Marcus de Alencar Matos, João Vitor de Araújo Silva, Pedro Henrique Elias da Silva, Priscila Kelly Moura Vasconcelos, Tércio Araújo do Rêgo Barros
- 251** Uso problemático de smartphones como mediador da associação entre atividade física e sintomas depressivos em universitários durante a pandemia da COVID-19
Yasmin Marques Castro, Maria Eduarda Santos de Almeida, Patrícia Johannsen Pereira, Nicoli Bravo Trindade, Abraão Rosa Lima Machado, Michael Pereira da Silva

Atividade física para a população idosa

- 253** Efeito do treinamento multicomponente nos indicadores antropométricos de mulheres na pós-menopausa
Aline Santana Bomfim, Vanessa dos Santos França Lima, Claudirene Souza dos Santos, Laiz Galvão Castro Mendes, Iane de Paiva Novais
- 254** Nível de atividade física, sintomas neuropsiquiátricos, qualidade de vida e perfil de pessoas idosas com demência avaliadas através de um programa de Telessaúde na pandemia de COVID-19: um estudo transversal
Andréa Rodrigues de Amorim Molina, Maria Jasmine Gomes da Silva, Renata Carolina Gerassi, Carolina Tsen, Décio Bueno Neto, Larissa Pires de Andrade
- 255** Manutenção da capacidade física e funcional de idosos frequentadores de programa social de atividade física após um ano de intervenção
Andrea Somolanji Vanzelli, Gabriel Teixeira, Evellyn Caroline de Jesus Muniz, Elke Lima Trigo
- 256** Capacidade funcional prediz comportamento de movimento mais ativo em idosos jovens e de meia-idade: um estudo transversal
Andressa de Oliveira Araújo, Gledson Tavares de Amorim Oliveira, Bruna Perez Costa Lima, Maristela Linhares dos Santos, Hassan Mohamed Elsangedy
- 257** Efeitos do treinamento de Mat Pilates realizado remoto e presencial em respostas funcionais e cardiovasculares de idosos
Andressa Martins e Silva, Bruna Sacchi Fraga, Jonas Casagrande Zanella, Yasmin Bortoli Führ, Valéria Jardim Pires, Ana Carolina Kanitz
- 258** Eficácia de uma intervenção baseada no mat pilates na cognição, estado de humor e finitude em pessoas com parkinson: um ensaio clínico randomizado
Audrey Alcantara Garcia Meliani
- 259** Prática de atividade física associada a percepção do estado de saúde e comorbidades autorreferidas em idosos brasileiros
Bárbara da Silva Nalin de Souza, Paulo Rogério Melo Rodrigues, Thaís Meirelles de Vasconcelos, Ana Paula Muraro, Naiara Ferraz Moreira
- 260** Motivos para adesão e permanência de idosos em programas de exercícios físicos à distância durante a pandemia por COVID-19
Barbara Ferraz Chaowiche, Sabrina Nayara Costa, Paulo Cesar Barauce Bento
- 261** Atividade física e sintomas depressivos têm associação bidirecional em idosos? Análise do estudo de coorte “Como vai?”
Bárbara Sutil da Silva, Debora Tornquist, Andrea Wendt, Renata Moraes Bielemann, Inácio Crochemore Mohnsam da Silva
- 262** Análise dos valores de ângulo de fase em pessoas idosas com valores baixos e normais de força, massa muscular e velocidade de caminhada
Beatriz Dalarme Tanganini, Leonardo Quesadas Gomes, Ismael Figueiredo Rabelo, Vanessa Ribeiro dos Santos, Luís Alberto Gobbo
- 263** Associação entre a sobrecarga do cuidador e a força muscular de idosos centenários
Bruna da Silva Vieira Capanema, Carla Stahelin Cordeiro, Felipe Fank, Priscila Rodrigues Gil, Joris Pazin, Giovana Zarpellon Mazo
- 264** Efeitos do treinamento de Pilates realizado de forma remota e presencial na qualidade de vida de idosos
Bruna Sacchi Fraga, Valéria Jardim Pires, Jonas Casagrande Zanella, Yasmin Bortoli Führ, Camila Miranda, Ana Carolina Kanitz
- 265** Relação entre índice de qualidade muscular, capacidade funcional e equilíbrio em pessoas idosas
Bruno Pereira da Silva, Bárbara Letícia Cardoso de Mello, Juliana de Andrade Coqueiro, Berta Leni Costa Cardoso, Marjunio Rocha Pires, Luiz Humberto Rodrigues Souza
- 266** Efeitos do treinamento de hidroginástica na capacidade física de idosos
Camila Miranda, Jonas Casagrande Zanella, Valéria Jardim Pires, Katholyn Penna de Bitencourt, Leonardo Alexandre Peyré Tartaruga, Ana Carolina Kanitz

- 267** A sinergia de correlatos sociodemográficos influencia a atividade física de lazer em idosos
Carla Elane Silva dos Santos, Eleonora D'orsi, Cassiano Ricardo Rech
- 268** Associação entre diferentes volumes de atividade física medida por acelerômetro e capacidade funcional de pessoas idosas
Daniel Cruz de Oliveira, Yuri Alberto Freire, Francisco José Rosa Silva, Rodrigo Alberto Vieira Browne, Eduardo Caldas Costa
- 269** Comportamento sedentário e atividade física de pessoas idosas com fragilidade física
Daniele Samara Dantas Lopes, Raissa de Melo Silva, Yuri Alberto Freire, Marcyo Câmara, Francisco Dalton Alves de Oliveira, Eduardo Caldas Costa
- 270** Impacto do treinamento físico na aptidão física em idosos ativos
Débora Pastoriza Sant' Helena, Edilson Fernando de Borba, Lucas de Liz Alvez, Rafael Pereira da Silveira Mota, Natã Concatto Licht, Lucia Faria Borges, Andréa Kruger Gonçalves
- 271** Dança e tecnologia: aplicação do protótipo do jogo *cheers dance* para idosos residentes no Condomínio Vila Vida em Jataí-Goiás
Deivid Leôncio Gomes da Costa, Vivianne Oliveira Gonçalves
- 272** Efeitos crônicos de diferentes intensidades do treinamento de potência sobre a força muscular de idosos: uma revisão sistemática com metanálise
Eduarda Blanco-rambo, Marcelo Bandeira-guimarães, Alexandra Ferreira Vieira, Mikel L. Sáez de Asteasu, Ronei Silveira Pinto, Mikel Izquierdo, Eduardo Lusa Cadore
- 273** Correlação do comprometimento cognitivo com sintomatologia depressiva, medo de quedas e qualidade de vida de idosos
Eliane Mattana Griebler, Valéria Feijó Martins, Lúcia Faria Borges, Priscilla Cardoso da Silva, Flávia Gomes Martínez, Andréa Kruger Gonçalves
- 274** Tempo de TV como discriminador de circunferência de cintura elevada em idosos quilombolas
Elio Braga da Silva, Deyvis Nascimento Rodrigues, Clayton Rocha Dourado, Ricardo Franklin de Freitas Mussi, Claudio Bispo de Almeida
- 275** Efeito do Met Pilates nos indicadores antropométricos de mulheres na pós-menopausa
Emile Judith Brito Velozo, Igor Pereira Andrade, Laiz Galvão Castro Mendes, Aline Santana Bomfim, Camilo Luis Monteiro Lourenço, Iane de Paiva Novais
- 276** Long-term functional performance changes and detraining in community-dwelling older adults participating in a group-based multicomponent training program
Emmanuel Souza da Rocha, Eliane Celina Guadagnin, Marcos Roberto Kunzler, Liver Priario, Felipe Pivetta Carpes
- 277** Tempo de TV como discriminador de hdl elevada em idosos quilombolas
Fábio Fernandes Flores, Claudio Bispo de Almeida, Suzi Silva Santana, Deyvis Nascimento Rodrigues, Ricardo Franklin de Freitas Mussi
- 278** Efeitos de um programa de exercícios domiciliar e de um programa de mudança de comportamento no nível de atividade física e comportamento sedentário de idosos durante a pandemia de SARS-CoV-2
Fernanda de Mattos, Sabrine Nayara Costa, Isabela Vinharski Scheidt, Michele Teles, Paulo Cesar Barauce Bento
- 279** Comparação da capacidade funcional de acordo com a massa muscular total em idosos acima de 90 anos
Gabriel Mayer Tossi, Tainara Steffens, Talita Molinari, Eduarda Blanco Rambo, Caroline Pietta-dias
- 280** Análise da flexibilidade de idosos praticantes de diferentes modalidades de exercício físico
Gabrielle Moura de Siqueira, Rafael Pereira da Silveira Mota, Débora Pastoriza Sant' Helena, Priscilla Cardoso da Silva, Gabrielle Teixeira Camargo, Lúcia Faria Borges, Andréa Kruger Gonçalves
- 281** Análise da força de membros inferiores de idosos praticantes da modalidade ginástica
Gabrielle Teixeira Camargo, Débora Pastoriza Sant' Helena, Gabrielle Moura de Siqueira, Adriane Ribeiro Teixeira, Rafael Pereira da Silveira Mota, Andrea Kruger Gonçalves
- 282** Efeitos da pandemia de COVID-19 no convívio social de idosos ativos
Giovanna Moraes Rolla, Priscilla Cardoso da Silva, Vanessa Dias Possamai, Andréa Kruger Gonçalves
- 283** Benefícios do treinamento multicomponente na aptidão física de mulheres na pós-menopausa
Iane de Paiva Novais, Claudirene Souza dos Santos, Vanessa dos Santos França Lima, Aline Santana Bomfim, Laiz Galvão Castro Mendes
- 284** Atividade física é fator protetor para eventos fatais em adultos brasileiros mais velhos?
Ione Jayce Ceola Schneider, Susana Cararo Confortin, Cesar de Oliveira
- 285** Associação entre comportamento sedentário, atividade física, desempenho de atividades de vida diária e variáveis antropométricas de idosos institucionalizados
Isabela Vinharski Scheidt, Joyce Kelly França Domingues, Bruna Simião de Medeiros, Jamine Lirio Paz, Paulo Cesar Barauce Bento
- 286** Efeitos da contração muscular estimulada por campo eletromagnético pulsado sobre o desempenho funcional de TUG em pacientes idosos
Isabella Layne Teodoro Moreira, Paulo Ricardo Pinheiro França, Temistoclis Alaiã Pereira Silva, Alberto Souza Sá Filho, Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins, Patricia Sardinha Leonardo

- 287** A resiliência em saúde do programa híbrido de atividades e exercícios físicos para mulheres sobreviventes de câncer de mama durante a pandemia da COVID-19
Jean Augusto Coelho Guimarães, Jule Pires Amaral, Aline Rachel Bezerra Gurgel, Christian Klausener, Christina May Moran de Brito, Patricia Chakur Brum
- 288** Desempenho motor de idosos: estudo comparativo entre idosos ativos e não-ativos residentes no interior do Sudoeste da Bahia
Jean Lucas Alves Caires, Luiz Humberto Rodrigues Souza, Ronei Batista Lobato, Rebeca Aragão Gomes de Jesus, Stênio Fernando Pimentel Duarte, Victória Silva Midlej Ribeiro
- 289** Percepção subjetiva de esforço em exercícios com peso corporal em diferentes complexidades no público idoso com fatores de risco cardiometabólico
Jeferson da Silva Hahn, Angelica Danielevicz, Cíntia de La Rocha Freitas, Silas Nery de Oliveira, Rodrigo Sudatti Delevatti
- 290** Efeitos de 12 semanas de treinamento funcional e Mat Pilates nos aspectos motores de pessoas com Parkinson: um ensaio clínico randomizado
Jéssica Amaro Moratelli, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães
- 291** Efeito do exercício aeróbio em diferentes momentos do dia na pressão arterial clínica e central de pacientes com apneia obstrutiva do sono
José Lucas Porto Aguiar, José Ricardo Vieira de Almeida, Elton Carlos Felinto dos Santos, Rodrigo Pinto Pedrosa, Ozeas de Lima Lins-filho, Breno Quintella Farah
- 292** Associação entre comportamento sedentário e mobilidade funcional de idosos institucionalizados
Joyce Kelly França Domingues, Isabela Vinharski Scheidt, Jamine Lirio Paz, Bruna Simião de Medeiros, Paulo Cesar Barauce Bento
- 293** Efeitos da ordem de realização do treinamento concorrente na composição corporal e variáveis cardiovasculares de idosos
Juliana Cristina Silva, Ana Clara Ribeiro Cunha, Caroline Pereira Garcês, Guilherme Morais Puga, Ana Carolina Kanitz
- 294** Aptidão funcional autorrelatada de idosos praticantes de um treinamento de hidroginástica
Katholyn Penna de Bitencourt, Andressa Martins e Sillva, Mariana de Souza Strehl, Jonas Casagrande Zanella, Camila Miranda, Ana Carolina Kanitz
- 295** Mat Pilates *versus* treinamento multicomponente: efeito na flexibilidade de mulheres na pós-menopausa
Laiz Galvão Castro Mendes, Emile Judith Brito Velozo, Igor Pereira Andrade, Aline Santana Bomfim, Camilo Luis Monteiro Lourenço, Iane de Paiva Novais
- 296** Mudanças de barreiras para participação em um programa de telessaúde para idosos com demência e seus cuidadores
Layana Liss Schwenger, Carolina Tsen, Andrea Rodrigues de Amorim Molina, Décio Bueno Neto, Larissa Pires Andrade, Grace Angélica de Oliveira Gomes
- 297** Análise de correlação entre ângulo de fase e força, massa muscular e velocidade de caminhada de pessoas idosas
Leonardo Quesadas Gomes, Beatriz Dalarme Tanganini, Ismael Figueiredo Rabelo, Vanessa Ribeiro dos Santos, Luís Alberto Gobbo
- 298** Benefícios da atividade física na aptidão motora de idosos
Lisiane Schilling Poéta Fernandes, Lays Marina Matias, Michele Caroline de Souza Ribas
- 299** A contração muscular estimulada por campo eletromagnético pulsado (PEMF) promove melhoras sobre parâmetros de sarcopenia em pacientes idosos
Luara Alves Faria, Pedro Sardinha Leonardo Lopes-martins, Katielle Rodrigues da Silva Cardoso, Alberto Souza de Sá Filho, Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins, Patrícia Sardinha Leonardo
- 300** Amplitude total de movimento articular e velocidade angular máxima de idosos com e sem doença de Parkinson durante o teste sentar e levantar
Lucas de Liz Alves, André Ivaniski-mello, Valéria Feijó Martins, Débora Pastoriza Santhelena, Flavia Gomes Martinez, Leonardo Alexandre Peyré-tartaruga
- 301** Análise da correlação do comprometimento cognitivo, preocupação em cair e qualidade de vida de idosos longevos
Lúcia Faria Borges, Priscilla Cardoso da Silva, Eliane Mattana Griebler, Valéria Feijó Martins, Natã Concatto Licht, Débora Pastoriza Sant' Helena, Andréa Kruger Gonçalves
- 302** Sintomatologia depressiva, preocupação em cair e velocidade de marcha de idosos ativos com diferentes níveis de fragilidade
Lúcia Faria Borges, Priscilla Cardoso da Silva, Vanessa Dias Possamai, Eliane Mattana Griebler, Gabrielle Moura de Siqueira, Andréa Kruger Gonçalves
- 303** Associação entre ter companheiro de cama ou quarto e qualidade/eficiência do sono de idosos brasileiros: um estudo transversal durante a COVID-19
Lucimere Bohn, Pedro Pugliesi Abdalla, Kessketlen Miranda, André Pereira dos Santos, Leonardo Santos Lopes da Silva, Jéssica Fernanda Corrêa Cordeiro
- 304** Associação entre assimetria de força de preensão manual e função cognitiva em idosos com distúrbios neurocognitivos major
Lucimere Bohn, Cátia Machado Silva, Ilda Matos, André Pereira dos Santos, Jéssica Fernanda Corrêa Cordeiro, Leonardo Santos Lopes da Silva, Leonor Miranda, Pedro Pugliesi Abdalla

- 305** Efeitos da ordem de execução do treinamento concorrente na força muscular e aptidão aeróbica de idosos
Ludimila F. Gonçalves, Juliana Cristina Silva, Tássia Magnabosco, Ana Carolina Kanitz, Guilherme M. Puga
- 306** Efeito agudo de diferentes volumes do exercício isométrico para membros inferiores na pressão arterial de mulheres idosas hipertensas
Luiz Humberto Rodrigues Souza, Angélica Ramos Aranha, Erisvaldo Silva, Mateus Carmo Santos, Bruno Pereira da Silva, Matheus Fernando Pereira Alves
- 307** Título
Título
Marcyo Câmara, Daniele Samara Dantas Lopes, Samuel Lucas da Silva Bezerra, Lucas Fellipo Cruz Ribeiro, Daniel Cruz, Eduardo Caldas Costa
- 308** Relação entre comportamento sedentário, nível de estresse, sobrecarga e perfil de cuidadores de pessoas idosas com demência durante a pandemia de COVID-19
Maria Jasmine Gomes da Silva, Grace Angélica Gomes de Oliveira, Décio Bueno Neto, Andrea Rodrigues de Amorim Molina, Carolina Tsen, Larissa Pires de Andrade
- 309** A orientação da prática de exercícios por via remota para uma nonagenária na pandemia COVID-19
Maria Madalena Mendes Brito, Edgard Matiello Júnior
- 310** Efeitos de um treinamento de hidroginástica na aptidão funcional de idosos
Mariana de Souza Strehl, Jonas Casagrande Zanella, Andressa Martins e Silva, Valéria Jardim Pires, Camila Miranda, Ana Carolina Kanitz
- 311** Ambiente urbano construído e inatividade física no deslocamento em idosos brasileiros: dados de uma pesquisa nacional
Maruí Weber Corseuil Giehl, Simone Farias Antunez Reis
- 312** Efeito crônico da hidroginástica na pressão arterial de pessoas idosas hipertensas
Matheus Fernando Pereira Alves, Marta Silva Costa, Mônica Brito Fernandes, Cláudio Bispo de Almeida, Fábio Thomaz Melo, Luiz Humberto Rodrigues Souza
- 313** Equilíbrio de idosos ativos e não-ativos residentes no interior do Sudoeste da Bahia
Matheus Santana Fernandes, Luiz Humberto Rodrigues Souza, Deiviani Santos Gallo Silva, Jaianne Oliveira Leão Silva, Stênio Fernando Pimentel Duarte, Victória Silva Midlej Ribeiro
- 314** Exercício físico remoto e respostas cognitivas e funcionais em idosos fisicamente ativos: série de casos
Maurício Silva da Costa, Renato Sobral Monteiro Junior
- 315** Características sociodemográficas, condições de saúde e qualidade de vida: um estudo correlacional com idosos
Natã Concatto Licht, Priscilla Cardoso da Silva, Lúcia Faria Borges, Débora Pastoriza Sant' Helena, Andrea Kruger Gonçalves
- 316** Quais efeitos da educação em saúde, suplementação de cálcio e vitamina D e treinamento físico multicomponente na força muscular e mobilidade funcional em dupla tarefa em idosas com osteoporose?
Neiry Ellen Gasperin Arsie, Amanda Colombo Peteck Lopes, Milene Alves Ramos, Victoria Zeghbi Cochenski Borba, Talita Gnoato Gianello Zotz, Anna Raquel Silveira Gomes
- 317** Nível de atividade física em idosos brasileiros: uma revisão sistemática com metanálise
Noemi Costa Dias Serafim, Ariano Akira Ferreira Hino, Paulo Henrique de Araújo Guerra
- 318** Efeito do destreino após 24 semanas de treinamento resistido sobre a força e indicadores de capacidade funcional em mulheres idosas de diferentes faixas etárias
Pâmela de Castro e Souza, Leticia Trindade Cyrino, Bruna Daniella de Vasconcelos Costa, Luis Alves de Lima, Marcelo Vitor da Costa, Edilson Serpeloni Cyrino
- 319** Ganho de força muscular em idosos sarcopênicos tratados com terapia da Campo Eletromagnético Pulsado de Alta Intensidade (PEMF)
Paulo Ricardo Pinheiro França, Pedro Sardinha Leonardo Lopes-martins, Luara Alves Faria, Alberto Souza Sá Filho, Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins, Patrícia Sardinha Leonardo
- 320** Prática de atividade física e qualidade da alimentação de idosos brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) 2019
Paulo Rogério Melo Rodrigues, Thaís Meirelles de Vasconcelos, Bárbara da Silva Nalin de Souza, Ana Paula Muraro, Naiara Ferraz Moreira
- 321** O estado de ânimo de alunos idosos durante a prática de exercício físico
Priscilla Cardoso da Silva, Lucia Faria Borges, Natã Concatto Licht, Giovanna Moraes Rolla, Rafael Pereira da Silveira Mota, Gabrielle Moura de Siqueira, Andréa Kruger Gonçalves
- 322** Efeitos da pandemia de COVID-19 na aptidão funcional de idosos de um programa de extensão
Rafael Pereira da Silveira Mota, Débora Pastoriza Sant' Helena, Valéria Feijó Martins, Priscilla Cardoso da Silva, Gabrielle Moura de Siqueira, Gabrielle Teixeira Camargo, Andréa Kruger Gonçalves
- 323** Mudanças nos padrões de caminhada no deslocamento em idosos após uma década (2009-2019)
Rafaella de Oliveira Rita Silveira; Carla Elane Silva dos Santos, Eleonora D'orsi, Adalberto Aparecido dos Santos Lopes, Cassiano Ricardo Rech

324 Mat Pilates melhora a flexibilidade de mulheres na pós-menopausa

Raiza Pereira Muniz, Igor Pereira Andrade, Emile Judith Brito Vellozo, Aline Santana Bomfim, Laiz Galvão Castro Mendes, Camilo Luis Monteiro Lourenço, Iane de Paiva Novais

325 Validade e confiabilidade de uma escala de indução subjetiva do esforço com 3 pontos para exercício de força em idosos

Renato Sobral Monteiro-junior, Luciana Aparecida Coutinho, Vinícius Dias Rodrigues, Camila Cristina Fonseca Bicalho, Camila Fernanda Costa e Cunha Moraes Brandão, Frederico Sander Mansur Machado

326 Manutenção dos níveis de aptidão funcional de idosos por meio de plataformas on-line: um estudo de caso

Roselei Delziovo Sala, Lisiane Krolikvoski da Silva, Andressa Hilário Dias, Edson Bortolaci, Alex Inacio Nunes, Ciro Romelio Rodriguez-añez

327 Treinamento multicomponente para mulheres na pós-menopausa: efeito na qualidade de vida, qualidade do sono e sintomas depressivos

Ruan Costa de Jesus, Claudirene Souza dos Santos, Vanessa dos Santos França Lima, Aline Santana Bomfim, Laiz Galvão Castro Mendes, Iane de Paiva Novais

328 Exercício físico domiciliar por videoconferência: efeitos sobre a aptidão física, qualidade de vida e nível de atividade física de idosas da comunidade

Sabrina Nayara Costa, Barbara Ferraz Chaowiche, Fernanda de Mattos, Paulo Cesar Barauce Bento

329 Efeitos do exercício físico em fatores neuroprotetivos na doença de Parkinson

Tamyres de Lazari Marques, Paula Born Lopes, Ricardo Correa da Cunha

330 Inatividade física e limitações funcionais em idosos brasileiros: uma análise da Pesquisa Nacional de Saúde 2019

Thais Meirelles de Vasconcelos, Paulo Rogério Melo Rodrigues, Bárbara da Silva Nalin de Souza, Ana Paula Muraro, Naiara Ferraz Moreira

331 Análise dos fatores clínico-funcionais associados às atividades de vida diária de idosos mais velhos

Valéria Feijó Martins, Leonardo Alexandre Peyré Tartaruga, Ana Carolina Kanitz, Aline Nogueira Haas, Andrea Kruger Gonçalves, Flávia Gomes Martinez

332 Reabilitação locomotora de caminhada nórdica e sprint de 12 semanas em parâmetros da marcha em pessoas com Parkinson

Vinicius Baia da Silva, Lucas Meireles Matos, Hugo Enrico Souza Machado, Ana Carla de Matos Santos, Edigar Menezes Ferreira, Elren Passos-monteiro

333 Idosos ativos e da comunidade que alcançam 7000 passos/dia apresentam um melhor desempenho físico e um menor comportamento sedentário? Estudo transversal

Vinicius Ramon da Silva Santos, Gabriela Cassemiliano, Stefany Lee, Laura Bonome Message, Ana Claudia Silva Farche, Anielle Cristhine de Medeiros Takahashi

334 Efeito de um treinamento multicomponente combinado com estratégias de autogestão no comportamento sedentário de idosos da comunidade: Ensaio clínico randomizado

Vinicius Ramon da Silva Santos, Gabriela Cassemiliano, Stefany Lee, Laura Bonome Message, Ana Claudia Silva Farche, Anielle Cristhine de Medeiros Takahashi

Treino de força e populações especiais

336 Treinamento de força melhora o perfil cardiometabólico e inflamatório de homem com paralisia cerebral diplégica espástica: Estudo de caso

Ana Caroline Mateus, Jelson Budal Schmidt, Alisson Padilha de Lima

337 Efeitos do treinamento físico multicomponente em sintomas relacionados à funcionalidade de adultos e idosos pós infecção por COVID-19: (CORE-Study)

Angelica Danielevicz, Maria Eduarda de Moraes Sirydakís, Mabel Deisel, Juliane Bregalda, Douglas Pires Silva, Rodrigo Sudatti Delevatti

338 Efeitos de um programa de treinamento físico multicomponente na força muscular isométrica de membros inferiores em pacientes pós-infecção por COVID-19: (COVID-19 and rehabilitation study- core-study)

Bárbara Carlin de Ramos do Espírito Santo, Licelli Amante Cardoso, João Marcelo Motta Siqueira, Cíntia de La Rocha Freitas, Rodrigo Sudatti Delevatti, Aline Mendes Gerage

339 Efeitos do treinamento específico de locomoção e equilíbrio (TELE) online na qualidade de vida de pessoas com doença de Parkinson durante o distanciamento social da pandemia de COVID-19

Carlos Cristiano Espedito Guzzo Junior, Marcela Zimmermann Casal, Flavia Gomes Martinez, Aline Nogueira Haas

340 O treinamento concorrente é eficaz na sintomatologia menopausal, na depressão, na função sexual e na perspectiva do envelhecimento de mulheres na menopausa? Um ensaio clínico randomizado

Cibele Medeiros Scarpel, Danielly Yani Fausto, Julia Beatriz Bocchi Martins, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

- 341** Associação entre dispneia e capacidade cardiorrespiratória em adultos com COVID longa: estudo multicêntrico transversal
Francisco José Rosa-souza, Yuri Alberto Freire, Julio Cesar Barbosa de Lima Pinto, Francisco Dalton Alves de Oliveira, Rodrigo Sudatti Delevatti, Aline Mendes Gerage, Leony Morgana Galliano, Eduardo Caldas Costa
- 342** Efeito de 16 semanas de treinamento de força na composição corporal e na força de mulheres vegetarianas estritas e não vegetarianas
Gabriela Lucciana Martini ;, Márcio Beck Schemes, Vithória Messa de Borba, Claudia Dornelles Schneider, Carolina Guerini de Souza, Ronei Silveira Pinto
- 343** Comportamento de cargas inernas e externas de treinamento ao longo de microciclos em pacientes Pós-COVID-19: CORE-Study
Guilherme de Campos Pelliciar de Lima, Maria Eduarda Duzzioni, Marina Isolde Constantini, Maria Eduarda Sirydakís ;, Angélica Danielevicz ;, Rodrigo Sudatti Delevatti
- 344** Efeitos de um programa de treinamento isocinético de curta duração sobre variáveis neuromusculares em um atleta paralímpico de futebol de 5: um estudo de caso
Israel Dias Trapaga, Vithória Messa de Borba, Carlos Leonardo Figueiredo Machado, Thiago José Leonardi, Ronei Silveira Pinto
- 345** Efeito do exercício físico com restrição de fluxo sanguíneo sobre a frequência cardíaca e pressão arterial em idosos: uma revisão sistemática
João Mário Alencar Lopes, Ana Beatriz Chaves Vasconcelos Batista, Elohim Lima de Sousa, Carlos Eduardo Urbano da Silva, Regina Brena de Lima Costa, José Rian Rodrigues Camelo, Jeffer Sobrinho Tavares, Ruan de Araujo Medeiros, Octávio Barbosa Neto
- 346** Diferentes volumes de treinamento em idosos: efeitos sobre força muscular e capacidade funcional
Joao Paulo Botero, Henrique França Rodrigues, Cassio Luiz da Silva Araújo, Wesley Alex Cardoso, Breno Quintela Farah, Wagner Luiz do Prado
- 347** Eficácia terapêutica do exercício físico resistido sobre o distúrbio mineral e ósseo em pacientes renais crônicos submetidos à hemodiálise
Josiano Guilherme Puhle, Débora Tavares de Resende e Silva, Pâmela Letícia Weber, Alessandra Yasmin Hoffmann, Keroli Eloiza Tessaro da Silva, Angela Makeli Kososki Dalagnol, Vanessa da Silva Corralo
- 348** Os efeitos de um programa de exercício físico remoto na força e flexibilidade de mulheres sobreviventes de câncer de mama durante a pandemia da COVID-19
Jule Pires Amaral, Jean Augusto Coelho Guimarães, Aline Rachel Bezerra Gurgel, Christian Klausener, Christina May Moran de Brito, Patricia Chakur Brum
- 349** Efeitos crônicos de diferentes intensidades do treinamento de potência sobre a potência muscular em idosos: uma revisão sistemática com metanálise
Marcelo Bandeira-guimarães, Eduarda Blanco-rambo, Alexandra Ferreira Vieira, Mikel Lopez Sáez de Asteasu ;, Ronei Silveira Pinto, Mikel Izquierdo ;, Eduardo Lusa Cadore
- 350** Efeitos de 24 semanas de treinamento combinado na qualidade de vida, na qualidade do sono e nos sintomas depressivos de adultos e idosos pós-infecção por COVID-19: CORE Study
Maria Eduarda de Moraes Sirydakís, Angelica Danielevicz, Paulo Gama de Melo, Juliane Bregalda, Aline Mendes Gerage, Rodrigo Sudatti Delevatti
- 351** Comportamento da carga externa e interna em um programa de treinamento de adultos e idosos que foram infectados por COVID-19 (CORE-study)
Maria Eduarda Duzzioni, Angelica Danielevicz, Maria Eduarda de Moraes Sirydakís, Marina Isolde Constantini, Guilherme de Campos Pelliciar de Lima, Rodrigo Sudatti Delevatti
- 352** Recomendações de atividade física e treinamento físico melhoram de forma similar o retorno de atividades cotidianas em pacientes infectados por COVID-19: CORE-Study
Marina Isolde Constantini, Josiane Rodrigues, Maria Eduarda de Moraes Sirydakís, Angelica Danielevicz, Douglas Silva Pires, Rodrigo Sudatti Delevatti
- 353** Interesse dos docentes e abordagem do conteúdo musculação em aulas de educação física de um colégio de Guanambi-Bahia
Suzi Silva Santana, Ronei Batista Lobato, Daniel de Jesus Torres, Fábio Tomaz Melo, Victória Silva Midlej, Marijunio Rocha Pires
- 354** Ganho de força de core de um indivíduo com lesão medular torácica, através de treinamento multimodal pelo período de 5 meses
Thays Campos de Lima
- 355** O comportamento da pressão arterial e da frequência cardíaca de uma gestante hipertensa antes e após uma sessão de treinamento de força: um relato de caso
Valéria Jardim Pires, Camila Miranda, Yasmin Bortoli Führ, Bruna Sacchi Fraga, Andressa Martins e Silva, Ana Carolina Kanitz
- 356** Efeitos de um programa online de exercício físico sobre fadiga, cognição e ansiedade de sobreviventes do câncer de mama durante a pandemia da COVID-19
Victor Hugo Guesser Pinheiro, Cristine Lima Alberton, Maríndia Lacerda Fonseca, Laura dos Reis Nanini, Luana Siqueira Andrade, Stephanie Santana Pinto

357 Efeitos de diferentes volumes de treinamento resistido na água e na terra na arquitetura muscular e na função endotelial de idosos

Wesley Alex Cardoso, João Paulo Botero, Fábio Tanil Montrezol, Alessandra Medeiros, Breno Quintella Farah, Wagner Luiz do Prado

358 Nível de divertimento de uma sessão de treinamento de força presencial e remota realizadas por gestantes

Yasmin Bortoli Führ, Valéria Jardim Pires, Camila Miranda, Andressa Martins e Silva, Bruna Sacchi Fraga, Ana Carolina Kanitz

Atividade física para pessoas com deficiência

360 O impacto da prática de rugby em cadeira de rodas na densidade mineral óssea de indivíduos com lesão da medula espinhal

Ana Paula Boito Ramkrapes, Bruno de Gioia Fernandes Lapa, Maria Eduarda Jacon Finotti, Pedro Godói Scolfaro, Liliane Vasconcelos, Mara Patrícia Traina Chacon Mikahil, Claudia Regina Cavaglieri

361 Redução do perfil lipídico e risco cardiovascular de indivíduos com LME praticantes de rugby em cadeira de rodas

Ana Paula Boito Ramkrapes, Maria Eduarda Jacon Finotti, Bruno de Gioia Fernandes Lapa, Pedro Godói Scolfaro, Liliane Vasconcelos, Ivan Luiz Padilha Bonfante, Mara Patrícia Traina Chacon Mikahil, Claudia Regina Cavaglieri

362 Os determinantes sociais de saúde na vida de pessoas com deficiência: uma revisão de escopo da literatura

Beatriz Dittrich Schmitt, Júlia da Silveira, Ricardo Roberto de Oliveira, Bruna Barboza Seron

363 Dança brasileira online e pessoas com doença de parkinson: efeitos na qualidade de vida durante a pandemia da COVID-19

Carlos Cristiano Espedito Guzzo Junior, Eliamary Cristiane Teixeira da Silva, Mariana Wolfenbuttel, Isadora Loch Sberghen, Marcela dos Santos Delabary, Aline Nogueira Haas

364 Desempenho físico em atletas jovens com deficiência visual

Elke Lima Trigo, Andrea Somolanji Vanzelli, Ciro Winckler

365 Atletas paralímpicos e o processo (re)adaptativo pós pandemia do COVID-19: revisão de literatura sobre desafios e novos propósitos

Felipe Marcondes Gonçalves, Paula Teixeira Fernandes, Leonardo Cavalheiro Scarpato

366 Avaliação da aptidão aeróbia de atleta com lesão cerebral durante teste de 6 minutos na *Frame Running*: um estudo de caso

Gabriela Fischer, Pedro Henrique de Araújo, Edson Soares da Silva, Ricardo Dantas de Lucas

367 Status funcional de pessoas com ataxia praticantes e não praticantes de atividade física

Gisele Francini Devetak, Juliana Alberton, Rauce Marçal da Silva, Roberta Detanico Bohrer

368 Validação do teste de exercício de 4 segundos durante a simulação de propulsão em cadeira de rodas

Gustavo Henrique Costa Bezerra, Marcela Sousa de Araújo, Rosa Virginia Diaz Guerrero, Frederico Ribeiro Neto, Lauro Casqueiro Vianna

369 Efeitos de 6 meses de treinamento físico multimodal no desempenho de marcha de um indivíduo com Lesão Medular Incompleta

Heitor Trevisan, Roberta Caveiro Gaspar

370 Mudanças na composição corporal e força muscular em indivíduo com Lesão Medular Incompleta após programa de treinamento resistido

Heitor Trevisan, Roberta Caveiro Gaspar

371 Capacidade funcional e atividade física de adultos com síndrome de down moradores de Pelotas/RS

Jennifer Rodrigues Silveira

372 Associação entre escolaridade e atividade física de lazer em adultos com síndrome de down

Mateus dos Santos Lima, Gabriel Gustavo Bergmann, Victória Fernandes Nascente, Thomas Brum Cleff, Patrick Costa Ribeiro Silva, Thábata Viviane Brandão Gomes

373 Análise do custo energético da Frame Running em atleta com Lesão Cerebral: um estudo de caso

Pedro Henrique de Araújo, Edson Soares da Silva, Ricardo Dantas de Lucas, Gabriela Fischer

374 Variáveis de caracterização influenciam mudanças no controle postural de pessoas com doença de Parkinson após programa de exercício físico

Pedro Paulo Gutierrez, José Angelo Barela, Gabriel Antonio Gazziero Moraca, Vinicius Cavassano Zampier, Lilian Teresa Bucken Gobbi (in Memoriam), Diego Orcioli-silva

375 Barreiras para a atividade física: a percepção por pessoas com deficiência

Rafaela Müller Fidencio, Luciana Erina Palma, Daniela Lopes dos Santos, João Vitor Zibell, Verônica Rufino Dornelles, Nicanor da Silveira Dornelles

376 Nível de ansiedade e tensão pré-competitiva de paratletas em cadeira de rodas

Thiago Luis da Silva Castro, David Braga de Lima, Fernanda Matos Weber, Kamilla Brum Martins Barreto, Estefânia Lopes da Silva, Rudney da Silva

377 Associação entre atividade laboral e o nível de atividade física de adultos com síndrome de down

Thomas Brum Cleff, Gabriel Gustavo Bergmann, Victória Fernandes Nascente, Mylena Rocha de Farias, Giulia dos Santos Silva Garcez, Thábata Viviane Brandão Gomes

Esporte e promoção da saúde

- 379** Efeitos da estimulação transcraniana por corrente contínua na resistência de força dos membros inferiores e taxas de esforço percebido
Alberto Souza Sá Filho, Pedro Augusto Inacio, Eduardo Lattari, Patricia Sardinha Leonardo Lopes-martins, Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins, Sérgio Machado
- 380** Programa híbrido de exercícios físicos minimizou a percepção de desfechos negativos de saúde relacionados à terapia oncológica em mulheres sobreviventes de câncer de mama
Aline Rachel Bezerra Gurgel, Jule Pires Amaral, Jean Augusto Coelho Guimarães, Christian Klausener, Christina May Moran de Brito, Patricia Chakur Brum
- 381** A promoção da saúde na agenda retórica dos gestores das capitais das unidades federativas brasileiras
Ana Caroline Baleeiro Silva, Saú da Silva Souza, Sérgio Donha Yarid, Temístocles Damasceno Silva
- 382** Efeito dose-resposta da terapia de fotobiomodulação sobre marcadores de desempenho de corrida em adultos jovens treinados: um ensaio clínico randomizado, crossover, duplo-cego
Ana Paula do Nascimento, Giani Alves de Oliveira, João Pedro Beguetto Bressanin, Pablo Aguirra, Cleber Ferraresi, Andreo Fernando Aguiar
- 383** Efeitos da suplementação de cafeína sobre o desempenho de cleans and jerks: uma análise de desempenho do benchmark grace da crossfit®
Anne Caroline de Almeida Rodrigues, Pedro Augusto Querido Inacio, Davi das Aguas Caixeta, Patrícia Sardinha Leonardo, Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins, Alberto Souza de Sá Filho
- 384** As alterações do ângulo de fase têm relação com a força muscular em meninas praticantes de voleibol? Um estudo piloto
Aryanne Hydeko Fukuoka Bueno, Núbia Maria de Olivera, Nicolly Gonçalves de Oliveira, Pâmela Teodoro de Oliveira, Maria Eduarda Fernandes Leite, Ezequiel Moreira Gonçalves
- 385** Atividade física e pessoas transgênero: barreiras e facilitadores
Bárbara Proença Buosi, Mateus Rossato
- 386** Métodos de perda rápida de peso corporal entre atletas de kickboxing no período pré-competição
Beatriz de Oliveira Oshiro, Joanna Darc Luciana de Souza Almeida de Oliveira, Luiz Felipe Ravagnani de Souza, Ana Luiza de Oliveira Kida, Pedro Henrique Hernandez, Christianne de Faria Coelho-ravagnani
- 387** Relato de experiência a partir da vivência dos treinamentos específicos dos goleiros da UFSM futsal
Braian Silveira Lima, Frederico Diniz Lima
- 388** Hábitos de sono, leitura, lazer ativo, lazer passivo, trabalho e deslocamento de atletas brasileiros de wushu sanda: comparações por nível competitivo
Breno Berny Vasconcelos, Fabrício Boscolo Del Vecchio, Cristine Lima Alberton
- 389** Comparações de parâmetros neuromusculares entre mulheres vegetarianas estritas e não vegetarianas: um estudo transversal
Bruno Strey, Israel Dias Trapaga, Gabriela Lucciana Martini, Marcio Beck Schemes, Rodrigo Neske, Ronei Pinto
- 390** Efeitos de intervenções no sistema fascial na biotensegridade do corpo: uma revisão sistemática
Camila de Barros Rodenbusch, Bruna Pereira da Silva Matos, Diego Garcia Vassoleri, Isabel de Almeida Paz, Bruna Nichele da Rosa, Emmanuel Souza da Rocha
- 391** Perfil do treinamento aeróbico realizado por frequentadores de academias
Carlos Leandro Tiggemann, Franciele Letícia Storch, Leonardo de Ross Rosa
- 392** Associação entre níveis de atividade física, sedentarismo e sintomas depressivos em estudantes universitários do Rio Grande do Sul
Carlos Leandro Tiggemann, Leonardo Fin, Cláudia Gomes Bracht, Rochelle Rocha Costa, Leonardo de Ross Rosa
- 393** Associação entre a participação em esportes coletivos e ideação suicida em adolescentes
Carlos M. Moya, Javiera A. Aguilar, Tulio G. Martins-guimarães, Caroline Ramos de Moura Silva, Daniel R. Queiroz, Mauro V. G. Barros
- 394** Prevalência de lesões quanto ao posicionamento em quadra de atletas de equipes brasileiras masculinas de voleibol sub-19
Carol de Luca Baccarin, Guilherme Pereira Berriel, Maria Eduarda de Assis Brasil Cavagni, Lavinia Di Luca, Ananda Silveira Cardoso, Leonardo Alexandre Peyré Tartaruga, Luiz Fernando Martins Kruehl
- 395** Associação entre a simultaneidade da inatividade física e do comportamento sedentário e depressão: um estudo de base populacional em adultos e idosos brasileiros
Cecilia Bertuol, Deborah Kazimoto Alves, Anne Ribeiro Streb, Caroline Soares da Silva, Patriline Vargas, Giovani Firpo Del Duca
- 396** Efeitos da cooperação e da competição sobre a autoeficácia, motivação intrínseca e afetos na aprendizagem do arremesso de lance livre do basquete
Cristiano Martins da Rosa Junior, Suzete Chiviawsky, Gisele Severo, Priscila Cardozo
- 397** Resultados do programa academia da saúde nas doenças não transmissíveis: percepção dos profissionais dos polos
Daniela Lopes dos Santos, Luciana Flores Battistella, André Moreira de Oliveira, Alessandra Garrot Vilanova, Xavéle Braatz Petermann

- 398** Predição do desempenho anaeróbio máximo a partir da produção de força máxima de extensores de quadril e joelho no movimento de agachamento
Davi das Aguas Costa Caixeta, Anne Caroline Rodrigues, Pedro Augusto Inacio, Patricia Sardinha Leonardo, Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins, Alberto Souza de Sá Filho
- 399** Avaliação da composição corporal e sua associação com dano no DNA entre praticantes de academias: um estudo comparativo entre brasileiros e espanhóis
Diene da Silva Schlickmann, Gabriela Cristina Uebel, Patrícia Molz, Aline Alves da Luz, Munithel Moraes Eisenhard, Silvia Isabel Rech Franke
- 400** Utilização de whey protein e sua relação com a frequência semanal de exercícios entre praticantes de academia
Eduarda da Silva Limberger Castilhos, Diene da Silva Schlickmann, Gabriela Moura Soares, Patrícia Molz, Silvia Isabel Rech Franke
- 401** Predição do desempenho aeróbio máximo a partir da produção de força máxima de extensores de quadril e joelho no movimento de deadlift
Eduardo Augusto Silva Rocha, Pedro Augusto Inacio, Josivam Peixoto Siqueira, Patricia Sardinha Leonardo, Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins, Alberto Souza Sá Filho
- 402** Quem o programa Segundo Tempo - UFSM está atendendo?
Eliana Citolim Rech, Maria Eduarda Somavilla Gonçalves, Igor Martins Barbosa, Nathália Prado Trindade, Gitane Fuke, Daniela Lopes dos Santos
- 403** Associação entre a composição corporal e o desempenho do teste de 3km
Fabio Santana, Euller Rodrigues de Oliveira, Maria Helena de Souza Santana, Frederico Schütz Rabelo, Iransé Oliveira Silva, Alberto Souza de Sá Filho
- 404** Validação de um biossensor vestível para mensuração da frequência cardíaca para prescrição de exercício físico
Fernanda Laís Loro, Riane Martins, Lucio Rene Prade, Cristiano Bonato Both, Cintia Laura Pereira de Araújo, Janaína Barcellos Ferreira, Pedro Dal Lago
- 405** Prática esportiva orientada e o atendimento às recomendações de atividade física em adolescentes
Franciele da Silva Ribeiro, Gustavo Dias Ferreira, Júlio Brugnara Mello, Eraldo dos Santos Pinheiro, Gabriel Gustavo Bergamann
- 406** Effects of açai supplementation (*euterpe precatoria*) on the eco-intensity of muscles after high-intensity intermittent exercise: a preliminary study
Gabriel Gomes Aguiar, Luma Palheta de Azevedo, Yana Barros Hara, Mayara da Silva Rodrigues, Yuri Menezes e Silva, Mateus Rossato
- 407** Hipóxia como estímulo adicional para 8 semanas de treinamento e diferentes níveis de atividade física para manutenção em 8 semanas de *follow-up*: estudo AerobiCOVID
Gabriel Peinado Costa, Carlos Dellavechia de Carvalho, Germano Marcolino Putti, Talita Morais Fernandes, Marcelo Papoti, Átila Alexandre Trapé
- 408** Capacidade cardiorrespiratória e futsal: fator determinante no desempenho?
Gabriel Rigo Weber, Igor Martins Barbosa
- 409** Prescrição de suplementos alimentares conforme a faixa etária: um estudo com praticantes de exercícios físicos em academias
Gabriela Moura Soares, Diene da Silva Schlickmann, Eduarda da Silva Limberger Castilhos, Patricia Molz, Silvia Isabel Rech Franke
- 410** Avaliação da lateralidade e co-contração muscular em ciclistas recreacionais com o uso do Ezzebike
Gabriella Lapresa Ribas, Jefferson Fagundes Loss
- 411** Produção de torque extensor de joelho entre praticantes de cross training e treinamento resistido: resultados preliminares
Heinrich Leon Souza Viera, Tiago Dutra Leite Nunes, Fábio Juner Lanferdini
- 412** Perfil Força-Velocidade (PFV) em karatecas e sua relação com Tempo de Resposta de Escolha (TRE)
Hugo Enrico Souza Machado, Victor Silveira Coswig, Antenor Barbosa Calandrini de Azevedo, Eduardo Macedo Penna
- 413** Ofertas de políticas públicas de esporte e lazer na Região Metropolitana do Recife/PE
Jean-pierre Martins Carneiro da Silveira, Andresa Amorim de Lima, Carla Meneses Hardman, Vilde Gomes de Menezes
- 414** Promoção da Saúde de pessoas LGBT através das práticas esportivas: um dispositivo de inclusão social
João Batista de Oliveira Junior, Zeno Carlos Tesser Junior, Rodrigo Otávio Moretti Pires
- 415** Comparação entre os efeitos do exercício de mobilidade ou aquecimento geral sobre a amplitude de movimento e o esforço percebido: um estudo controlado randomizado
Josivam Peixoto Siqueira, Lorraine Rodrigues Miranda, Pedro Augusto Inacio, Patricia Sardinha Leonardo, Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins, Alberto Souza de Sá Filho
- 416** O futsal feminino da Universidade Federal de Santa Maria e sua equipe multidisciplinar: um relato de experiência
Juliano Brilhante Alves, João Gabriel Gewehr, Igor Martins Barbosa

- 417** Reprodutibilidade das medidas de área de secção transversa muscular via ultrassom modo-b: um estudo de avaliação interdias e intra/inter avaliadores
Katielle Rodrigues da Silva Cardoso, Pedro Augusto Inacio, Viviane Soares, Patrícia Sardinha Leonardo, Alberto Souza de Sá Filho, Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins
- 418** Prevalência de lesão em atletas de equipes masculinas de voleibol sub -17
Lavinia Martins Di Luca, Guilherme Pereira Berriel, Maria Eduarda de Assis Brasil Cavagni, Carol de Luca Baccarin, Ananda Silveira Cardoso, Leonardo Alexandre Peyré Tartaruga, Luiz Fernando Martins Krue
- 419** Comparação da Força de Prensão Palmar após uma sessão de beach tennis jogada individualmente e em duplas em atletas amadoras
Leandro de Oliveira Carpes, Nathalia Jung, Lucas Domingues, Vinicius Schneider, Rodrigo Ferrari
- 420** Comparação do humor em jogadores profissionais e amadores de futsal durante o período competitivo
Leonardo Noschang Raimundo, Daniel Guterres Miranda da Silva, Pedro Schons, Guilherme Droscher de Vargas, Lucas Moraes Klein, Luiz Fernando Martins Krue, Artur Avelino Birk Preissler
- 421** Relato de experiência em programas de atividade física: atividades presenciais na EEFERP-USP, à distância e em estabelecimento parceiro
Leticia Detore Develey, Gabriel Peinado Costa, Arthur Polveiro da Silva, Isabela Mendes Zamperlini, Camila de Moraes, Átala Alexandre Trapé
- 422** Efeito agudo da mobilização articular sobre o desempenho subsequente da resistência de força: um estudo piloto
Lorraine Rodrigues Miranda, Pedro Augusto Inacio, Anne Caroline Rodrigues, Patricia Sardinha Leonardo, Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins, Alberto Souza de Sá Filho
- 423** Sobrecarga cardiovascular durante uma partida de beach tennis em mulheres com e sem hipertensão arterial
Lucas Betti Domingues, Leandro de Oliveira Carpes, Natália Nunes Jung, Rodrigo Ferrari
- 424** Efeitos da suplementação com açai (*euterpe precatoria marti*) sobre o desempenho de salto e sprint após exercício intermitente de alta intensidade
Luma Palheta de Azevedo, Gabriel Gomes Aguiar, Luana Marina Aranha e Silva, Vinicius Ventura Miranda de Araújo, Mateus Rossato
- 425** Conhecimento sobre tecnologias na atuação em saúde de profissionais de educação física: um estudo transversal
Magna Leilane da Silva, Ana Amélia Neri Oliveira, Valter Cordeiro Barbosa Filho
- 426** A utilização de diferentes configurações de Pequenos Jogos no desempenho cognitivo, na percepção de sucesso no esporte, na motivação e na ansiedade
Marcelo Couto Jorge Rodrigues, Tauany Garcia Marra, Geovana Pires Rodrigues, Else Saliés Fonseca, Eduardo de Paula Amorim Borges, Gustavo de Conti Teixeira Costa
- 427** Foam rolling's acute effects on myofascial tissue stiffness: a meta-analytical review with grade's recommendation
Marcelo Henrique Glänzel, Deivid Ribeiro Rodrigues, Gustavo do Nascimento Petter, Daniel Pozzobon, Marco Aurélio Vaz, Jeam Marcel Geremia
- 428** Foam rolling effects on plantar flexors delayed-onset muscle soreness after an eccentric exercise-induced muscle damage in healthy individuals
Marcelo Henrique Glänzel, Deivid Ribeiro Rodrigues, Rose Löbell, Carla Emilia Rossato, Daniel Pozzobon, Jeam Marcel Geremia
- 429** Respostas fisiológicas e bioquímicas em exercício de intensidade leve em militares: um estudo piloto
Marcos Paulo Campos Assis, Maria Eduarda Westrup Apolinario, Tifhany Santana do Nascimento, Eduarda Valim Pereira, Joni Marcios de Farias
- 430** Qualidade de sono e sonolência diurna de atletas de triatlo amadores no período pré-competitivo para o Ironman
Maria Eduarda de Assis Brasil Cavagni, Renato Rosso, Pedro Schons, Guilherme Droscher de Vargas, Luiz Fernando Martins Krue, Artur Avelino Birk Preissler
- 431** Relação força muscular com a densidade mineral óssea em mulheres jovens
Maria Eduarda Fernandes Leite, Núbia Maria de Olivera, Aryanne Hydeko Fukuoka Bueno, Pâmela Teodoro de Oliveira, Ezequiel Moreira Gonçalves
- 432** Existe associação entre volume de treinamento, sintomas de stress pré-competitivo e intenção de seguir treinando e competindo em jovens atletas de Ginástica Artística?
Marina Krause Weymar, Cristine Alberton, Stephanie Santana Pinto
- 433** Fatores de riscos à saúde e estilo de vida de atletas e a população geral: um estudo transversal
Mário Sérgio Vaz da Silva, Beatriz de Oliveira Oshiro, Nicole Iasmim Minante da Silva, Fabricio Cesar de Paula Ravagnan, Christianne de Faria Coelho-ravagnani
- 434** Futsal: uma modalidade eficaz para inferir no stress e humor?
Matheus Henrique da Silva Pacheco, Gabriel Rigo Weber, Lorenzo Laporta, Gabriel Ivan Pranke, Igor Martins Barbosa

- 435** A promoção da saúde nas eleições estaduais de 2018 e 2022
Murilo Andrade Santos, Saú da Silva Souza, Sérgio Donhayarid, Temistocles Damasceno Silva
- 436** A suplementação aguda com guaraná altera a frequência cardíaca no exercício físico?
Nathália Prado Trindade, Igor Martins Barbosa, Gabriel Rigo Weber, Luiz Fernando Cuozzo Lemos, Ivana Beatrice Mânica da Cruz
- 437** Influência da prática esportiva supervisionada na infância na prática esportiva na adolescência
Nathan Lazzaris Cruz, Débora Alves Guariglia, Ezequiel Moreira Gonçalves
- 438** Qualidade do sono, avaliada em meia temporada, em atletas de uma equipe semiprofissional de futsal feminino
Natiele Follmann, Gabriel Ivan Pranke, Igor Martins Barbosa, Lorenzo Iop Laporta, Gabriel Rigo Weber, Matheus Henrique da Silva Pacheco
- 439** Aptidão física de atletas de handebol feminino de acordo com a bateria de testes do PROESP
Nicole Carneiro Tura, Daniela Lopes dos Santos
- 440** Relação dos parâmetros da L-BIA com a potência muscular de meninas praticantes de voleibol: um estudo piloto
Nicolly Gonçalves de Oliveira, Aryanne Hydeko Fukuoka Bueno, Núbia Maria de Oliveira, Mariane Lamin Francisquinho, Ezequiel Moreira Gonçalves
- 441** Descrição das características cinéticas e cinemáticas do movimento de mudança de direção
Otavio Soares Emiliavacca, Gabriella Lapresa Ribas, Jefferson Fagundes Loss
- 442** Efeitos da eletroestimulação transcraniana por corrente contínua sobre o desempenho de *cleans and jerks*: uma análise de desempenho do *benchmark grace* da crossfit®
Pedro Augusto Querido Inacio, Josivam Peixoto Siqueira, Lorraine Rodrigues Miranda, Patrícia Sardinha Leonardo, Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins, Alberto Souza de Sá Filho
- 443** Análise da oscilação da saturação de oxigênio após o exercício de potência em alta intensidade
Pedro Sardinha Leonardo Lopes Martins, Pedro Augusto Inacio, Iransé Oliveira Silva, Patricia Sardinha Leonardo, Rodrigo Alvaro Brandão Lopes-martins, Alberto Souza de Sá Filho
- 444** Influência do nível de atividade física sobre os sintomas de ansiedade em estudantes universitários: um estudo piloto da coorte prospectiva Unilife-M
Rafael Araujo Motta, Jhonatan Wélington Pereira Gaia, Lívia Patrícia da Silva Nascimento, Daniel Alvarez Pires, Andréa Camaz Deslandes, Felipe Barreto Schuch
- 445** Efeitos agudos da corrida em declive, sobre a geração do pico de torque em flexores e extensores de joelho
Raisa Seabra Carvalho, Esmeralda Lhia do Nascimento Santos, Luma Palheta de Azevedo, Nathalia Chris Oliveira Franco, Mateus Rossato
- 446** Influência da cafeína no desempenho de atletas de corrida de *endurance* treinados – resultados preliminares
Raquel Bender Lang, Rodrigo Quevedo, Rodrigo Leal, Gabriel Mayer Tossi, Nelson Jurandi Rosa Fagundes, Alvaro Reischak de Oliveira, Clarice Sperotto dos Santos Rocha, Vitor Aresi Delavald
- 447** Perfil e padrões de treinamento de nadadores da categoria máster da Região Sul do Brasil
Raul Javorsky da Costa, Cati Reckelberg Azambuja
- 448** Reliability of the actigraph® gt3x accelerometer to evaluate the muscle power of lower limbs in the squat jump
Rodrigo Alves França, Daniela Lopes dos Santos, Nicole Carneiro Tura, Tiago Dutra Leite Nunes, Heinrich Viera, Lucas Gidiel Machado
- 449** A promoção da saúde na agenda presidencial brasileira (2006-2022)
Saú da Silva Souza, Sérgio Donha Yarid, Fernando Augusto Starepravo, Ismar Eduardo Martins Filho, Temistoclis Damasceno Silva
- 450** Perfil de força de preensão manual, escapular e dorsal em alunos/desportistas de modalidades coletivas do IFPI
Sérvulo Fernando Costa Lima, Osvaldino Ferreira Junior, Iransé Oliveira-silva
- 451** Satisfação com peso corporal e sua relação com consumo suplementos entre praticantes de exercícios físicos em academias
Silvia Isabel Rech Franke, Diene da Silva Schlickmann, Munithele Moraes Eisenhardt, Aline Alves da Luz, Patrícia Molz, Hildegard Hedwig Pohl
- 452** Estimativa de gasto energético de praticantes de Crossfit®
Tayani Palma Cohen, Larissa Guimarães, Ramiro Barcos Nunes, Cláudia Dornelles Schneider
- 453** Será que diferentes testes anaeróbios podem prever acuradamente o desempenho aeróbio máximo?
Temistoclis Alaiã Pereira da Silva, Lorraine Rodrigues Miranda, Pedro Augusto Inacio, Patricia Sardinha Leonardo, Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins, Alberto Souza de Sá Filho
- 454** Avaliação do desempenho físico de atletas amadores de futsal feminino do alto sertão paraibano
Thiago Mateus Batista Pinto, Noel Neto Nogueira Lacerda, Amanda Alves da Silva, Wesley Crispim Ramalho, Ana Caroline Ferreira Campos de Sousa, Wannubya Caroline de Almeida Nobre Ramalho

- 455** Simetrias entre membros inferiores e razões de torque isquiotibiais/quadríceps (I/Q) de atletas
Tiago Dutra Leite Nunes, Heinrich Leon Souza Viera, Silvana Corrêa Matheus, Daniela Lopes dos Santos, Michele Forgiarini Saccol, Fábio Juner Lanferdini
- 456** Comportamento de sono como estratégia de recuperação em atletas: revisão de escopo
Verônica Moreira Souto Ferreira, Daniel Alvarez Pires
- 457** Associação entre volume de treino e sintomas depressivos e de ansiedade em atletas de ginástica artística
Victória Winckler Sosinski, Marina Krause Weymar, Cristine Alberton, Stephanie Santana Pinto
- 458** A Promoção da Saúde nos conteúdos programáticos dos partidos políticos brasileiros
Vinicius Santos Porto, Saú da Silva Souza, Sérgio Donha Yarid, Temistocles Damasceno Silva
- 459** Atividade física e esportes em projetos de extensão: a experiência do gedmes na UENP-PR
Walcir Ferreira Lima, Silvia Bandeira da Silva Lima, Mariane Aparecida Coco, Maria Eduarda Príncipe, Bianca de Oliveira Kanasiro Mazzuchelli, Flávia Évelin Bandeira Lima Valério
- 460** O desempenho físico se mantém o mesmo durante uma partida de basquetebol em cadeira de rodas?
Yana Barros Hara, Anselmo de Athayde Costa e Silva, João Claudio Braga Pereira Machado, Mateus Rossato
- 466** Profissional de educação física na Atenção Primária à Saúde: relato de experiência a partir de visitas domiciliares
Ana Luísa Kuehn de Souza
- 467** Exercício físico e reabilitação funcional: análise da operacionalização e atendimento de ambulatório Pós-COVID-19 em um hospital universitário
Anderson Sprenger Valus, Jean Carlos de Goveia, Thaiane Moleta Vargas, Leandro Martinez Vargas
- 468** Hábitos alimentares de usuários do Programa Academia da Saúde
André Moreira de Oliveira, Daniela Lopes dos Santos, Adriele Carine Menezes Denardin, Alessandra Garrot Vilanova, Luciana Flores Battistella, Xavéle Braatz Petermann
- 469** Atuação de profissionais de educação física no âmbito hospitalar: um relato de experiência
Andressa Marcele Maia Guimarães, Kahoane Fragoso Sandmann, Julia Schlichting Azevedo, Ana Luísa Kuehn de Souza
- 470** Estratégias para promover motivação para a atividade física no contexto da Atenção Primária à Saúde
Anelise Sandri, Maria Eduarda Venera, Gabriela Remor, Rodrigo Sudatti Delevatti, Thiago Sousa Matias
- 471** Estado funcional e sintomas persistentes em adultos Pós-COVID-19 avaliados na atenção primária do sistema público de saúde brasileiro
Arina Hansen, Yolanda Gonçalves da Silva Fontes, Tatiane Boff Centenaro, Ana Inês González, Kamilla Brum Martins Barreto, Tales de Carvalho
- 472** A contribuição do projeto Saúde Ativa nos aspectos psicossociais na percepção dos participantes
Camila Bosquiero Papini, Júlia Cunha Santos Oliveira, Isabella Aparecida Souza Silva, José Lucas Martins Rocha, Matheus Martins Moreira
- 473** Portal Prática Saúde: uma iniciativa para instrumentalizar profissionais da saúde para promoção da atividade física no SUS
Carmen Arisi Terenzi, Paula Fabricio Sandreschi, Tânia Bertoldo Benedetti, Fábio Almeida
- 474** Muito além do exercício: a criação da equipe de apoio ao Programa Academias da Saúde em um município alagoano
Cinthya Rafaella Nóbrega Magalhães da Nóbrega Novaes, Christian de Andrade Silva, Marcela de Oliveira Lima Gerbase, Jadson Barros, Eulina Valeska Soares Sarmento, Monique Kelmny Duarte da Silva, Antônio Sérgio Pinheiro
- 475** Programa Academia da Saúde: Modelo lógico das ações para a promoção da atividade física em uma cidade de pequeno porte
Claudia Heller Cunha Guimarães, Alice Tatiane da Silva, Josue Mendes dos Santos, Rogério César Fermino

Atividade física no Sistema Único de Saúde

- 462** Disciplina Práticas de Atenção Primária à Saúde: relato de experiência curricular na Fisioterapia
Sofia Thiesen Dewes, Ana Alice Cardoso Faria, Manoela Araújo da Costa, Lauren dos Santos de Medeiros, Suendi Stiff Nornberg, Beatriz Mansanari, Maíra Junkes-cunha
- 463** Atividade física e saúde pública: conhecimento de profissionais da Atenção Básica sobre as recomendações da Organização Mundial da Saúde
Alice Tatiane da Silva, Thais Gabriele dos Santos, Letícia Pechnicki dos Santos, Jorge Royer Buchmann, Cassiano Ricardo Rech, Rogério César Fermino
- 464** Promoção da atividade física nas UBS do município de São Paulo/SP em 2018
Ana Carolina Martins de Oliveira, Evelyn Helena Ribeiro, Lúcia de Fátima Querido Rodrigues, Alex Antonio Florindo
- 465** Aptidão física de hemodialíticos crônicos: um estudo transversal
Ana Carolina Pereira Baptista, Wagner Luiz do Prado, Diego Giuliano Destro Christofaro, Michael Torres, João Paulo Botero

- 476** Movimenta Botuverá itinerante: aproximação das práticas corporais e atividade física à população do território da APS
Daiane Bottamedi, João Batista de Oliveira Júnior, Anelise Sandri, Fernando Henrique Prado
- 477** Implantação da hidroginástica na Atenção Primária à Saúde do município de Botuverá/SC: um relato de experiência
Daiane Bottamedi, Marcia Adriana Cansian
- 478** Conhecer e cumprir as recomendações de atividade física estão associados à prática de aconselhamento sobre atividade física?
Danielle de Amaral Macedo, Carla Elane Silva dos Santos, Viviane Nogueira de Zorzi, Sheylane de Queiroz Moraes, Cassiano Ricardo Rech
- 479** Atividade física insuficiente e obesidade em usuários cadastrados na Atenção Primária de Saúde de Presidente Prudente/SP
Dayane Cristina Queiroz Correia, Charles Rodrigues Junior, Gabriel da Silva Bernardini, Glória de Lima Rodrigues, Eloisa Rodrigues Sampaio, Jamile Sanches Codogno
- 480** HIV/AIDS, nível socioeconômico e barreiras para a prática de atividades físicas
Elean Matias Dumke, Silvana Corrêa Matheus, Mauri Schwanck Behenck, Daniela Lopes dos Santos, Rafaela Lara Dalla Corte, Maira Acosta Ferreira
- 481** Adesão às ações de controle do *diabetes mellitus* tipo 2 e o consumo alimentar, nível de atividade física e adesão medicamentosa de usuários da atenção primária
Elisa Brosina de Leon, Lucas Santos Fernandes, Johrdy Amilton da Costa Braga, Natan Melgueiro Costa, James Dean Oliveira dos Santos Júnior, Hércules Lázaro Morais Campos
- 482** Nível de atividade física e doenças crônicas não transmissíveis de usuários da atenção primária, segundo modalidade de atenção à saúde
Eloisa Rodrigues Sampaio, Juziane Teixeira Guiça, Dayane Cristina Queiroz Correia, Maria Carolina Saes Castanho Norberto, Gabriel da Silva Bernardini, Jamile Sanches Codogno
- 483** Educação física no SUS: para que serve?
Francielen Arantes, João Henrique Bizon Gomes, Rafaela Afonso Crepaldi, Yago Augusto dos Santos, Paula Teixeira Fernandes
- 484** Desafios da educação física na residência multiprofissional em saúde da criança e do adolescente na atenção primária do SUS em Campinas/SP
Francielen Arantes, Paula Teixeira Fernandes
- 485** Implementação das recomendações para desenvolvimento de práticas exitosas de atividade física na Atenção Primária à Saúde: resultados da pesquisa SAFE
Francisco Timbó de Paiva Neto, Tânia Rosane Bertoldo Benedetti, Joel de Almeida Siqueira Junior, Paula Fabricio Sandreschi, Sofia Wolker Manta, Cassiano Ricardo Rech
- 486** Análise da produção acadêmica relacionada ao Programa Academia da Saúde
Ivan Luiz Ferreira da Silva, Temistocles Damasceno Silva, Camilo Luis Monteiro Lourenço
- 487** Influência da prática regular de atividade física em casos graves de COVID-19
Jean Carlos de Goveia, Thaianie Moleta Vargas, Leandro Martinez Vargas
- 488** O paradoxo entre doença e adoecimento: perspectivas a partir da atividade física
João Henrique Bizon Gomes, Paula Teixeira Fernandes
- 489** Yoga, uma alternativa econômica e eficaz de atividade física para o Sistema Único de Saúde
Joni Marcio Farias, Eduarda Valim Pereira, Marcos Paulo Campos Assis, Maria Eduarda Westrup Apolinário, Tifhany Santana do Nascimento
- 490** Relação entre hábitos de vida e desfecho gestacional negativo
Joni Marcio Farias, Rosana Porto Matia Mateus, Eduarda Valim Pereira, Marcos Paulo Campos Assis, Maria Eduarda Westrup Apolinário, Tifhany Santana do Nascimento
- 491** Perfil dos profissionais que realizam aconselhamento sobre atividade física e comportamento sedentário na Atenção Primária à Saúde
Josue Mendes dos Santos, Camila Suota, Letícia Pechnicki dos Santos, Rogério César Fermino
- 492** Relação dos fatores de risco com doenças crônicas não transmissíveis
Juciléia Barbosa Bezerra, Tamilles Marques Sousa, Paulo Cerqueira dos Santos Junior
- 493** Associação da saúde mental com a composição corporal, nível de atividade física e bem-estar de pacientes do ambulatório de cirurgia bariátrica de um hospital da rede pública
Júlia Cunha Santos Oliveira, Matheus Martins Moreira, Camila Bosquiero Papini, Valter Paulo Neves Miranda
- 494** Associação entre o envolvimento em práticas integrativas e complementares de saúde e depressão em adultos brasileiros - Pesquisa Nacional de saúde 2019
Júlia Morais Manfrin, Julianne Fic Alves, Gislaine Terezinha Amaral Nienov, Marcus Vinicius Veber Lopes, Thiago Sousa Matias
- 495** Nível de atividade física de usuários hipertensos cadastrados em diferentes modalidades de Saúde da Atenção Primária de Presidente Prudente/SP
Juziane Teixeira Guiça, Dayane Cristina Queiroz Correia, Maria Carolina Castanho Saes Norberto, Charles Rodrigues Junior, Glória de Lima Rodrigues, Jamile Sanches Codogno
- 496** Programa de atenção à saúde das pessoas com dor lombar crônica - uma proposta de intervenção
Lauren dos Santos de Medeiros, Manoela Araújo da Costa, Manuela Kruger da Silva, Maíra Junkes-cunha

- 497** Avaliação de uma capacitação para promoção de atividade física ofertada à profissionais de saúde da Atenção Primária
Letícia Aparecida Calderão Spósito, Paulo Henrique Guerra, Hassan Mohamed Elsangedy, Eduardo Kokubun
- 498** Efetividade de intervenção comunitária baseada em exercícios físicos e no autocuidado apoiado sobre a reversão da fragilidade em idosos
Letícia Lemos Ayres da Gama Bastos, Mauro Virgílio Gomes de Barros
- 499** Efeito moderador do sexo na associação entre o aconselhamento e atividade física de adultos atendidos na Atenção Primária à Saúde
Letícia Pechnicki dos Santos, Alice Tatiane da Silva, Cassiano Ricardo Rech, Lucélia Justino Borges, Rogério César Fermino
- 500** Interprofissionalidade e multiprofissionalidade: uma ótica profissional dos residentes em saúde coletiva
Lis Maria Machado Ribeiro Bezerra Bezerra, Layane Costa Saraiva
- 501** Barreiras para a mobilização precoce de pacientes hospitalizados
Lisiane Krolikovski da Silva, Ciro Romelio Rodriguez-añez
- 502** Atividade física durante a gestação: um estudo qualitativo sobre as crenças e percepções em relação à atividade física na coorte de nascimentos de 2015, Pelotas, RS, Brasil
Maiara Gonçalves dos Santos, Helen Gonçalves, Ana Luiza Gonçalves Soares, Marlos Rodrigues Domingues, Andréa Dâmaso Bertoldi, Mariângela Freitas da Silveira, Carolina de Vargas Nunes Coll
- 503** Atuação dos profissionais de educação física no caps sobre a óptica da atenção integral à saúde : um relato de experiência
Marcos Antonio da Silva Lamarque, Giovana Smolski Driemeier, Taís Isabel Leubet, Brenda Atarão, Moane Marchesan Krug
- 504** Atuação dos profissionais de educação física na atenção básica à saúde da regional de Uberaba-MG segundo secretários municipais
Marijunio Rocha Pires, Carlos Augusto Souza Brasil, Claudio Bispo de Almeida, Luiz Humberto Rodrigues Souza, Berta Leni Costa Cardoso, Renata Damião
- 505** Fatores associados à participação de adultos em programas comunitários de Atividade Física no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde - Brasil 2019
Marília da Silva Alves, Roberto Jerônimo dos Santos Silva
- 506** A atividade física nos Planos Municipais de Saúde 2022-2025 de Sergipe
Marília da Silva Alves, Roberto Jerônimo dos Santos Silva
- 507** Relação entre custos com saúde e absenteísmo em adultos com doenças cardiovasculares: impacto da atividade física
Monique Yndawe Castanho Araujo, Maria Carolina Castanho Saes Norberto, Glória de Lima Rodrigues, Lionai Lima dos Santos, Jamile Sanches Codogno
- 508** Associação entre comportamento sedentário aos domingos e inatividade física no lazer em pacientes internados em unidade de tratamento intensivo por COVID-19
Patrîne Vargas, Caroline Soares da Silva, Deborah Kazimoto Alves, Cecília Bertuol, Jucemar Benedet, Giovanni Firpo Del Duca
- 509** Atividade física no sus: avaliação a partir da pesquisa SAFE
Paula Fabricio Sandreschi, Sofia Wolker Manta, Francisco Timbó de Paiva Neto, Fábio Araújo Almeida, Cassiano Ricardo Rech, Tânia Rosane Bertoldo Benedetti
- 510** O papel do residente de educação física na atenção primária na estratégia saúde da família: relato de experiência
Pedro Henrique Silva Martins de Oliveira, Silviana Rodrigues de Paiva
- 511** Prevalência de déficit cognitivo ligeiro em participantes de um programa de atividade física na Atenção Primária à Saúde
Priscila Missaki Nakamura, Inara Maria da Silva Savioli, Lucas Donizetti Martins, Mateus Honorio, Inaia Pignatti Teixeira
- 512** Práticas corporais em grupo com profissionais de educação física: uma análise de série temporal histórica
Priscilla Cardoso da Silva, Bruna Guimarães Dimer, Mariana da Costa Salecker, Josieli Alves Fraga, Thaís Fraga Brandão, Sarah Giulia Bandeira Felipe, Lucia Faria Borges, Andréa Gonçalves Kruger
- 513** O comportamento sedentário é comum a todos os adultos?
Rafael Verissimo de Andrade Martins, Josue Mendes dos Santos, Alice Tatiane da Silva, Letícia Pechnicki dos Santos, Rogério César Fermino
- 514** Residência Multiprofissional em Saúde: relato de experiência de duas profissionais de educação física com atuação na Atenção Primária à Saúde
Rafaela Afonso Crepaldi, Caroline Fogagnolo, Átila Alexandre Trapé, Marco Carlos Uchida
- 515** Estratégias de aconselhamento sobre atividade física recebidas por adultos atendidos na Atenção Primária à Saúde
Rogério César Fermino, Letícia Aparecida Calderão Spósito, Letícia Pechnicki dos Santos, Josue Mendes dos Santos, Paulo Henrique Guerra, Cassiano Ricardo Rech

516 O aconselhamento breve sobre atividade física pode favorecer a mudança de comportamento de todos os adultos?

Thais Gabriele dos Santos, Alice Tatiane da Silva, Jorge Royer Buchmann, Letícia Pechnicki dos Santos, Rogério César Fermino

517 Uso do método amparo no programa de recondicionamento físico com pacientes de um hospital universitário da rede pública

Valter Paulo Neves Miranda, Júlia Cunha Santos Oliveira, Matheus Martins Moreira, Leonardo Augusto Servino Fonseca, Camila Bosquiero Papini

518 O planejamento em um grupo comunitário: contribuições da Política Nacional de Promoção da Saúde

Victor Felipe de Assis, Jamilly Ferreira Cardoso, Gabriele Candido Chiodelli, Francisco Timbó de Paiva Neto, Cassiano Ricardo Rech

519 Características dos profissionais de educação física atuantes na Atenção Básica do estado de Alagoas

Vinicius Tenório Moraes da Silva, Cinthya Rafaella Magalhães da Nóbrega Novaes, Ingrid Kelly Alves dos Santos Pinheiro, Everton Carnaúba dos Santos, Flávia Accioly Canuto Wanderley

Atividade física no ambiente aquático e saúde

521 Efeito do exercício aquático intervalado de alta intensidade na reatividade da pressão arterial de mulheres pós-menopausadas hipertensas

Ana Clara Ribeiro Cunha, Tássia Magnabosco Siconeto, Caroline Pereira Garcês, Juliana Cristina Silva, Ana Carolina Kanitz, Guilherme Morais Puga

522 Estratégias de recrutamento das participantes de um estudo com mulheres sobreviventes do câncer de mama: relatório de recrutamento do estudo WaterMama

Bruno Ezequiel Botelho Xavier, Cristiane Rios Petrarca, Victor Guesser Pinheiro, Cristine Lima Alberton, Stephanie Santana Pinto

523 Antropometria e habilidades aquáticas das crianças que frequentam natação

Eduarda Eugenia Dias de Jesus, Jessica Sperandio, Fabrício Faltarone Brasilino, Pedro Jorge Cortes Morales

524 O treinamento concorrente na hidroginástica melhora a qualidade muscular do quadríceps de mulheres jovens

Erick Nunes Fernandes, Ana Carolina Kanitz, Cristine Lima Alberton, Stephanie Santana Pinto

525 O efeito de treinamentos pliométricos realizados em terra e água na altura de salto, desempenho físico e na percepção e marcadores de dor: uma revisão sistemática

Guilherme Droscher de Vargas, Gabriel Rodrigues Caxias de Sousa, Jonas Zanella, Giovanni Brito Rimolo, Artur Avelino Birk, Pedro Schons, Lucas Klein, Luiz Fernando Martins Krue

526 Efeito da intervenção sUrFPE Nível 1 sobre as competências técnicas do surfe

Higo Faraday Paraíso Leão, Débora Aline Freitas Santos, Mayara Alves Leal Guimarães, Lucas Eduardo Rodrigues Santos, Rafael dos Santos Henrique, Tony Meireles Santos

527 Efeitos de um treinamento aeróbico de hidroginástica na qualidade de vida de idosos

Jonas Casagrande Zanella, Camila Miranda, Bruna Sacchi Fraga, Mariana de Souza Strehl, Yasmin Bortoli Führ, Ana Carolina Kanitz

528 Doze semanas de treinamento aeróbico aquático na posição vertical melhora aptidão funcional de adultos de meia idade independente da progressão

Larissa dos Santos Leonel, Ingrid Alessandra Victoria Wolin, Silas Nery de Oliveira, Rodrigo Sudatti Delevatti

529 Doze semanas de treinamento aeróbico no meio aquático melhoram capacidade funcional de adultos de meia idade

Laura Loana da Silva, Larissa dos Santos Leonel, Rodrigo Sudatti Delevatti

530 Comparação da prática de hidroginástica versus natação sobre parâmetros de saúde mental, autonomia funcional e resistência muscular em idosos comórbidos

Luciano Acordi da Silva, Vitória da Silva e Silva, Maurício Fagundes Santos, Rafael Alex dos Santos Macedo, Gislaíne Reus, Paulo Cesar Loock, Karin Martins Gomes

531 Diferenças entre os sexos na bradicardia evocada pelo “reflexo do mergulho” em repouso e durante o exercício dinâmico

Marcela Sousa de Araújo, Adamor da Silva Lima, Rosa Diaz Guerrero, Lauro Casqueiro Vianna

532 A influência dos esportes aquáticos de aventura na saúde emocional e bem-estar psicológico de seus praticantes

Rosane Camila de Godoi, Paula Teixeira Fernandes

533 Efeito de uma sessão de exercício aquático na pressão arterial ambulatorial de mulheres pós-menopausadas hipertensas

Tássia Magnabosco Siconeto, Ana Clara Ribeiro Cunha, Caroline Pereira Garcês, Juliana Cristina Silva, Ana Carolina Kanitz, Guilherme Morais Puga

Mulheres na ciência

535 Contractility of the pelvic floor muscles from rest to Maximum Voluntary Contraction: a systematic review and meta-analysis

Andriéli Aparecida Salbego Lançanova, Daniele Cristine da Silva Gomes, Francesca Chaida Sonda, Marcelo Henrique Glänzel, Luciana Laureano Paiva, Marco Aurélio Vaz

- 536** O estado de humor de mulheres na menopausa é afetado por níveis de estresse e sintomas de ansiedade e depressão
Danielly Yani Fausto, Julia Beatriz Bocchi Martins, Thuane Huyer da Roza, Adriane Pogere, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães
- 537** Inter-analyzer reliability of triceps surae muscle architecture parameters of eumenorrheic women in the menstrual cycle's follicular phase
Francesca Chaida Sonda, Andriéli Aparecida Salbego Lançanova, Marcelo Henrique Glänzel, Sarahí Silva, Helena Von Eye Corleta, Marco Aurélio Vaz
- 538** Efeitos da alimentação com restrição de tempo associada à restrição calórica sobre o risco de compulsão alimentar periódica em adultos com sobrepeso e obesidade grau 1
Jéssica do Nascimento Queiroz, Elisa Menzem Nascimento, Rodrigo Cauduro Oliveira Macedo, Samuel Vargas Munhoz, Rodrigo Leal de Menezes, Milena Menezes Machado, Jéssica Deisiane Scherer, Alvaro Reischak de Oliveira
- 539** O desempenho do salto contramovimento e do salto agachado em jogadores de futebol no início da pré-temporada e no início da temporada competitiva
Laura Alberti Zandavalli, Rafael Grazioli, Filipe Veeck, Ronei Silveira Pinto, Eduardo Lusa Cadore
- 540** Efeitos da alimentação com restrição de tempo associada à restrição calórica sobre parâmetros subjetivos do apetite em adultos com sobrepeso e obesidade grau 1
Milena Menezes Machado, Jéssica do Nascimento Queiroz, Rodrigo Cauduro Oliveira Macedo, Samuel Vargas Munhoz, Rodrigo Leal de Menezes, Alvaro Reischak de Oliveira
- 541** Representatividade feminina nos conselhos editoriais de revistas científicas: o papel da liderança feminina no cargo de editor-chefe
Rosa Virginia Diaz Guerrero, Mateus Gomes Lopes, Ian Vilela Cerqueira, Edmar Ramon Bueno, Athos Asano e Silva, Lauro Casqueiro Vianna
- 542** Perfil da aptidão física em escolares do Ensino Fundamental II
Adriana Braga Costa Bittencourt, Franck Nei Monteiro Barbosa, Gabriela Souza Quadros, Cezar Augusto Casotti, Hector Luíz Rodrigues Munaro
- 543** Indicadores de saúde em escolares da rede pública de Matinhos - PR: análise do estado nutricional e aptidão física relacionada à saúde
Alessandra Sumie Yamamoto, Nicolas Coutinho Lomba, Júlio Brugnara Mello, Adriano Akira Ferreira Hino, Evaldo Ribeiro Jr
- 544** Relação entre atividade física e percepção de felicidade em escolares de Lagoa do Carro - PE
Ana Beatriz Félix Lourenço, Ilana Santos Oliveira, Igor Rodrigues de Souza Sobral, Daniela Karina da Silva Ferreira, Douglas Eduardo Ferreira Maia, Rafael dos Santos Henrique
- 545** Associação entre características individuais da rede de amigos e a atividade física
Ana Caroline Ferreira Campos de Sousa, Leandro Martin Totaro Garcia, Amanda Alves da Silva, Thiago Mateus Batista Pinto, Priscila Cristina dos Santos, Kelly Samara da Silva
- 546** Deslocamento ativo e rede escolar: associação com níveis de atividade física no lazer após dois anos de acompanhamento em crianças e adolescentes
Ana Paula Sehn, Luciana Tornquist, Debora Tornquist, Letícia Borfe, Nathália Quaiatto Félix, Cézane Priscila Reuter
- 547** Diferentes intensidades da prática de atividade física e biomarcadores inflamatórios em meninas eutróficas: *ABCD Growth Study*
Andréa Wigna, Ana Elisa Von Ah Morano, Jacqueline Urban Bexiga, Santiago Maillane-vanegas, Rômulo Araújo Fernandes
- 548** Mapeamento das evidências sobre as diretrizes de comportamento de movimento de 24 horas em crianças e adolescentes: revisão de escopo
Andressa Ferreira da Silva, Priscila Custódio Martins, Diego Augusto Santos Silva
- 549** Acesso a dispositivos eletrônicos de telas no domicílio e o uso diário de telas entre crianças e adolescentes quilombolas
Anna Karolina Cerqueira Barros, Luana da Silva e Silva, Lívia do Nascimento Xavier, Mayva Mayana Ferreira Schran, Gilmar Mercês de Jesus
- 550** Influência de diferentes métodos de ensino do tênis de campo no desenvolvimento motor de crianças e adolescentes de 3 a 11 anos
Antonio Henrique Ximenes de Andrade, Mariane Aparecida Coco, Walcir Ferreira Lima, Sílvia Bandeira da Silva Lima, Flávia Évelin Bandeira Lima Valério
- 551** Impactos da pandemia de COVID-19 no perfil metabólico de adolescentes atletas de natação: *ABCD Growth Study*
Antonio Vinícius Ribeiro de Oliveira, Andréa Wigna, Ana Elisa Von Ah Morano, Jacqueline Bexiga Urban, Rômulo Araújo Fernandes

Atividade física e saúde de crianças e adolescentes

- 555** Escolares com doenças reumáticas pediátricas tem menor motivação esportiva e menor força muscular comparado com escolares saudáveis: um estudo transversal
Brenda Lamb de Saibro, Leonardo Peterson dos Santos, Letícia de Borba Schneiders, Anelise Reis Gaya, Sandra Helena Machado, Rafaela Cavalheiro do Espírito Santo
- 556** *Clusters* de atividade física, comportamento sedentário e dieta associados à imagem corporal em adolescentes brasileiros
Bruno Nunes de Oliveira, Gabrielli Thais de Mello, Priscila Cristina dos Santos, Marcus Vinicius Veber Lopes, Gabriel Pereira Maciel, Kelly Samara Silva
- 557** Fatores associados ao uso problemático de smartphone: um estudo com escolares no Extremo Sul do Brasil
Bruno Pedrini de Almeida, Yasmin Marques Castro, Eduardo Gauze Alexandrino, Samuel de Carvalho Dumith, Michael Pereira da Silva
- 558** Atividade física, comportamento sedentário e risco cardiovascular de adolescentes alagoanos que vivem com HIV
Caio César da Silva Moura Santos, Yago Silva Mascarenhas, Marcos Cezar Pitombo da Silva Junior, Marcilene Glay Viana Pessoa, Victor Gustavo Ferreira Santos, Luiz Rodrigo Augustemak de Lima
- 559** Atividade física na adolescência e na adultez emergente: análise da continuidade através da PeNSE/2012, PeNSE/2015 e da PNS/2019
Carlos Alex Martins Soares, Otávio Amaral de Andrade Leão, Pedro Curi Hallal, Mário Bernardes Wagner
- 560** Relação do Índice de Massa Corporal com a razão cintura estatura em escolares de Garopaba/SC
Carolina Correia Selmo, Luciana Chultes, Adroaldo Cezar Araujo Gaya
- 561** Relação da atividade física e do comportamento sedentário com estresse psicológico e ansiedade em adolescentes durante a pandemia de COVID-19
Caroline Ramos de Moura Silva, Lizandra Barbosa de Lima, Andresa Amorim de Lima, Maria Cecília Marinho Tenório, Carla Meneses Hardman
- 562** Relação da ocorrência simultânea da atividade física, comportamento sedentário e sono com marcadores cardiometabólicos em adolescentes
Cássio Gustavo Sena Assunção, James Silva Moura Buchmeier, Juliana Maria da Penha Freire Silva, Tayse Guedes Cabral, José Cazua de Farias Júnior
- 563** Projeto *Sunrise*: atividade física e tempo de sono em crianças de 3 a 5 anos
Claudio Henrique Pereira Verão, Alison Brendo Cintra de Souza, Mário Luiz Dutra Zeni, Sarita de Mendonça Bacciotti, Mariana Biagi Batista, Evelyn Helena Corgosinho Ribeiro
- 564** Diferenças na aptidão física de crianças e adolescentes de acordo com o estado nutricional
Cleydson Alexandre da Silva, Noadia Maria Guimarães da Silva, Camille Cristine Barbosa Correia, Ramon de Albuquerque Costa, Thaliane Mayara Pessoa dos Prazeres, Rafael dos Santos Henrique
- 565** Nível de atividade física e satisfação corporal de adolescentes residentes no Sudoeste da Bahia
Daniel de Jesus Torres, Esther Gusmão Mendes, Rogério dos Santos Amorim, Gildásio Oliveira Araújo, Aline da Silva Adães Motta, Fábio Thomaz Melo
- 566** Associação entre atividade física, comportamento sedentário, sono e índice de massa corporal em adolescentes: uma análise de classes latentes
Darley Severino Cardoso, Thais Maria da Silva, Sabrina Vitoria Lapa da Silva, Rodrigo da Silva Almeida, Javiera Alarcón Aguilar, Daniel da Rocha Queiroz
- 567** Trajectories of device-measured physical activity during early childhood and its determinants: findings from the 2015 Pelotas (Brazil) Birth Cohort Study
Debora Tornquist, Inácio Crochemore-silva, Luciana Tornquist, Grégore Iven Mielke, Joseph Murray, Marlos Rodrigues Domingues
- 568** Nível de atividade física de estudantes de ensino médio de um colégio público do interior baiano
Deiviani Santos Gallo Silva, Adevaldo Felipe Oliveira Sobrinho, Yan Felipe Rodrigues dos Santos, Andressa Pereira Costa, Daniel de Jesus Torres, Marjúnio Rocha Pires
- 569** Valores normativos da aptidão cardiorrespiratória em escolares de Lagoa do Carro-PE
Douglas Marques Cavalcanti, Tércio Araújo do Rêgo Barros, Camille Cristine Barbosa Correia, Douglas Eduardo Ferreira Maia, Marcus de Alencar Matos, Rafael dos Santos Henrique
- 570** Qual a percepção da autoeficácia, autoestima e imagem corporal de adolescentes com sobrepeso/obesidade participantes de um tratamento multidisciplinar com exercícios físicos?
Edirlane Soares do Nascimento, Haryson Rogeres Arcanjo de Oliveira, Erika Araújo Rodrigues, Érica Rodrigues da Silva, José Roberto Andrade do Nascimento Júnior, Yara Lucy Fidelix
- 571** Associações do comportamento sedentário entre adolescentes e seus pais de acordo com sexo e nível socioeconômico
Eduardo Duarte de Lima Mesquita, Isabella Cristina Leoci, Amanda Barbosa dos Santos, Enrique Gervasoni Ferreira Leite, Ewerton Pegorelli Antunes, Gustavo dos Santos Druzian, William Rodrigues Tebar, Victor Spiandor Beretta, Wésley Torres, Rômulo Araújo Fernandes, Diego Giulliano Destro Christófar

- 572** Papel mediador da vitamina D na associação entre massa livre de gordura e parâmetros de força óssea em adolescentes nadadores: *ABCD Growth Study*
Eduardo Duarte de Lima Mesquita, Wésley Torres, Isabella Neto Exupério, Vinícius de Almeida Corrêa, Jacqueline Bexiga Urban, Isabelle Biazon Morimoto, Vitor Afonso Polidoro, Jefferson de Souza Dias, Monique Yndawe Castanho Araujo, Romulo Araújo Fernandes
- 573** Jovens fisicamente mais ativos são mais sábios? Estudo transversal com estudantes do Ensino Médio do Sul do Brasil
Eduardo Gauze Alexandrino, Pâmela Moraes Volz, Leandro Quadro Corrêa, Rodrigo Rodrigues, Michael Pereira da Silva, Samuel de Carvalho Dumith
- 574** Associação entre nível socioeconômico e aspectos psicossociais relacionados à atividade física de adolescentes de Curitiba-PR
Elden Antonio Schitg, Graziella Meira Gusso Machado, Thamires Gabrielly dos Santos Coco, Adriano Akira Ferreira Hino, Rodrigo Siqueira Reis
- 575** *Smartphone/tablet*, atividade física e sono em crianças de 5 a 10 anos: uma revisão sistemática e metanálise
Eliane Denise Araújo Bacil, Michael Pereira da Silva, Rafael Vieira Martins, Cristiane Galvão da Costa, João Miguel Torres Duarte, Wagner de Campos
- 576** Relação do *bullying* com a qualidade de vida em estudantes do ensino médio
Emily Crichton Cruz, Priscila Cristina dos Santos, Bruno Nunes de Oliveira, Marcus Vinicius Veber Lopes, Kelly Samara da Silva, André Ferreira Cavalheiro
- 577** Comparação de componentes da aptidão física e perfil antropométrico de alunos de voleibol e futsal de um projeto social de Porto Alegre: um estudo de caso
Enzo Guerra, Felipe Maffei, Pedro Schons, Guilherme Droscher de Vargas, Luiz Fernando Martins Kruel, Artur Avelino Birk Preissler
- 578** Saúde dos pés e o ajuste do calçado de escolares
Fabrício Lúcio Neves de Lima, Mayza Batalha Mendonça de Lima, João Otacílio Libardoni dos Santos
- 579** Prevalência e fatores associados ao cumprimento das recomendações de atividade física, tempo de tela e sono entre adolescentes brasileiros: resultados do Erica
Felipe Vogt Cureau, Camila Wohlgemuth Schaan, Beatriz D. Schaan
- 580** Função pulmonar e capacidade funcional de pacientes com fibrose cística com idade escolar internados em um centro de referência
Franciele Ramos Figueira, Leonardo Moreira Porto Alegre
- 581** Adiposidade é mediadora da relação entre aptidão física e desempenho motor em adolescentes insuficientemente ativos?
Frederico Bento de Moraes Junior, Maiara Cristina Tadiotto, Patrícia Ribeiro Paes Corazza, Francisco José de Menezes Junior, Tatiana Affornali Tozo, Caroline Brand, Neiva Leite
- 582** Comportamentos de movimento no caminho de percepção de ameaça da doença do coronavírus e sintomas depressivos entre adolescentes brasileiros: uma análise de equação estrutural
Gabriel Pereira Maciel, Iranecide Etefvina Lopes, Victor Hugo Santos de Castro, Evelyne Ferreira de Castro Moreno, Valter Cordeiro Barbosa Filho, Kelly Samara da Silva
- 583** Relação entre coordenação motora grossa e desempenho acadêmico de crianças e adolescentes
Gabrielle Ceci Costa Couceiro, Rostand de Souza Lira Filho, Cássio Henrique Correia de Moura, Ana Beatriz Félix Lourenço, Noadia Maria Guimarães da Silva, Rafael dos Santos Henrique
- 584** Associação entre clusters de comportamentos do estilo de vida e isolamento social entre adolescentes brasileiros
Gislaine Terezinha do Amaral Nienov, Julianne Fic Alves, Marcus Vinicius Veber Lopes, Diego Itibere Cunha Vasconcellos, Thiago Sousa Matias
- 585** Desigualdades de sexo e nível socioeconômico nas trajetórias de atividade física dos 18 aos 22 anos na coorte de nascimentos de 1993 (Pelotas/RS)
Giulia Salaberry Leite, Otavio Amaral de Andrade Leão, Bruna Gonçalves Cordeiro da Silva, Helen Denise Gonçalves da Silva, Inácio Crochemore-silva
- 586** Associação entre o comportamento sedentário e variáveis sociodemográficas em adolescentes do Pantanal sul mato-grossense
Guilherme Henrique Olanda Oliveira, Edineia Aparecida Gomes Ribeiro
- 587** Fadiga relacionada ao câncer autorrelatada pelos pais de crianças e adolescentes em tratamento oncológico
Herber Orlando Benitez, Licelli Amante Cardoso, Ingrid Alessandra Victoria Wolin, Micheli Carminatti, Isadora Dalla Lana, Cíntia de La Rocha Freitas
- 588** Apoio social e práticas de atividade física em adolescentes: uma análise longitudinal
Ially Rayssa Dias Moura, Tayse Guedes Cabral, Juliana Maria da Penha Freire Silva, Eduarda Cristina da Costa Silva, José Cazuza de Farias Júnior
- 589** Relação entre letramento corporal e coordenação motora em escolares de Lagoa do Carro-PE
Igor Rodrigues de Souza Sobral, Ana Beatriz Félix Lourenço, Nayara de Souza Oliveira, Rostand de Souza Lira Filho, João Paulo Bezerra de Freitas, Rafael dos Santos Henrique

- 590** A capacidade funcional em crianças e adolescentes durante o tratamento oncológico é influenciada negativamente pela idade e fadiga relacionada ao câncer
Ingrid Alessandra Victoria Wolin, Licelli Amante Cardoso, Micheli Carminatti, Herber Orlando Benitez, Mariana Alonso Etchemendy, Cíntia de La Rocha Freitas
- 591** Diferenças entre os hábitos de vida de escolares do Rio Grande do Sul praticantes de judô ou jiu-jitsu e não praticantes
Ingrid Claudia Pereira dos Santos, Bruna Nichele da Rosa, Cláudia Tarragó Candotti
- 592** Força muscular alométrica de adolescentes: um estudo de tendência secular de 10 anos
Jean Carlos Parmigiani de Marco, Tiago Rodrigues de Lima, Wladymir Kulkamp, André de Araújo Pinto, Andreia Pelegrini
- 593** Associação do nível de atividade física com a saúde mental em adolescentes de Curitiba-PR
João Miguel Torres Duarte, Ana Beatriz Pacífico, Cristiane Galvão da Costa, Eliane Denise Araújo Bacil, Wagner de Campos
- 594** Futsal feminino: (des)motivações para a prática
João Pedro Goulart Cirone, Luciana Chultes, Carolina Correia Selmo, Adroaldo Cezar Araujo
- 595** Associação entre indicadores de saúde de escolares em situação de vulnerabilidade social: uma análise a partir da perspectiva de redes
João Victor Cavalcanti Fraga, Noadia Maria Guimarães da Silva, Tércio Araújo do Rêgo Barros, Rafael dos Santos Henrique, Thaliane Mayara Pessoa dos Prazeres, Paulo Felipe Ribeiro Bandeira
- 596** Participar das aulas de educação física influencia na realização de atividades físicas no tempo livre?
Jorge Bezerra, Maria Julia de Freitas Lourenco e Simao, Mallu Dias Soares, Pedro Jorge de Andrade Bezerra, Maria Deisyelle Sibaldina da Silva Almeida, Murilo Gominho Antunes Correia Júnior, Marcos Andre Moura dos Santos
- 597** Os atributos do ambiente urbano favoráveis à caminhada são melhores em regiões de maior renda da cidade?
Jorge Royer Buchmann, Camila Suota, Alexandre Augusto de Paula da Silva, Rogério César Fermino
- 598** Associação entre as recomendações de atividade física, uso de álcool, drogas, tabaco e percepção de saúde em adolescentes
José Henrique Arruda Nascimento, Maria Clara de Andrade Braga, Jean-pierre Martins Carneiro da Silveira, Darley Severino Cardoso, Carlos Alberto Moreno Moya, Daniel da Rocha Queiroz
- 599** Prática de atividade física e qualidade de vida relacionada à saúde dos adolescentes: um estudo longitudinal
Josélia dos Santos Almeida, Eduarda Cristina da Costa Silva, James Silva Moura Buchmeier, Juliana Maria da Penha Freire Silva, Raissa Valdenice Ribeiro da Costa, José Cazuzu de Farias Júnior
- 600** Percepção de estudantes com deficiência sobre a saúde e conhecimento sobre o Sistema Único de Saúde (SUS)
Júlia da Silveira, Ricardo Roberto de Oliveira, Beatriz Dittrich Schmitt, Bruna Barboza Seron
- 601** Deslocamento ativo entre adolescentes do Centro-Oeste do Brasil: prevalência e fatores associados ao trajeto casa-escola
Juliana Ilídio da Silva, Ana Paula Muraro, Roselaine Ruviaro Zanini
- 602** Comportamento sedentário e atividade física entre adolescentes de dez países da América Latina: resultados da *Global School-based Student Health Survey* e da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar
Juliana Ilídio da Silva, Amanda Cristina de Souza Andrade, Ana Paula Muraro
- 603** Efeito da dança jazz na saúde mental e qualidade de vida de uma adolescente com *diabetes mellitus* tipo 1: um estudo de caso
Julyanna Nazareth da Silva Dourado, Gabriel Oliveira dos Santos Pinto, Luana Guimarães Santos, Layce Bianca Pereira da Silva, Natáli Valim Oliver Bento-torres
- 604** Comportamento de atividade física e as implicações da pandemia da COVID-19 entre escolares
Kariane Rocha Menezes, Maria de Fátima Jesus dos Santos, Sarah Moreira da Silva, João Lima de Oliveira Filho, Valdinei de Freitas Rodrigues, Jorge Lopes Cavalcante Neto
- 605** Atendimento às recomendações de atividade física em adolescentes: uma abordagem sob a ótica do modelo social-ecológico
Karoline Barreto da Silva, Andresa Amorim de Lima, Eriany França do Nascimento, Darley Severino Cardoso, Rodrigo da Silva Almeida, Daniel da Rocha Queiroz
- 606** O ângulo de fase derivado da impedância bioelétrica pode explicar a potência anaeróbia de meninos praticantes de futsal?
Kauê Dognani Pierami, Murylo Pitarello, Gabriel Luiz de Melo, Aryanne Hydeko Fukuoka, Ezequiel Moreira Gonçalves
- 607** Physical activity and telomere length in children and adolescents: a systematic review
Keith Brites, Paulo Guerra, Pâmela Todendi, Rodolfo Brum, Júlio Mello, Anelise Gaya
- 608** Fatores associados à atividade física insuficiente e tempo sentado em adolescentes de Teresina, Piauí
Laécio de Lima Araujo, Iraneide Etelvina Lopes, Kellyane Munick Rodrigues Soares Holanda, Evelyne Ferreira de Castro, Francisco Felipe Gomes Feitoza, Valter Cordeiro Barbosa Filho
- 609** Associação entre a duração do sono em dias da semana e a frequência diária de uso de *smartphones*
Laís Pinto da Silva Tosta, Mariana Cardoso Pimentel Fernandes, Eduardo Silva de Macedo, Mayva Mayana Ferreira Schran, Gilmar Mercês de Jesus

- 610** Atividade física, uso de telas e o sobrepeso e obesidade de crianças e adolescentes da zona urbana e rural
Lara Daniele Matos dos Santos Araujo, Anna Karolina Cerqueira Barros, Lizziane Andrade Dias, Mayva Mayana Ferreira Schran, Gilmar Mercês de Jesus
- 611** Prática de atividade física e sedentarismo de adolescentes durante a pandemia de COVID-19
Lauryane Fonseca Terra, Regina Márcia Ferreira Silva, Priscilla Rayanne e Silva Noll, Matias Noll
- 612** Medo de avaliação social negativa
Lázaro Vinicius Pansanato Villas Bôas, Mariele Benites, Aline Coelho Arruda, Glauber Carvalho Nobre, Marcelo Gonçalves Duarte
- 613** Utilização da Análise Vetorial da Bioimpedância Elétrica (BIVA) em crianças e adolescentes sem diagnóstico de doenças: uma revisão sistemática
Leandro Narciso Santiago, Priscila Custódio Martins, Diego Augusto Santos Silva
- 614** A substituição isotemporal do comportamento sedentário por diferentes intensidades da atividade física é associada com a adiposidade de adolescentes?
Leonardo Alex Volpato, Renata Silva Rosa, Gabriel Motta Albertoni, Catiana Leila Possamai Romanzini, Enio Ricardo Vaz Ronque, Marcelo Romanzini
- 615** Relação dos indicadores de atividade física e do comportamento sedentário com o isolamento social em adolescentes
Leonardo Rodrigo de Luna Saturnino, Thais Maria da Silva, Maria Mylena Aguiar de Lima, Daniel da Rocha Queiroz, Carla Meneses Hardman
- 616** Perfil da prática de atividade física no tempo livre de escolares de Corumbá/MS
Lidyane Ferreira Zambrin, Silvia Beatriz Serra Baruki, Pamily Ruiz Androlage, Luan Vanderley Cunha dos Santos, Carlinda Mattos da Silva, Mariana Biagi Batista
- 617** Ambiente construído para atividade física em escolas urbanas e rurais e a atividade física diária de crianças e adolescentes
Lizziane Andrade Dias, Italo Diego Pereira de Oliveira, Laiely Lisboa Alves, Ana Carolina Almeida Santos de Lima, Gilmar Mercês de Jesus
- 618** Associação longitudinal da atividade física no lazer com resultados em testes de aptidão física relacionada a saúde e ao desempenho motor em escolares
Luciana Tornquist, Ana Paula Sehn, Debora Tornquist, Kamila Mohammad Kamal Mansour, João Francisco de Castro Silveira, Cézane Priscila Reuter
- 619** Eixo da atividade física: política pública para promoção da atividade física de crianças no ambiente escolar
Luís Carlos Barbosa Silva, Bruno Barbosa Giudicelli, Ingrid Kelly Alves Santos Pinheiro, Arnaldo Tenório da Cunha Júnior, Clarice Maria de Lucena Martins, Rafael Miranda Tassitano
- 620** Atividade física de crianças e adolescentes durante e após a pandemia de COVID-19: revisão sistemática de estudos qualitativos
Luiz Gustavo Lopes de Camargo, Bárbara Maria Costa, Maria Eduarda Venera, Thiago Sousa Matias
- 621** Percepção de familiares sobre o desenvolvimento positivo de jovens através do esporte em dois projetos de extensão com crianças e adolescentes
Marcelo Kopp Toescher, Pietra Cazeiro Corrêa, Igor André Correa Silveira, Camila Borges Müller, Rose Méri Santos da Silva, Eraldo dos Santos Pinheiro
- 622** O nível de atividade física está associado ao ângulo de fase em adolescentes que vivem com HIV
Marcos Cezar Pitombo da Silva Junior, Caio César da Silva Moura Santos, Marcilene Glay Viana Pessoa, Yago Silva Mascarenhas, Victor Gustavo Ferreira Santos, Luiz Rodrigo Augustemak de Lima
- 623** Associação da aptidão cardiorrespiratória com a pressão arterial e frequência cardíaca de repouso de crianças e adolescentes do município de Lagoa do Carro - PE
Marcus de Alencar Matos, Tércio Araújo do Rêgo Barros, Dryelle Saile Santos Melo, Ramon de Albuquerque Costa, Pedro Henrique Elias da Silva, Rafael dos Santos Henrique
- 624** Comparação do estado nutricional de estudantes do ensino médio da Região de Grande Florianópolis, SC, entre 2019 e 2022 conforme indicadores sociodemográficos
Maria Beatriz Vieira de Brito, Gabriel Pereira Maciel, Marcus Vinicius Veber Lopes, Kelly Samara da Silva
- 625** Associação entre os estratos do modelo social ecológico e a tarefa de levantar-se do solo em adolescentes do Estado de Pernambuco
Maria Clara César Vila Nova de Oliveira, Túlio G. Martins-guimarães, Rodrigo S. Almeida, José Henrique A. Nascimento, Darley S. Cardoso, Daniel R. Queiroz
- 626** A participação nas aulas de educação física e a percepção de saúde dos adolescentes de Pernambuco
Maria Deisyelle Sibaldina da Silva Almeida, Carlos Eduardo Soares de Freitas Silva, Caroline Ramos de Moura Silva, Maria Júlia de Freitas Lourenço e Simão, Jorge Bezerra, Mauro Virgilio Gomes de Barros
- 627** Associação da atividade física no lazer com um indicador de imagem corporal em adolescentes brasileiros: PeNSE 2019
Maria Lionela do Nascimento Froz, Adrian Gomes de Souza, Rafael Martins da Costa, Gillianne Crystina dos Anjos Cardoso, Roseanne Gomes Autran da Costa

- 628** Relação da atividade física, do comportamento sedentário e da participação em aulas de educação física com a competência motora em adolescentes
 Maria Mylena Aguiar de Lima, Diego de Melo Lima, José Henrique Arruda Nascimento, Lucas Guilherme do Ó Silva, Maria Clara César Vila Nova de Oliveira, Carla Meneses Hardman
- 629** Associação entre fadiga autorrelatada e capacidade funcional em crianças e adolescentes durante o tratamento oncológico
 Mariana Alonso Etchemendy, Licelli Amante Cardoso, Bárbara Carlin de Ramos do Espírito Santo, Micheli Carminatti, Herber Orlando Benitez, Ingrid Alessandra Victoria Wolin
- 630** Percepção da competência motora e medo de avaliação social negativa
 Marieli Benites, Aline Coelho Arruda, Lázaro Vinicius Pansanato Villas Boas, Glauber Carvalho Nobre, Marcelo Gonçalves Duarte
- 631** Atividade física entre adolescentes brasileiros de acordo com a composição domiciliar
 Marielly Rodrigues de Souza, Ana Paula Muraro, Amanda Cristina de Souza Andrade, Paulo Rogério Melo Rodrigues
- 632** Associação do estado nutricional com maturação somática em adolescentes de 11 a 15 anos de escolas públicas da cidade de Curitiba-PR
 Marina Buck dos Santos, Eliane Denise Araújo Bacil, Ana Beatriz Pacífico, Rafael Martins, Wagner de Campos
- 633** Perfil da prática de atividade física do paciente com escoliose
 Marina Ziegler Frantz, Ísis Juliene Rodrigues Leite Navarro, Cláudia Tarragô Candotti
- 634** Fatores associados ao padrão alimentar de atletas do ensino médio do Estado de Goiás
 Matias Noll, Priscilla Rayanne e Silva Noll, Lázaro Furtado, Lauyane Fonseca Terra
- 635** Os níveis de aptidão cardiorrespiratória pré-pandemia são preditores da qualidade de vida relacionada à saúde em crianças no pós-pandemia de COVID-19
 Mauro Castro Ignácio, Vanilson Batista Lemes, Camila Felin Fochesatto, Caroline Brand, Anelise Reis Gaya, Adroaldo Cezar Araújo Gaya
- 636** Fadiga autorrelatada em crianças e adolescentes em tratamento oncológico submetidos a um programa de atividade física domiciliar
 Micheli Carminatti, Licelli Amante Cardoso, Ingrid Alessandra Victoria Wolin, Herber Orlando Benitez, Mariana Alonso Etchemendy, Cíntia de La Rocha Freitas
- 637** Atividade física, consumo de alimentos ultraprocessados, comportamento sedentário, sobrepeso e obesidade em adolescentes: um estudo longitudinal
 Michelle Kércia dos Santos Pereira, José Lucas de Medeiros, Tayse Guedes Cabral, James Silva Moura Buchmeier, Adélia da Costa Pereira de Arruda Neta, José Cazuza de Farias Júnior
- 638** Prevalência de escolares em zona de risco para a saúde: Programa Vem ser Pelotas
 Milena Andretti Piana, Amanda Franco da Silva, Camila Borges Muller, Rousseau Silva da Veiga, Fabrício Boscolo Del Vecchio, Eraldo Pinheiro dos Santos
- 639** Impacto da pandemia COVID-19 sobre a prática de atividade física, tempo de tela e comportamento do sono de escolares
 Milena Trindade Domingues, Pedro Rodrigues Curi Hallal, Eduardo Ribes Kohn, Otávio Amaral de Andrade Leão
- 640** Relação entre o desempenho motor, tempo de sono, tempo de ecrã e tempo em brincadeiras ativas de crianças portuguesas
 Monica Nascimento, Andreia Pizarro, Paula Rodrigues, Jorge Lopes Cavalcante Neto, Mariana Milheiro, Olga Vasconcelos
- 641** A percepção de saúde e atividade física de escolares de diferentes contextos sociais do município de Pelotas/RS
 Mylena Rocha de Farias, Giulia Salaberry Leite, Inácio Crochemore-silva
- 642** Comparação da qualidade de vida de acordo com o nível de atividade física em escolares
 Nadyne Rubin, William dos Santos Vieira, Caroline Rosa Muraro, Jéverson Bonho, Joiceane Bonho, Caroline Pietta Dias
- 643** Um novo método para avaliação do efeito de intervenções motoras e na atividade física em crianças: abordagem baseada na ciência de redes e dos sistemas complexos
 Natali Pereira da Silva, Ana Clara Cassimiro Nunes, Michelly Arruda Alencar, Paulo Felipe Ribeiro Bandeira
- 644** Efeito de dois programas de intervenção escolar na aptidão física e em fatores de risco cardiometabólicos de crianças
 Natalia Zurita-corvalán, Camila Felin Fochesatto, Laura Favero Ramírez, Anelise Reis Gaya, Caroline Brand
- 645** Cochilos diurnos em dias da semana exercem influência sobre as atividades físicas e o uso de telas entre crianças e adolescentes?
 Nayara Melo Mota, Anna Karolina Cerqueira Barros, Eduardo Silva de Macedo, Mayva Mayana Ferreira Schran, Gilmar Mercês de Jesus
- 646** Aptidão Física relacionada à saúde em crianças do município de Matinhos-PR
 Nicolas Coutinho Lomba, Alessandra Sumie Yamamoto, Júlio Brugnara Mello, Adriano Akira Ferreira Hino, Evaldo Ribeiro Júnior
- 647** Análise comparativa de dois protocolos de avaliação da aptidão cardiorrespiratória na escola: um relato de experiência
 Nicolas Coutinho Lomba, Alessandra Sumie Yamamoto, Júlio Brugnara Mello, Adriano Akira Ferreira Hino, Evaldo José Ferreira Ribeiro Junior

- 648** As características dos espaços públicos abertos estão associadas a prática de atividade física em crianças e adolescentes de Florianópolis, SC?
Olga Maria da Silva Bezerra Cavalcanti, Francisco Timbó de Paiva Neto, Danielle de Amaral Macêdo, Thamires Gabrielly dos Santos Coco, Ana Carolina Belther Santos, Cassiano Ricardo Rech
- 649** Associação do tempo em jogos eletrônicos e mídias sociais com o consumo de substâncias psicoativas em estudantes do Ensino Médio
Priscila Cristina dos Santos, André Ferreira Cavalheiro, Cleidyane Caetano Gaspar Sales, Bruno Nunes de Oliveira, Marcus Vinicius Veber Lopes, Kelly Samara Silva
- 650** Relação entre medidas da competência motora e indicadores de saúde: uma análise a partir da perspectiva de redes
Rafael dos Santos Henrique, Cássio Henrique Correia de Moura, Douglas Marques Cavalcanti, Marcus de Alencar Matos, Leonardo Gomes de Oliveira Luz, Paulo Felipe Ribeiro Bandeira
- 651** Associação entre tempo de tela e competência motora de crianças: uma revisão sistemática
Raquel Nichele de Chaves, Lucas Mednis, Thayse Natacha Gomes, Fernanda Karina dos Santos, Ciro Romelio Rodriguez Añez, Michele Caroline de Souza Ribas
- 652** Associação da prática de exercícios físicos com a insatisfação com a imagem corporal em adolescentes de Curitiba/PR
Rinely Pazinato Dutra, João Venícios Tavares de Sousa, Maria Eduarda Santos de Almeida, Letícia Lamberty Pedrozo, Murilo Bastos, Michael Pereira da Silva
- 653** Associação entre a recomendação da atividade física, número de amigos e competência motora em adolescentes
Rodrigo da Silva Almeida, Maria Clara César Vila Nova de Oliveira, José Henrique Arruda Nascimento, Fernando de Lima, Maria Mylena Aguiar de Lima, Daniel da Rocha Queiroz
- 654** A ocorrência de *bullying* em adolescentes está associada ao nível de atividade física?
Rossana Arruda Borges Dupont, Caroline Ramos de Moura Silva, Jorge Bezerra; Mauro Virgílio Gomes de Barros
- 655** Impacto da pandemia sobre a aderência a comportamentos de movimento das 24 horas de escolares em situação de vulnerabilidade social
Rostand de Souza Lira Filho, Gabrielle Ceci Costa Couceiro, Cássio Henrique Correia de Moura, João Vitor de Araújo Silva, João Victor Cavalcanti Fraga, Rafael dos Santos Henrique
- 656** Aptidão cardiorrespiratória e prática esportiva em estudantes de Corumbá-MS
Sarita de Mendonça Bacciotti, Claudio Henrique Pereira Verão, Lidyane Ferreira Zambrin, Silvia Beatriz Serra Baruki, Mariana Biagi Batista
- 657** Avaliação de estado nutricional e comportamento sedentário em escolares de Corumbá/MS
Silvia Beatriz Serra Baruki, Lidyane Ferreira Zambrin, Bruna Erica Arruda da Silva, Suzana Chalis Soquere, Ethiene Silva de Oliveira Viana, Mariana Biagi Batista
- 658** Alterações na aptidão física de escolares após a participação em um projeto de educação em saúde
Taís Isabel Leubet, Giovana Smolski Driemeier, Marcos Antônio da Silva Lamarque, Fabiana Breitenbach, Moane Marchesan Krug
- 659** Associação entre indicadores bioquímicos, antropométricos e nível de atividade física em crianças e adolescentes
Tamara dos Santos Lima, Yara Lucy Fidelix, Raquel da Franca, Dyandra Fernanda Lima de Oliveira, Edirlane Soares do Nascimento, Ferdinando Oliveira Carvalho
- 660** O estado nutricional modera a associação dos fatores psicossociais com a prática de atividade física de diferentes intensidades em adolescentes?
Tayse Guedes Cabral, Ially Rayssa Dias Moura, Eduarda Cristina da Costa Silva, Juliana Maria da Penha Freire Silva, Josélia dos Santos Almeida, José Cazuza de Farias Júnior
- 661** Associação da atividade física, comportamento sedentário e sono com indicadores de isolamento social em adolescentes
Thaís Maria da Silva, Karoline Barreto da Silva, Andresa Amorim de Lima, Shirley Jacklanny Martins de Farias, Rubenyta Martins Podmelle, Carla Meneses Hardman
- 662** South American adolescents are at greater risk of clustering of obesogenic behaviors: a harmonized meta-analysis of national health surveys
Thiago Sousa Matias, Raphael Henrique de Oliveira Araujo, Rafael Miranda Tassitano, Robinson Ramírez-vélez, Kabir Prem Sadarangani, Gilmar Mercês de Jesus, Danilo Rodrigues Pereira da Silva
- 663** Efeito de um programa de intervalo ativos “Ativa-Mente” em contexto escolar sobre a memória de trabalho e a capacidade aeróbica de escolares dos 11 aos 12 anos
Tomás Reyes Amigo, Jessica Ibarra Mora
- 664** Jovens fisicamente ativos têm melhor qualidade do sono? Estudo transversal com estudantes de Ensino Médio do Sul do Brasil
Vithória Oleiro, Eduardo Gauze Alexandrino, Samuel de Carvalho Dumith
- 665** Associação entre comportamento sedentário e consumo de alimentos ultraprocessados em crianças durante pandemia da COVID-19
Wanessa Cecília de Oliveira, Luiz Antônio Alves de Menezes Júnior, Thomás Viana de Souza, Adriana Lúcia Meireles

666 Situações relacionadas ao bullying em adolescentes com sobrepeso/obesidade participantes de um programa multidisciplinar para tratamento da obesidade

Yara Lucy Fidelix, Haryson Rogeres Arcanjo de Oliveira, Erika Araujo Rodrigues, Érica Rodrigues da Silva, José Roberto Andrade do Nascimento Júnior, Edirlane Soares do Nascimento

667 Associação entre atividade física, força de preensão manual e qualidade do sono em adolescentes

Yuri Freitas dos Santos, Francys Paula Cantieri, Mauro Virgilio Gomes de Barros

Atividade física no trabalho

669 A percepção de servidores da universidade federal do Ceará sobre o projeto “Yoga na UFC”

Ana Beatriz Chaves Vasconcelos Batista, João Mário Alencar Lopes, Ricardo Hugo Gonzalez

670 Efeito do epoch no tempo de atividade física: uma questão da acelerometria

Andrew Matheus Gomes Soares, Aldair José de Oliveira

671 Associação entre as atividades de vida diária e quedas em idosos longevos

Caroline Rosa Muraro, Elias Rambo, Nadyne Rubin, Tainara Steffens, Caroline Pietta Dias

672 Análise comparativa do estilos de vida, marcadores bioquímicos e antropométricos entre sexo em trabalhadores rurais

Elias Augusto Schaefer, Maiara Helena Rusch, Kauã Felipe Kunz, Patrik Nepomuceno, Miriam Beatris Reckziegel, Hildegard Hedwig Pohl

673 Influência da carga horaria de trabalho na associação entre qualidade do sono e tempo de atividade física de professores

Gustavo dos Santos Druzian, Eduardo Duarte de Lima Mesquita, Amanda Barbosa dos Santos, Wésley Torres, Victor Spiandor Berreta, Diego Giuliano Destro Christofaro

674 Efeitos agudos do exercício isométrico de agachamento como *break* do comportamento sedentário na função endotelial de adultos sedentários: um estudo cross-over

Jessika Karla Tavares do Nascimento Faustino da Silva, Annelise Lins Meneses, Gustavo Oliveira Silva, Raphael Mendes Rittidias, Marília de Almeida Correia, Breno Quintella Farah

675 Adesão às recomendações de atividade física, comportamento sedentário e sono entre servidores participantes e não-participantes do Programa TST em Movimento

João Luis Anwar El Sadat Paula Leitão, Luciana Leite Silva Barboza, Luiz Guilherme Grossi Porto

676 Modos de deslocamento e a percepção de saúde de trabalhadores

Karla de Almeida Duarte Muniz, Rodolfo Guimarães Silva, Silvio Henrique Vilela, Ibérico Alves Fontes, Gabriel Martins Arruda Sousa, Ricardo Brandão de Oliveira

677 Atividade física esta associada à uma melhor percepção de memória em trabalhadores de uma universidade pública

Leandro Quadro Corrêa, Pâmela Moraes Volz, Rinelly Pazinato Dutra, Yasmin Marques Castro, Natan Feter

678 Nível de atividade física no lazer e qualidade de vida relacionada às condições de saúde de advogados

Milena Ketzner Caliendo dos Reis, Elaine Cristine da Silva, Monica Manganelli Coimbra Forcellini, Poliana Piovezana dos Santos, Sabrina Fernandes de Azevedo, Rudney da Silva

679 Programa de atividade física e saúde em uma empresa na cidade de São Paulo, SP: um relato de experiência

Pablo Llanes, Átila Alexandre Trapé

680 Autopercepção dos servidores de uma instituição de ensino de Goiás sobre sua Qualidade de Vida

Woska Pires da Costa, Yasmin Carla Monteiro, Luís Fernando Monteiro, Nicolli Godoi Pereira, Isabela Fernanda Rodrigues de Oliveira, Eduardo Dias, Priscilla Rayanne e Silva Noll, Matias Noll

681 Oficinas de capacitação como estratégias de fomento a prática de atividade física em pessoas com hipertensão arterial e diabetes mellitus na Atenção Primária à Saúde

Milena Soriano Marcolino, Daisy Motta-Santos, Thiago Barbabela de Castro Soares, Reginaldo Gonçalves, Regina Márcia Faria de Moura, Ana Carla Gonçalves Luiz, Gustavo Ferreira Santos, Lucas Tavares Nogueira

682 Níveis pressóricos, dados antropométricos e capacidade funcional de pessoas com hipertensão arterial e diabetes mellitus na atenção primária de municípios com recursos escassos

Milena Soriano Marcolino, Polianna Delfino-Pereira, Sueli Ferreira da Fonseca, Christiane Corrêa Rodrigues Cimini, Ana Carla Gonçalves Luiz, Gustavo Ferreira Santos, Laryssa Reis Coelho, Virgílio Barroso de Aguiar, Taiza dos Santos Azevedo, Pedro Pavesi Simão Albani, Antonio Luiz Pinho Ribeiro, James Batchelor

683 Fatores associados a dor no quadril de dançarinas: uma revisão sistemática

Paula Andryelly Gomes Giendruczak, Geovana Minikovski, Cláudia Tarragô Candotti

II Feira de Ciências, Tecnologia e Inovação em Atividade Física e Saúde

685 Donas da bola: relatos de uma experiência em andamento

João Pedro Goulart Cirone, Kauana Martin Fermino, Ketelyn Luiza Barreto, Melissa Trajano da Rosa, Priscila Marques Joaquim

686 Diário de Atividades Físicas: uma possibilidade física e mental de bem-estar e autocuidado em meio à natureza

Sabrina Fernandes de Azevedo, Davi Zimmermann dos Santos, Julya Silva dos Santos, Sofia Silva dos Santos, Eveline Pereira Silveira

687 Recordatório de Atividades Físicas: além do ambiente escola

Sabrina Fernandes Azevedo, Isaac Lira de Faria, Isabela Hannah Araújo Ferreira, Sophia Belmonte Azevedo

688 FITschool: Tecnologia de Monitoramento de Saúde e Desempenho Esportivo Escolar

Thiago Oliveira Souza, Ester Cunha Vargas, Fernanda Gomes de Alencar, Sofia Giovana Santos de Figueiredo, Ândria Raquel Sátiro da Silva

689 Obstáculos à prática de atividades físicas entres estudantes do ensino médio integrado: um estudo em uma instituição de rede federal

Yasmin Carla Monteiro, Matias Noll



Atividade física e ambiente



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**
Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023
TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Espaços e Equipamentos para a prática de atividade física na cidade de São Paulo: estudo ISA- Atividade Física e ambiente

AUTORES

Jader Correia de Lacerda
Elayne Silva de Oliveira
Guilherme Stefano Goulardins
Ítalo Vinícius Floriano de Paula
Alex Antonio Florindo

Grupo de Estudos e Pesquisas Epidemiológicas em Atividade Física e Saúde, Escola de Artes, Ciências e Humanidades, Universidade de São Paulo

A atividade física possui uma forte relação com o ambiente construído. Evidências apontam que itens como parques, praças, estética e paisagem urbana podem estimular ou inibir comportamentos relacionados à prática de atividade física. : Descrever a presença de espaços e equipamentos relacionados à prática de atividade física captados pelo método de observação social sistemática do ambiente construído na cidade de São Paulo. Trata-se de uma coorte com adultos do estudo ISA-Atividade física e Ambiente. A auditoria online do ambiente foi realizada a partir da ferramenta Microscale Audit of Pedestrian Streetscape (MAPS) por meio de imagens captadas no Google street view. Para tanto, foram georreferenciados os domicílios da amostra e criadas rotas de 400-725m a partir dos endereços residenciais em direção aos centros comerciais mais próximos. A auditoria analisou 1.434 rotas com tempo médio de 25,8 minutos (dp = 17,4 minutos), as datas das imagens Google Street View variaram de janeiro de 2010 (mais antiga) a maio de 2022 (mais nova). Foi observado que 21% das rotas tinham pelo menos uma academia de exercícios físicos, 10,6% apresentavam academia ao ar livre, 1,7% possuíam bicicletário e 1,2% compartilhamento de bicicletas, 3,9% pistas de caminhadas, as praças foram presentes em 28%, já os parques em apenas 2,8% das rotas, 10,6% possuíam quadras esportivas e 6,9% trilha de caminhada e corrida. Os resultados indicam uma baixa frequência de espaços e equipamentos para a prática de atividade física, principalmente espaços públicos abertos, academias ao ar livre e estruturas para uso da bicicleta.

Palavras-chave: Ambiente construído; Atividade física; Auditoria.

Apoio: Financiamento da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP), processo número 2017/17049-3.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Treinamento resistido ou com jogos virtuais para melhorar a mobilidade de idosos? Uma revisão sistemática com metanálise

AUTORES

Alessandra de Azevedo
Renata Wolf
Paulo Cesar Barauce Bento
Gleber Pereira

Universidade Federal do Paraná

Esta revisão sistemática e metanálise teve como objetivo comparar os efeitos do treinamento resistido (TR) e do treinamento com jogos virtuais (JV) na mobilidade de idosos. As buscas foram realizadas nas bases de dados Pubmed e Web of Science em maio de 2021, seguindo as recomendações do PRISMA. Foram incluídos ensaios clínicos randomizados com idosos acima de 60 anos. O desfecho foi a mobilidade, avaliada pela velocidade da marcha (VM) e pelo timed up and go (TUG). Foram incluídos 20 estudos com TR (n = 11) e com JV (n = 9). A metanálise foi realizada no modelo de efeito randômico, com nível de significância fixo em $p < 0,05$. O tamanho do efeito foi calculado através do g de Hedge. Foi encontrado um tamanho de efeito moderado ($g = -0,523$) favorável à intervenção em comparação com grupo controle (CON). Ao analisar os efeitos de cada modalidade de treinamento na mobilidade em comparação ao CON, foi observado um tamanho de efeito pequeno para TR ($g = -0,375$) e moderado para JV ($g = -0,741$). Considerando o TUG, foi observado um tamanho de efeito moderado tanto para TR ($g = -0,685$) quanto para JV ($g = -0,606$). Para a VM não foi observado efeito significativo das intervenções (TR: $g = 0,038$, $p = 0,769$; JV: $g = -1,216$, $p = 0,072$). Em conclusão, tanto o TR quanto os JV promovem ganhos na mobilidade de idosos, porém com um maior tamanho de efeito observado para os JV. Uma explicação para isso talvez seja a característica de treino multicomponente e os aspectos sensorial e cognitivo envolvidos nos JV.

Palavras-chave: Idosos; Treinamento resistido; Vídeo games; Mobilidade; Velocidade da marcha.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos do treinamento de força realizado no estado de jejum comparado ao estado alimentado sobre a composição corporal de adultos jovens

AUTORES

Alexandra Vieira
Eduarda Rambo
Marcelo Guimarães
Ramiro Silva
Andressa Fergutz
Samuel Munhoz
Renato Colombelli
Rodrigo Macedo
Eduardo Cadore

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre/RS, Brasil

O treinamento de força é um dos principais métodos utilizados para melhorar a composição corporal. Objetivando potencializar as adaptações ao treinamento, diferentes estratégias nutricionais têm sido propostas, incluindo a realização do exercício no estado de jejum. Entretanto, as evidências relativas ao treinamento de força em jejum são limitadas. Analisar os efeitos de 12 semanas de treinamento de força realizado no estado de jejum comparado ao estado alimentado sobre a composição corporal de adultos jovens. Vinte e oito homens e mulheres ($28,9 \pm 1,1$ anos) foram randomizados em dois grupos: treinamento de força em jejum e treinamento de força alimentado. Todos os participantes foram submetidos a uma dieta padrão personalizada e realizaram duas sessões semanais de exercícios de força após jejum noturno (10 a 12 horas) ou no estado alimentado (refeição contendo $1,0$ g/kg de massa corporal de carboidratos, consumida entre 1 e 2 horas antes das sessões). Antes e ao longo da intervenção (após 8 e 12 semanas) foram executadas avaliações da composição corporal utilizando o método de absorção do raio-X de dupla energia (DEXA). Observou-se efeito significativo do tempo para massa corporal entre os momentos pré intervenção e pós 8 semanas ($p = 0,031$) e para massa magra entre todos os momentos ($p < 0,001$). Não foram encontradas diferenças significativas para massa de gordura. O treinamento de força promoveu aumento na massa corporal e na massa magra, bem como manutenção na massa de gordura, independente do estado nutricional adotado antes da sessão de exercício.

Palavras-chave: Jejum; Treinamento de força; Composição corporal.

Apoio: CAPES e CNPq.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Desigualdades e mudanças na prática de atividade física durante a pandemia da COVID-19 em adultos brasileiros

AUTHORS

Alexandre Augusto de Paula da Silva
Rodrigo Siqueira Reis
Guillermo Rosas
Deborah Salvo
Adriano Akira Ferreira Hino

Pontifícia Universidade Católica do Paraná.
Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde.
Grupo de Pesquisa em Atividade Física e Qualidade
de Vida Saúde, Curitiba, Paraná, Brasil.

Aim: To describe changes in physical activity among urban Brazilian adults during the COVID-19 pandemic, and explore the role of gender, ethnicity, and education. **Methods:** Cross-sectional, internet-based survey of urban Brazilians, selected proportionally by region and quotas for gender, age group, and socioeconomic status. Physical activity frequency was assessed by how many days per week they engaged in at least 30 minutes of leisure and transport moderate- to vigorous-intensity physical activities both before COVID-19 and during the pandemic (0-7 days). Participants were categorized in three categories of physical activity change: “decreased” (-7 to -3 days), “no change” (-2 to +2 days), and “increased” (+3 to +7 days). Gender (male/female), ethnic group (White, Black, Pardo, and Other), and educational level (less than high school, high school and, higher education) were self-reported. Frequencies and chi-square test were used to assess differences across groups. **Results:** The most common frequency of participation in physical activity before COVID-19 was 5 days/week (18.8%), with 75,2% being physically active at least 1 day/week. Meanwhile, during the pandemic, the most common frequency group was of zero days/week (24.8%). Were reported a reduction of 18.3% in physical activity, while only 4.2% increased. Men were significantly more likely to have reduced their physical activity compared to women (21.2% vs. 15.6%; $p = 0.007$). No statistical differences were observed by ethnic or educational groupings. **Conclusion:** Almost 2 out of 10 urban Brazilians significantly reduced their physical activity during the pandemic, and men were significantly more likely to have done so than women.

Keywords: Motor activity; COVID-19; Inequalities.

Support: Coordination for the Improvement of Higher Education Personnel - Brazil (CAPES) - Financing Code 001 and National Council for Scientific and Technological Development (CNPq). This research was funded by McDonnell International Scholars Academy.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análise da qualidade das ciclovias e sua relação com o uso de bicicleta em Florianópolis, SC

AUTORES

Alfredo Leopoldo Enrique Messenger
Valenzuela

Adalberto Aparecido dos Santos Lopes

Marcos Rescarolli

Joris Pazin

Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Ciclovias são estruturas importantes nas cidades para promover o deslocamento ativo. Assim, compreender as informações inerentes à sua qualidade pode auxiliar na compreensão de seus efeitos sobre o comportamento humano. Avaliar a qualidade das ciclovias de Florianópolis. Utilizou-se o instrumento QualiCiclo e para perfil de uso o instrumento SOPARC. Foram selecionados ao todo 38 eixos de ciclovias com 54 km de extensão. A análise qualitativa classificada como suficiente, com média geral de 1,61 pontos, Foram observados 6.113 ciclistas dos quais a maioria eram homens, adultos e em intensidade moderada e ciclovias de melhor qualidade possuem maior número de ciclistas (50,5%). As análises de regressão logística mostraram que, usualmente, jovens possuem menos chance (OR:0,40; IC95%: 0,24-0,67) de utilizarem as ciclovias classificadas como “boa”. Quando observado por categoria, há uma maior chance de mulheres utilizarem os eixos de ciclovias que possuem “boa/ótima” qualidade de infraestrutura e “suficiente” e “boa/ótima” qualidade de sinalização. A cidade de Florianópolis possui uma rede de ciclovias adequada, contudo, a distribuição das estruturas e conexão de ciclovias é irregular entre as regiões da cidade. Uma maior qualidade das estruturas de ciclovias pode promover maior uso por mulheres e idosos, grupos que menos realizam atividade física.

Palavras-chave: Cidades; Ciclismo; Planejamento ambiental.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Interseccionalidades, estilo de vida e atividade física em estudantes universitários brasileiros: uma análise transversal com base no Índice *Jeopardy*

AUTORES

Aline Josiane Waclawovsky

Juliana Dias de Lima

Jéssica Plácido

Letícia Dalcerio

Andrea Camaz Deslandes

Felipe Barreto Schuch

Universidade Federal do Rio de Janeiro - UFRJ

O estudo objetivou identificar as associações entre o índice *Jeopardy* e o estilo de vida em estudantes universitários. A amostra foi composta por 867 estudantes (idade média = 21 anos; 56.1% mulheres) de dez universidades brasileiras, recrutados de forma online e presencial. Os dados foram coletados pela plataforma RedCap. O estilo de vida foi medido pelo Short Multidimensional Inventory Lifestyle Evaluation (SMILE), que avalia o estilo de vida geral e em sete domínios comportamentais. Os escores do estilo de vida foram divididos por percentil 50 (pior/melhor) e os clusters sociodemográficos foram agrupados por meio do Índice *Jeopardy*, que considera as interseccionalidades de sexo, raça, gênero, orientação sexual e renda que foram categorizadas de forma dicotômica (ex.: homem = 0; mulher = 1). Seis grupos foram divididos, a partir do somatório das variáveis, sendo o grupo 0 mais privilegiado e o grupo 5 o mais oprimido. Uma regressão logística foi aplicada para calcular as razões de chances (OR; 95% IC) para o estilo de vida geral e o domínio atividade física, de cada grupo em comparação ao grupo mais privilegiado. Identificou-se que os grupos três, quatro e cinco pontos (maior opressão) têm mais chances de apresentarem pior estilo de vida (ORgrupo3 = 3,15; 1,08-9,19; ORgrupo4 = 6,93; 2,39-20,06; ORgrupo5 = 15,71; 4,85-50,93). Para o domínio atividade física, identificou-se que quanto maior a opressão, mais chances de apresentar piores escores no SMILE (ORgrupo2 = 2,86; 1,26-6,48; ORgrupo3 = 3,03; 1,36-6,75; ORgrupo4 = 6,77; 3,02-15,21; ORgrupo5 = 7,01; 2,70-18,17). Universitários com características de maior opressão social apresentaram mais chance de ter um pior estilo de vida e menores níveis e frequência de atividade física.

Palavras-chave: Universitários; Índice *Jeopardy*; Estilo de vida; Atividade física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Percepção dos pais sobre o ambiente construído de lazer do bairro e a atividade física de pré-escolares: uma análise de redes complexas

AUTORES

Anastácio Neco de Souza Filho
Thayná Alves Bezerra
Paulo Felipe Ribeiro Bandeira
Clarice Maria de Lucena Martins

Universidade Regional do Cariri

Explorar as relações entre a percepção dos pais sobre o ambiente construído (AC) de lazer do bairro e a adesão à recomendação de atividade física moderada à vigorosa (AFMV) em pré-escolares, de acordo com o sexo, por meio de uma abordagem de redes complexas. 129 pré-escolares de ambos os sexos (50,3% meninos; $4,4 \pm 0,7$ anos) participaram do estudo. A AFMV foi medida objetivamente por meio da acelerometria. A percepção dos pais sobre o AC de lazer do bairro foi avaliada por uma escala de percepção do ambiente. As associações entre a adesão às recomendações de AFMV, AC, sexo e idade, foram exploradas usando uma análise de rede. a percepção dos pais sobre a presença de uma quadra de esportes no bairro (0,51) e a presença de lugares para caminhar (0,58) esteve relacionada à AFMV dos meninos. Para as meninas, a segurança no bairro se relacionou à AFMV (0,61). Adicionalmente, para os meninos, a percepção dos pais quanto à presença de quadra poliesportiva apresentou os maiores valores de conectividade (2.804), proximidade (1.631) e força (1.683). Para as meninas, a percepção da presença de ginástica apresentou os maiores valores de conectividade (1.732) e força (1.603). Além disso, a percepção de locais para caminhada (1.316) apresentou o maior valor de proximidade. a percepção dos pais sobre o AC de lazer do bairro e se associou a adesão dos filhos à AFMV, considerar essa percepção pode se configurar como uma importante estratégia para aumentar a AF de pré-escolares.

Palavras-chave: Ambiente construído; atividade física; Pré-escolares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação do nível de atividade física de crianças e adolescentes do ensino fundamental entre os sexos e entre anos

AUTORES

Andressa Hilário Dias
Edson Bortolaci
Roselei Delziovo Sala
Alex Inacio Nunes
Lisiane Krolikovski da Silva
Ciro Romelio Rodriguez Añez

Universidade Tecnológica Federal do Paraná -
Programa de Pós graduação em Educação Física

Introdução. A atividade física (AF) tem sido relacionada à saúde de crianças e adolescentes. A mensuração da AF, por meio de questionários, é de baixo custo apesar de limitações. O Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C) estima os níveis gerais de AF, sem fornecer gasto calórico ou informações de frequência, tempo e intensidade numa escala de 1 (nada ativo) a 5 (muito ativo). Comparar o nível AF de crianças e adolescentes do ensino fundamental usando uma versão traduzida e adaptada do PAQ-C. **Metodologia.** Participaram do estudo piloto 174 estudantes do 4º ao 9º ano (52,9% meninas) de duas escolas públicas da Região Metropolitana de Curitiba/PR. **Resultados.** O escore médio do nível de AF foi $2,56 \pm 0,53$ ($2,54 \pm 0,53$ meninos, $2,57 \pm 0,53$ meninas). Não houve diferenças significantes entre os sexos. Comparando os valores médios entre os anos e estratificando por sexo também não foram encontradas diferenças significantes, porém valores absolutos indicaram resultados crescentes até o 6º ano para decrescer até o 9º ano. As atividades mais praticadas foram futebol (47%), corrida (46%), bicicleta (43,7%), caminhada (38,5%) e voleibol (30,5%). Comparando os valores médios de AF entre os dias de semana ($2,47 \pm 0,66$) versus dias de fim de semana ($2,60 \pm 1,07$) não houve diferença. **Conclusão.** O padrão de atividade física não foi diferente entre os sexos, entre os anos, nem entre dias. Contudo, o monitoramento constante, a manutenção de um ambiente atrativo, a ampliação de repertório e vivências corporais e a oferta de programas no contraturno é desejado para desenvolvimento integral de crianças e adolescentes.

Palavras-chave: Atividade física; Crianças; Adolescentes; Escola; Ensino fundamental.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física dos universitários graduandos em educação física

AUTORES

Andressa Pereira Costa
Érica Luísa Patez Coelho
Sara Santos Sousa
Cláudio Bispo de Almeida
Welton Cardoso Júnior
Berta Leni Costa Cardoso

Universidade do Estado da Bahia (campus XII).
Guanambi-BA

Ao ingressarem em uma universidade, os jovens universitários são alvos de mudanças em suas vidas, nas quais podem ocorrer nos hábitos alimentares, na prática de atividade física e no acúmulo de atividades acadêmicas que podem interferir na qualidade de vida dos acadêmicos, facilitando o desenvolvimento de maus hábitos de vida. Diante disso, o estudo tem como objetivo analisar o nível de atividade física nos universitários graduandos em Educação Física entre 2019 e 2022, passando pelo momento de lockdown e quarentena causadas pela pandemia do Coronavírus. Trata-se de uma pesquisa quantitativa, de método estatístico descritivo através de uma amostragem, realizada com universitários regularmente matriculados no curso de educação física da Universidade do Estado da Bahia - Campus XII, sob aprovação do comitê de ética perante o parecer de número: 5.306.315. Para a realização da pesquisa foi aplicado o Questionário Internacional de Atividade Física (IPA-C), durante três momentos, a primeira aplicação foi realizada entre agosto de 2019 a julho de 2020 onde teve um total de 52 participantes, a segunda de 2020 a 2021 com 30 indivíduos avaliados e a terceira em 2022 contou com 32 indivíduos. Perante os resultados obtidos nas três coletas de dados, observa-se que o percentual entre os participantes classificados como muito ativo aumentou da primeira para a segunda coleta, aumentando de 45,2 % para 50%. Já o percentual que havia aumentado na segunda coleta, caiu de 50% para 19% na terceira coleta, em contrapartida, nota-se uma queda gradativa na classificação de sedentário, indo respectivamente de 7,1% para 3,3% e para 0%. Diante disso, fica evidente que mesmo com a pandemia da COVID-19, os universitários de Educação Física não deixaram de praticar alguma atividade física.

Palavras-chave: Nível de atividade física; Universitários; Educação física.

Apoio: Ao Departamento de Educação, Campus XII da UNEB. IC da aluna Erica Luísa Patez Coelho, bolsista do PICIN. O trabalho foi realizado em 3 momentos, sendo eles a coleta de dados de Erica (PICIN) e o outro do CNPq/ PIBIC/AF de Sara Santos Sousa.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Condições ambientais de praças públicas, em regiões com diferentes realidades socioeconômicas, como fator estimulador à prática da atividade física

AUTORES

Ângelo Cássio Magalhães Horn

Cintia Mussi Alvim Stocchero

Vera Lúcia Milani Martins

Daniel Ortiz Prado

Luciane Lemos da Silva

Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia
do Rio Grande do Sul (IFRS) Campus Porto
Alegre, Porto Alegre, RS.

A atividade física (AF) regular tem papel central na manutenção da saúde, reduzindo a chance do desenvolvimento de uma série de doenças. Nas cidades, um espaço para a AF são as praças, em razão de seu número e distribuição. O objetivo deste trabalho foi avaliar o conjunto de condições ambientais associadas ao estímulo da prática da AF em praças públicas de Porto Alegre, localizadas em regiões com diferentes realidades socioeconômicas (RSE). Para tanto, foram identificadas 17 regiões e obtidos o Índice de desenvolvimento humano municipal (IDHM) e o Coeficiente de Gini (Gini) de cada região, que serviram como indicadores de suas RSE. Após, as praças da cidade foram divididas segundo sua área (m²) em 5 categorias, aplicado o Physical Activity Resource Assessment (PARA) para avaliação das suas condições e calculado um índice de qualidade (IQ) para cada praça. Posteriormente, calculou-se o coeficiente de Correlação de Pearson e realizou-se uma regressão linear entre o IQ das praças amostradas e o IDHM e o Gini das suas regiões, para um α de 0,05. Foram avaliadas 11 praças de uma única categoria nas quais o IQ variou de -2 à 16. Não houve correlação significativa entre o IQ dessas praças e o IDHM ou o Gini das regiões das mesmas, assim como a variabilidade do IQ teve pouca explicação (28,46%) com base nesses dois índices. Um maior número de amostras deve ser adicionado à análise a fim de revelar se existe relação entre as condições ambientais das praças e suas RSEs.

Palavras-chave: Atividade física; Ambiente; Condições socioeconômicas.

Apoio: Financeiro - Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física e qualidade de vida de universitários

AUTORES

Berta Leni Costa Cardoso
Sara Santos Sousa
Érica Luísa Patez Coelho
Mércia Emanuelle Santos Furtuoso
Marijunio Rocha Pires
Luiz Humberto Rodrigues Souza

Universidade do Estado da Bahia - UNEB

A saúde física é um dos principais componentes da qualidade de vida, e a atividade física tem papel importante na manutenção e melhora da saúde. : Analisar o nível de atividade física e qualidade de vida de universitários. Trata-se de uma pesquisa quantitativa, descritiva e inferencial, realizada com 45 universitários da Uneb/Campus XII, utilizando questionários em versões online (Sócio-demográfico, IPAQ - versão curta - classificação de ativos ou inativos -, WHOQOL-100) sem comparação entre os cursos. Pesquisa aprovada pelo CEP/UNEB parecer: 4.410.612. A maioria é do sexo feminino (68,89%), apresentando prevalência um pouco maior do Nível de atividade física de 64,1% e 35,9% para homens. Há predominância na faixa etária 18 a 24 anos (88,89%), com maior percentual do nível de atividade física (92,3%) e os acima de 24 anos (11,11%), 66,7% deles foram classificados como inativos, com diferença estatisticamente significativa $p = 0,245$. Quanto aos seis domínios (físico, psicológicos, nível de independência, relações sociais, ambiental, aspectos espirituais/religião/crenças pessoais), analisados no Whoqool-100, notou-se que três (físico, psicológico e ambiente) deles situaram-se abaixo da média em relação a qualidade de vida, ou seja, apresentaram qualidade de vida ruim. Ao analisar as variáveis dos domínios de qualidade de vida, percebeu-se que também não houve associação estatisticamente significativa entre elas. Não houve associação significativa ($p = 1,000$) entre qualidade de vida geral e nível de atividade física. Em relação à qualidade de vida geral, percebeu-se que aqueles estudantes que são fisicamente ativos, ainda assim, não apresentaram qualidade de vida boa 43,6%.

Palavras-chave: Nível de atividade física; Qualidade de vida; Universitários

Apoio: Agradecimento ao CNPq/PIBIC/AF pelo financiamento da bolsa de Iniciação Científica da acadêmica Sara Santos Sousa.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Existe diferença nas crenças de medos e evitação relacionadas a prática de atividade física antes e durante a pandemia?

AUTORES

Betiane Moreira Pilling
Ingrid Santos
Marcelle Guimarães Silva
Cláudia Tarragô Candotti

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Comparar as crenças de medos e evitação em relação à atividade física de indivíduos adultos, antes e durante a pandemia de COVID-19. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS: Trata-se de um estudo comparativo transversal, composto por uma amostra de 121 indivíduos adultos divididos em grupo pré-pandemia - GPP (n = 68) e grupo pandemia - GP (n = 53). O estudo foi aprovado pelo comitê de ética da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (CAAE: 55897216.6.0000.5347). Todos os indivíduos responderam dois questionários: (1) FABQ-Brasil, cuja pontuação varia de 0 a 24, onde pontuação maior que 15 significa presença de crença de medo e evitação dos indivíduos em relação à atividade física; e (2) BackPEI-A, que informa a prática e a frequência da atividade física. A comparação dos grupos foi realizada com os testes U Mann-Whitney e Qui-Quadrado ($\alpha = 0,05$). O GPP e o GP eram compostos por 82% e 84% de indivíduos do sexo feminino, com média de idade de 35 ± 16 anos e 34 ± 16 anos, respectivamente. A pontuação média do FABQ para o grupo GPP foi de 10 ± 7 e para o grupo GP foi de 11 ± 5 , e não houve diferença significativa entre os grupos ($p = 0,654$). Em relação à frequência da prática de atividade física, 64% e 56% dos indivíduos do GP e GPP, respectivamente, a realizavam 3 ou 4 vezes na semana, e não houve diferença significativa entre grupos ($p = 0,358$). A rotina imposta pelo período pandêmico não alterou a adesão a prática de atividade física, bem como não promoveu mudanças nas crenças de medo e evitação.

Palavras-chave: COVID-19; Exercício; Cinesiofobia.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de Atividade Física em Adultos: uma revisão sistemática e metáanálise

AUTORES

Bruna Ramos
Matheus Taborda
Paulo Henrique de Araújo Guerra
Grace Angélica de Olivera Gomes
Adriano Akira Ferreira Hino

Grupo de Pesquisa em Atividade Física e Qualidade de Vida - Pontifícia Universidade Católica do Paraná

O objetivo deste estudo foi descrever o nível de atividade física de adultos brasileiros. Esta revisão sistemática seguiu as diretrizes do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis. No primeiro semestre de 2022, buscas foram realizadas nas bases de dados Spordiscus, Web of Science, Psychinfo, Lilacs, Scopus, Pubmed e Scielo utilizando palavras-chave para identificar os estudos. Procurou-se por estudos com a atividade física como desfecho, realizado com brasileiros e mais de 80% da amostra de adultos (18-60 anos). Foram extraídos dados referentes às características dos estudos, medidas da atividade física e estimativas pontuais e por intervalo. Foram considerados elegíveis para Metanálise os estudos com características semelhantes em termos de instrumento utilizado, ponto de corte adotado e contexto da atividade física. Dos 6.937 estudos iniciais, 143 foram encaminhados para a síntese, resultando na extração 305 desfechos (estimativas pontuais). Os instrumentos de avaliação mais utilizados foram o IPAQ Longo (43,3%) seguido de IPAQ curto (8,2%). Os domínios da atividade física mais avaliados foram o tempo livre (53,8%) e deslocamento (18,8%). Em torno de 93,0% dos estudos avaliavam a prevalência de atividade física. Um total de 110 desfechos apresentaram características similares e foram incluídos na Metanálise. A prevalência de atividade física realizada em ≥ 150 minutos/semana foi de 56% quando analisado de maneira global, 18% no lazer, 32% no deslocamento, 34% no lazer e no deslocamento. De acordo com o ponto de corte estipulado, foram observadas baixas prevalências de atividade física entre os brasileiros.

Palavras-chave: Atividade física; Exercício físico; Deslocamento ativo; Inatividade física; Correlatos.

Apoio: O presente projeto possui financiamento do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPq - Brasil, Processo número 443193/2020-7.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A caminhabilidade e a distância da residência estão associadas ao deslocamento ativo para a escola em crianças?

AUTORES

Camila Suota

Josue Mendes dos Santos

Letícia Pechnicki dos Santos

Raquel Nichele de Chaves

Ciro Romelio Rodriguez Añez

Rogério César Fermino

Universidade Tecnológica Federal do Paraná,
Curitiba, Paraná, Brasil.

O objetivo deste estudo foi explorar a associação entre Walk Score®, distância da residência e o deslocamento ativo para a escola de crianças de São José dos Pinhais-PR. Estudo transversal com 514 participantes de 8-11 anos de 20 escolas. O Walk Score® da residência foi coletado na web page e classificado em “muito dependente de carro”, “dependente de carro”, “pouco caminhável”, “muito caminhável”. A menor distância da residência até a escola foi calculada pela rede de ruas com geoprocessamento e classificada em < 0,5 km; 0,5-0,9 km; 1,0-1,4 km; > 1,5 km. O modo de deslocamento foi identificado com cinco opções: caminhando, bicicleta, ônibus, van, carro. O deslocamento ativo no trajeto casa-escola foi considerado para crianças que reportaram ir ou voltar caminhando ou de bicicleta em pelo menos um dia na semana. A associação foi analisada com a regressão de Poisson no SPSS, ajustada para faixa etária, renda, posse de veículos e de bicicleta ($p < 0,05$). A frequência de deslocamento ativo foi de 62% (IC95%: 57%-65%). Crianças que residiam em bairros “pouco caminháveis” apresentaram 25% menor probabilidade de realizarem deslocamento ativo (RP: 0,75; IC95%: 0,61-0,90). Foi verificada tendência de associação inversa entre a distância da residência e o deslocamento ativo ($p < 0,001$). A maior magnitude de associação foi verificada na distância > 1,5 km (RP: 0,28; IC95%: 0,20-0,40). Conclui-se que o Walk Score® e a distância da residência até a escola associaram-se com o deslocamento ativo de crianças. As políticas de acesso das crianças à escola mais próxima da residência poderiam estimular o deslocamento ativo.

Palavras-chave: Sistema de Informação Geográfica; Ambiente construído; Meios de transporte; Instituições acadêmicas; Saúde da criança.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre prática de exercício físico no lazer e qualidade de vida relacionada à saúde em pacientes internados sob cuidados intensivos por COVID-19

AUTORES

Caroline Soares da Silva

Patrine Vargas

Edu Fiorin Schopf

Anne Ribeiro Streb

Jucemar Benedet

Giovani Firpo Del Duca

Universidade Federal de Santa Catarina

A prática de exercício físico pode ser uma aliada na manutenção da qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS), e indivíduos que passaram por Unidade de Terapia Intensiva (UTI) por COVID-19 podem ser beneficiados pela prática. O presente estudo teve como objetivo investigar a associação entre a prática de exercício físico no lazer e QVRS em pacientes internados em UTI por COVID-19. Este foi um estudo transversal, realizado em 2022, por entrevista telefônica, com pacientes internados em um Hospital Universitário localizado em Florianópolis, Santa Catarina. Os componentes físico e mental da QVRS foram avaliados por meio do SF-36. A pontuação de cada componente varia de zero a 100 pontos (melhor QVRS). A prática de exercício físico no lazer foi determinada pelo autorrelato de tempo total de prática na última semana (em minutos). Na análise dos dados foi utilizada a regressão linear múltipla ajustada para variáveis demográficas, sexo e idade, com nível de significância estabelecido em 5%. Nos 105 pacientes investigados (idade: $49 \pm 12,97$), as pontuações médias de QVRS foram de $54,15 (\pm 24,83)$ no componente físico e $58,77 (\pm 23,82)$ no componente mental. A mediana da prática de exercício físico no lazer foi de 0min/semana (quartil1 = 0; quartil3 = 110min/semana). Observou-se uma associação direta entre o exercício físico no lazer e os componentes físico ($p = 0,003$) e mental ($p = 0,112$) da QVRS, com coeficiente de regressão estimado em 0,027 e 0,031 respectivamente. A prática de exercício físico no lazer pode contribuir para uma melhor QVRS em pacientes internados por COVID-19.

Palavras-chave: Atividades de lazer; Qualidade de vida; COVID-19; UTI.

Apoio: Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Disponibilidade de espaços públicos de lazer e nível de atividade física de escolares maranhenses: estudo descritivo

AUTORES

Cláudia Maria da Silva Vieira
Mateus Barros Frota de Carvalho
Susane Laís da Silva Chaves
Mariane Alves Silva

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia
do Maranhão-Campus Pedreiras, Pedreiras, MA.

A disponibilidade de espaços públicos de lazer em áreas urbanas é uma estratégia viável e necessária para a promoção de estilos de vida ativos e de promoção da saúde da população. Identificar a disponibilidade de espaços públicos de lazer e o nível de atividade física de escolares de uma instituição federal de ensino de Pedreiras-Maranhão. Estudo transversal com 123 escolares de ambos os sexos, com idade entre 14 a 20 anos. As variáveis: idade, sexo, prática de atividade física e disponibilidade de espaços de lazer no bairro, foram obtidas por meio de um questionário eletrônico. A associação entre a prática de atividade física e a disponibilidade de espaços de lazer utilizou-se o Qui quadrado. A análise dos dados foi efetuada no programa Stata 14.0. A pesquisa foi aprovada pelo CEP da Universidade Estadual do Ceará, Parecer N.º: 5.283.676. A maioria, 63,4% eram do sexo feminino, 55,3% eram do curso de eletromecânica e apenas 29,3% relataram prática suficiente (> 300 min/sem) de atividade física. A existência de espaços de lazer no bairro foi relatada por 70,7% dos investigados, com maior prevalência de praça pública (48,0%) e campo de futebol (43,9%). Apenas 6,5%, 13,8% e 31,7% referiram a presença de parque ambiental, academia pública e pista de caminhada e ciclismo. Não houve associação entre a prática de atividade física e a disponibilidade de espaços de lazer. Constatou-se presença de espaços de lazer no bairro. Apesar disso, a prática suficiente de atividade física foi baixa e não houve associação entre esta e a disponibilidade de espaço de lazer. No entanto, reforça-se a importância em prover as áreas urbanas com espaços públicos de lazer, visando ao aumento da atividade física da população.

Palavras-chave: Espaços públicos; Áreas urbanas; Atividade física; Escolares.

Apoio: Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico -CNPq Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Maranhão -IFMA



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Ambiente da vizinhança e comportamento sedentário no deslocamento e no lazer em mulheres de uma cidade do Sul do Brasil: uma análise multinível

AUTORES

Cristina Borges Cafruni
Marcos Pascoal Pattussi
Vanessa Backes
Juvenal Soares Dias da Costa
Maria Teresa Anselmo Olinto
Fernanda Souza de Bairros
Ruth Liane Henn

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS,

Verificar a associação entre variáveis do ambiente das vizinhanças e excesso de comportamento sedentário no deslocamento (ECSD) e no lazer (ECSL) em mulheres adultas do sul do Brasil. Estudo transversal, com amostra representativa de 1.079 mulheres, de 20 a 69 anos, residentes em 44 vizinhanças. Cada vizinhança foi definida a partir do ponto mediano das residências das participantes e, ao redor deste ponto, criou-se um buffer de 400 m. As variáveis da vizinhança foram divididas em: ambiente construído (walkability, espaços públicos de lazer, locais para a prática de exercícios físicos, associações e igrejas, domicílios com iluminação pública, ciclovias e outros locais), ambiente natural (inclinação do terreno) e ambiente social (renda). A avaliação das vizinhanças foi realizada por audição e através de dados governamentais. O comportamento sedentário e as demais variáveis individuais foram avaliados por meio de questionário, aplicado em forma de entrevista. Utilizou-se análise de regressão logística multinível. Na análise ajustada, mulheres que residiam em vizinhanças com maior percentual de inclinação do terreno e menor quantidade de espaços públicos de lazer (área) por morador aumentaram significativamente ($p \leq 0,05$) em 50% e 40% a chance de apresentar ECSD e ECSL, respectivamente. Os resultados mostraram que alguns aspectos do ambiente da vizinhança, como a inclinação do terreno e a área total de espaços públicos de lazer por morador, podem interferir em comportamentos sedentários específicos, indicando que melhorias na vizinhança poderiam diminuir o comportamento sedentário das mulheres.

Palavras-chave: Comportamento sedentário; Ambiente; Mulheres; Vizinhança.

Apoio: CBC recebeu bolsa da Escola de Desenvolvimento de Servidores da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (EDUFRGS). MTAO recebeu bolsa de produtividade do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico- CNPQ (número do processo: 307175/2017-0 e 303977/2022-1).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Fatores associados a atividade física e a pandemia do COVID-19: estudo com profissionais da educação em escolas públicas de Macapá/AP

AUTORES

Danylo José Simões Costa
Isabele Pinheiro de Sousa
Márcia Kelly Fonseca da Costa
Felipe Fossati Reichert
Demilto Yamaguchi da Pureza

Universidade Federal do Amapá, Macapá, AP

Tendo em vista as diversas mudanças de hábitos e adequações à prática de atividade física que tiveram que ser enfrentadas em tempos pandêmicos por parte dos professores, o presente estudo buscou analisar os fatores associados ao nível de atividade física de professores de escolas públicas em Macapá durante a pandemia do COVID-19. O instrumento utilizado para medir a atividade física foi o IPAQ versão curta encaminhado para os professores através do Google Forms. As demais variáveis foram divididas em cinco blocos de perguntas: (sexo, faixa-etária, nível de formação acadêmica, renda, cor da pele), (peso/altura), (diagnóstico e vacinação contra a COVID-19), (percepção sobre a saúde mental e segurança sanitária na escola) e (local de prática de atividade física e acompanhamento profissional). Os critérios para seleção foram: ser professor (a) da rede pública, estar atuando em sala de aula e estar negativo para COVID-19. A caracterização da amostra (n = 104) deu-se predominantemente para professoras (73,1%), renda de 5-10 salários mínimos (59,6%), 40-49 anos (70,7%), sentiam segurança após tomar a vacina (61,5%), e 85% dos professores foram considerados ativos fisicamente. Utilizou-se teste de qui-quadrado para associação. Entre os professores ativos, a categoria idade de 40-49 anos (70,73%) foi a mais prevalente, tiveram acompanhamento profissional (98,04%), atividade física em casa (89,5%), sentiam-se seguros pós-vacinação (89,1%) tiveram associação significativa com níveis suficientes de atividade física. Percebeu-se a preocupação em se manterem ativos por parte dos professores na pandemia, sendo este um dos mecanismos de prevenção para doenças, promoção de saúde e bem-estar.

Palavras-chave: Atividade física; COVID-19; Professores.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Desigualdades na prática de atividade física de adolescentes nas mesorregiões de Pernambuco

AUTORES

Diego de Melo Lima
Carlos Alberto Moreno Moya
Jose Henrique Arruda Nascimento
Jean-pierre Martins Carneiro da Silveira
Carla Meneses Hardman
Mauro Virgílio Gomes de Barros

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Fatores sociais podem afetar a prática de atividade física. Portanto, conhecer as diferenças regionais é importante para o desenvolvimento de políticas públicas. Verificar as desigualdades sociais na prática de atividades físicas no lazer em adolescentes de acordo com as mesorregiões de Pernambuco. Trata-se de um estudo transversal, realizado com uma amostra representativa de adolescentes da rede pública estadual de ensino médio de Pernambuco. Foram utilizados dados de 4514 adolescentes (14 a 19 anos) de uma versão adaptada do questionário Global School-based Student Health Survey, aplicado em 2022. Foram extraídos dados sobre prática de atividade física no tempo livre, sexo, cor da pele, área de residência e escolaridade materna. Além da distribuição de frequências, foram utilizadas as diferenças, expressas em pontos percentuais (p.p.). A prevalência da prática de atividades físicas no lazer foi de 67,7%. Rapazes (35,8%; 3,9 p.p.), adolescentes de pele preta ou parda (50,6%; 33,5 p.p.), da zona urbana (51,1%; 67,7 p.p.), da região metropolitana (21,6%; 10,8 p.p.) apresentaram maior prática de atividade física no lazer. As regiões com maiores diferenças foram a Metropolitana (50 p.p. entre zona urbana e rural) e Sertão do São Francisco (46,9 p.p. entre adolescentes de cor preta/parda e branca; 22,1 p.p. de diferença entre os grupos extremos de escolaridade). A discrepâncias sociais observadas quanto a prática de atividade física reforça a importância de se conhecer as regionalidades a fim de reduzir desigualdades e fortalecer as potencialidades regionais.

Palavras-chave: Atividade motora; Saúde pública; Adolescente.

Apoio: CNPq, CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Coordenação motora e fatores associados em crianças: diferenças consoante nível de coordenação

AUTORES

Douglas Vieira
Ingrid Kelly Alves dos Santos Pinheiro
Mabliny Thuany
Ângelo Negrão
Elenir Campelo Gomes
Thayse Natacha Gomes

Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, SE.

A coordenação motora (CM) é influenciada pelo tripé sujeito-ambiente-tarefa. Dadas as diferenças individuais e ambientais, sua expressão difere entre os sujeitos, sendo relevante identificar as variáveis associadas à sua expressão entre crianças com diferentes níveis de CM. Identificar as variáveis associadas à expressão de diferentes níveis de CM em crianças. Trata-se de uma pesquisa transversal, realizada com 53 crianças (7:12 anos) de ambos os sexos de uma escola pública paraense. Foram utilizadas informações referentes a idade, sexo, índice de massa corporal (IMC), CM (teste KTK), atividade física (Web-CAAFE, autorreportada) e aptidão física (PROESP-BR, ajustada consoante sexo). Análise de regressão quantílica foi realizada considerando a CM como variável desfecho e as demais como variáveis independentes. Foram analisados: q10 (coordenação baixa), q50 (coordenação mediana) e q90 (coordenação excelente). Análises foram realizadas no software STATA 16.0, com 95% de confiança. A idade foi um preditor significativo da CM nos três quantis. Contudo, a atividade física foi importante apenas na expressão da CM das crianças com CM baixa ($\beta = 0,67$; $p = 0,004$). Aptidão física também mostrou influência relevante nos modelos de q10 ($\beta = 1,39$; $p < 0,001$) e q50 ($\beta = 1,37$; $p = 0,02$). O modelo de regressão apresenta maior poder de explicação para o q10 ($R^2 = 0,40$), seguindo de q90 ($R^2 = 0,27$) e q50 ($R^2 = 0,24$). Idade, atividade física e aptidão física foram preditores significativos para as crianças que apresentavam níveis mais baixos de CM. Compreender tais diferenças torna-se uma ferramenta importante para o planejamento de estratégias específicas e eficazes para cada situação.

Palavras-chave: Atividade física; Saúde; Aptidão física; Coordenação motora.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre indicadores de qualidade de vida e comportamento sedentário baseado no tempo de tela em pacientes internados por COVID-19 após cuidados intensivos

AUTORES

Edu Fiorin Schopf
Cecília Bertuol
Deborah Kazimoto Alves
Caroline Soares da Silva
Patrine Vargas
Giovani Firpo Del Duca

¹ Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Este estudo teve como objetivo verificar a associação entre a qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) e comportamento sedentário baseado no tempo de tela (TT) de pacientes internados na Unidade de Terapia Intensiva (UTI), por complicações da COVID-19. Este foi um estudo transversal realizado por meio de entrevista telefônica com pacientes internados no Hospital Universitário de Florianópolis/SC. O TT excessivo foi avaliado durante a semana e aos domingos, por questionário validado. Adotou-se um ponto de corte ≥ 8 horas/dia, considerando o somatório de horas autorrelatadas dispendidas em frente à televisão, ao computador e ao celular. Para a QVRS, utilizou-se o questionário SF-36, que avalia em pontuação de zero a 100 (melhor QVRS) o componente físico e o componente mental. Empregou-se a regressão logística binária, ajustada para variáveis sociodemográficas, com os resultados expressos em razões de odds (RO). Nos 105 sujeitos entrevistados (idade = $49,0 \pm 13,0$ anos), os indicadores de capacidade funcional (RO = 0,98; p = 0,023), limitações por aspectos físicos (RO = 0,99; p = 0,026) e limitações por aspectos emocionais (RO = 0,99; p = 0,023) estiveram associados ao TT durante a semana, sugerindo que escores maiores para os indicadores de QVRS são fatores de proteção para o TT excessivo. Em relação ao TT aos domingos, encontrou-se resultados significativos nos domínios de capacidade funcional (RO = 0,98; p = 0,017); limitações por aspectos físicos (RO = 0,99; p = 0,010); dor (RO = 0,98; p = 0,036); estado geral de saúde (RO = 0,98; p = 0,037); vitalidade (RO = 0,97; p = 0,005); aspectos sociais (RO = 0,99; p = 0,043) e limitações por aspectos emocionais (RO = 0,99; p = 0,034). Conclui-se que os indicadores de QVRS são mais fortemente associados ao TT aos domingos.

Palavras-chave: Qualidade de vida; COVID-19; Celular; Computadores; Televisão.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Influência dos padrões das características do ambiente percebido do bairro sobre a prática de atividade física em adolescentes: uma análise longitudinal

AUTORES

Eduarda Cristina da Costa Silva
Juliana Maria da Penha Freire Silva
Tayse Guedes Cabral
Ially Rayssa Dias Moura
Josélia dos Santos Almeida
José Cazuya de Farias Júnior

Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

O objetivo deste estudo foi identificar os padrões das características do ambiente percebido do bairro e relacioná-las com o tempo de prática de atividade física (AF) ao longo de quatro anos. Trata-se de um estudo observacional longitudinal, com 334 adolescentes (52,4% do sexo feminino; 10 a 13 anos de idade, em 2014) de João Pessoa, Paraíba. As características do ambiente foram mensuradas por meio de escala com 16 itens: locais para a prática (8 itens), segurança urbana (4 itens) e no trânsito (4 itens). A AF foi mensurada por questionário e produzidos escores (minutos/semana) de deslocamento ativo, atividades recreativas, esportes, exercícios físicos e tempo total de prática. A análise de Classes Latentes (CL) foi aplicada para identificar padrões do ambiente e o teste de Kruskal-Wallis, com comparações múltiplas de Dunn, para comparar o tempo de prática de AF entre estes padrões. A CL identificou quatro padrões para as características do ambiente: diversificado-inseguro, pouco diversificado-seguro, totalmente favorável, totalmente desfavorável. Os adolescentes que residiam em ambiente diversificado-inseguro tiveram maior tempo médio de deslocamento ativo (153,7+161,8 minutos/semana em 2014; $p < 0,05$). O ambiente totalmente favorável foi o que apresentou maior tempo de exercício físico (42,6+138,7 minutos/semana em 2015; $p < 0,05$), esportes ($> 240,0$ minutos/semana, em todos os anos; $p < 0,05$) e de AF total ($> 440,0$ minutos/semana, em 2015, 2016 e 2017; $p < 0,05$). Adolescentes que percebiam no bairro maior frequência de locais disponíveis para a prática e segurança apresentavam maior prática de esportes e de atividade física total.

Palavras-chave: Ambiente construído; Atividade motora; Adolescentes; Estudo longitudinal

Apoio: Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPq e a Fundação de Apoio à Pesquisa do Estado da Paraíba - FAPESQ, pela concessão de recursos financeiros para a realização do Estudo LONCAAFS e pela bolsa de produtividade em pesquisa do CNPq. A Secretaria de Estado da Educação da Paraíba, Secretaria Municipal de Educação e Cultura de João Pessoa pela a autorização e aos adolescentes das escolas públicas que participaram do Estudo LONCAAFS.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Percepção de segurança contra crimes e prática de atividade física em diferentes períodos do dia em idosos de Curitiba-PR

AUTORES

Eduardo Ferreira Medici
Adriano Akira Ferreira Hino
Rodrigo Siqueira Reis

Pontifícia Universidade Católica do Paraná,
Curitiba, PR.

Testar a associação entre a percepção de segurança (PS) relacionada a crimes na vizinhança e a prática de atividade física (AF) em períodos do dia em idosos de Curitiba, Brasil. Procedimentos Metodológicos: Inquérito domiciliar transversal denominado ESPAÇOS 3ª Idade realizado na cidade de Curitiba-PR entre os anos 2017 e 2018. A amostra foi composta por 146 idosos de 64 setores censitários selecionados segundo a renda e walkability da área. Para a avaliação dos níveis de AF, foram utilizados acelerômetros da marca ActiGraph® modelo GT3X-BT, programados com o software ActiLife® para registrar dados contínuos e em bouts de 10 e 30 minutos durante 7 dias. Foram utilizados os dados de horas de AF. A PS foi avaliada por meio do Neighborhood Environment Walkability Scale. A associação entre a PS e a prática de AF foi testada por meio de regressão multinível (“hora” no primeiro nível, “dia” no segundo e “idoso” no terceiro). As análises foram ajustadas para sexo, renda, escolaridade e cor da pele ($p < 0,05$). Os participantes ($n = 84$) foram em sua maioria mulheres (57,53%), tinham entre 60 e 69 anos (53,42%), e praticavam $16,73 \pm 0,11$ min/hora de atividade física leve (AFL) e $1,34 \pm 0,04$ min/hora de atividade física moderada e vigorosa (AFMV). Idosos com PS mais elevada praticaram mais AFMV no período da manhã ($\beta = 1,23$; $p = 0,02$) e da tarde ($\beta = 0,55$; $p = 0,05$). Não houve associação entre PS e AFL. Idosos com maiores escores de PS praticaram mais AFMV no período da manhã e da tarde.

Palavras-chave: Atividade física; Idosos; Ambiente.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Desempenho de indicadores de criminalidade no bairro para predizer prevalências de deslocamento ativo para a escola entre crianças e adolescentes

AUTORES

Eduardo Silva de Macedo
Gilmar Mercês de Jesus
Rogério Tosta de Almeida
Juliana Silva e Silva
Lizziane Andrade Dias

Universidade Estadual de Feira de Santana, Novo Horizonte, BA

Verificar a capacidade preditiva de indicadores de número de crimes violentos contra pessoas registrados pela polícia proporcionais à área (CVLI/Km²) e proporcionais à população do bairro (CVLI/Pop) na avaliação do deslocamento ativo (DA) caminhando e pedalando para ir e voltar escola. Estudo transversal, realizado em 2019, com 2.479 estudantes de escolas públicas da zona urbana (53,2% meninas; Idade = 9,1 ± 1,38 anos; IMC = 17,5 ± 3,5 Kg/m²). O DA foi investigado com questionário online (Web-CAAFE). A quantidade anual de CVLI, proporcional à área de cada um dos bairros de residência dos participantes (CVLI/Km²), foi obtida junto à 2ª Delegacia de Polícia Civil da cidade. A população residente nos bairros foi obtida, com base no censo de 2010, para a construção do indicador quantidade anual de CVLI proporcional à população (CVLI/Pop = [(CVLI ÷ População] × 1005)). A análise incluiu cálculos de sensibilidade e especificidade dos indicadores, avaliação da área sob a curva ROC (AUC). Quando considerado o indicador CVLI/Km², a AUC para DA caminhando foi de 0,51 (IC95% = 0,49-0,53) e DA pedalando foi de 0,47 (IC95% = 0,43-0,51). Para o indicador CVLI/Pop, AUC foi de 0,46 (IC95% = 0,44-0,48) e de 0,53 (IC95% = 0,49-0,58), para DA caminhando e pedalando, respectivamente. A comparação das AUC para DA caminhando mostrou melhor desempenho do indicador CVLI/Km² (p = 0,004). Não houve diferença estatística no desempenho dos indicadores para DA pedalando. Apesar de as evidências sobre a associação entre indicadores objetivos de crime e o DA ainda serem inconsistentes, os resultados mostraram melhor capacidade preditiva de DA caminhando do indicador CVLI/Km².

Palavras-chave: Meios de transporte; Crime; Indicadores; Criança; Adolescente.

Apoio: Agradecimentos à Secretaria de Educação de Feira de Santana, Diretores das escolas e pais dos estudantes participantes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Indicadores de caminhabilidade na cidade de São Paulo: resultados do estudo ISA Atividade Física e Ambiente

AUTORES

Elayne Silva de Oliveira
Jader Correia de Lacerda
Ítalo Vinícius Floriano de Paula
Guilherme Stefano Goulardins
Alex Antonio Florindo

Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.

A prática de caminhada tem apresentado associações positivas com atributos do ambiente construído avaliados pela observação sistemática. : Descrever características do ambiente construído em nível de microescala relacionados a atividade física. Métodos. Coorte com adultos residentes na cidade de São Paulo, intitulada ISA Atividade Física e Ambiente, como método de auditoria foi utilizado o Microscale Audit of Pedestrian Streetscapes (MAPS) por meio de imagens do Google Earth, em rotas de 400-700m a partir dos endereços georreferenciados dos participantes. Foram auditadas 1.434 rotas, 11.201 segmentos e 10.857 cruzamentos. As rotas levaram em média 25,8 minutos. (dp = 17,4), os segmentos 8,9 minutos (dp = 4,4), e os cruzamentos 4,3 minutos (dp = 2,8). Entre os atributos avaliados, as calçadas estiveram presentes em 80,3% dos segmentos, no entanto apenas 30% possuíam 1,5m ou mais de largura, 97,8% não apresentam infraestrutura para o uso de bicicletas, 81,4% não dispõem de infraestrutura para pedestres (travessia no segmento e local coberto para caminhar), 82,8% não possuem buffer para separar a rua da calçada. Na avaliação das rotas, 30,2% não possuem estrutura de transporte, como paradas de ônibus e transportes públicos, no entanto 82,3% dispõem de redutores de velocidade (rotatória e placas de velocidade), nas características relacionadas ao conforto, segurança e estética, 96% não possuem iluminação pública para pedestres, 30,3% possuem bancos ou assentos ao longo da rota, 69,2% apresentavam excesso de lixo e 93,9% pichações. Os resultados demonstram carência de atributos que apoiem o deslocamento ativo na cidade, principalmente em infraestrutura para bicicleta, estética e segurança.

Palavras-chave: Ambiente construído; Microescala; Atividade Física.

Apoio: Financiamento da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP), processo número 2017/17049-3.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre características do ambiente urbano e habilidade motoras fundamentais em crianças de uma cidade do nordeste brasileiro

AUTORES

Elvis Geanderson Lima do Vale
Rafael Martins da Costa
Anastácio Neco de Souza Filho
Clarice Maria de Lucena Martins
João Otacilio Libardoni dos Santos
Roseanne Gomes Autran

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, AM.

Verificar a associação entre características do ambiente urbano (AU) com as habilidades motoras fundamentais (HMF) em crianças pré-escolares. Procedimentos metodológicos: A amostra foi constituída por 83 crianças de ambos os sexos (53,0% masculino) com idade média de entre $53,36 \pm 8,18$ meses, matriculados em três Centros de Referências em Educação Infantil (CREIs) de João Pessoa-PB. As características do AU foram avaliadas através de auditoria utilizando o Physical Activity Resource Assessment (PARA) em conjunto com a versão adaptada da Neighborhood Environment Walkability Scale (NEWS) e para as HMF foi utilizado o Test of Gross Motor Development-2 (TGMD-2). Para verificar a associação entre as características AU e as HMF foram utilizados modelos de regressão linear múltipla considerando o intervalo de confiança de 95% (IC95%) e o valor de $p < 0,05$. Não foram encontrados resultados estatisticamente significativos entre a presença de quadras esportivas ($\beta = 0,65$; IC95% = -12,84; 14,14, p-valor = 0,923), locais para caminhada ($\beta = 4,05$; IC95% = -11,39; 19,50, p-valor = 0,599), campo ($\beta = 3,10$; IC95% = -10,16; 16,37, p-valor = 0,639), segurança ($\beta = -5,28$; IC95% = -15,03; 4,47, p-valor = 0,280) e escore da quantidade de equipamentos para prática de atividade física ($\beta = 2,04$; IC95% = -14,95; 15,27, p-valor = 0,809) com o escore geral de HMF. Embora seja irrefutável que as características ambientais sejam importantes para a promoção das HMF, não foram encontrados associação estatisticamente significativa.

Palavras-chave: Destreza motora; Ambiente construído; Pré-escolar.

Apoio: Projeto Movement's Cool, ao Grupo de Estudo em Atividade Física e Desfechos em Saúde (GEADES) e a Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Amazonas (FAPEAM).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Alterações no treinamento de kangoo jump durante a pandemia da COVID-19

AUTORES

Emmanuel Souza da Rocha
Graziele Abreu da Silva
Bruna Barroso
Salime Donida Chedid Lisboa
Julio Brugnara Mello

Faculdade Sogipa, Porto Alegre, RS.

Com a pandemia da COVID-19, muitas pessoas tiveram que adaptar seus treinamentos. Com o fechamento de academias e com o distanciamento social o comportamento sedentário foi quase que inevitável. Praticantes de diferentes modalidades buscaram estratégias para se manter ativos. Praticantes da modalidade de kangoo jump que estavam acostumados com aulas coletivas em academias tiveram que parar de praticar ou se adaptar com treinos em casa. Entretanto, não sabemos como foi o perfil de treinamento durante a COVID-19, já que muitas pessoas começaram a treinar sem um acompanhamento profissional. Nosso objetivo foi verificar as alterações no treinamento de praticantes de kangoo jump durante a pandemia da COVID-19. Realizamos uma pesquisa exploratória descritiva quantitativa. Praticantes foram convidadas a responder um questionário online com perguntas relacionadas ao seu perfil sociodemográfico e sobre sua prática de kangoo. A pesquisa foi realizada durante os períodos de lockdown com pessoas do sexo feminino. Sessenta responderam ao questionário, 53 se mantiveram praticando a modalidade, e apenas 7 deixaram de praticar durante a pandemia. Das 53 que se mantiveram praticando, 52 praticantes, se mantiveram com acompanhamento profissional, sendo que 60% delas estão praticando com a mesma frequência (3 ± 1 dias/semana) de antes da pandemia. Durante a pandemia as mudanças que prevaleceram nos treinos foram diminuição na frequência (< 3 dias/semana) e na intensidade (autorrelatada), devido ao uso de máscaras. Mesmo em um período atípico de pandemia, com diversas restrições, as participantes mantiveram seus treinos, sendo necessário adaptações quanto ao formato, frequência e intensidade durante a prática de kangoo.

Palavras-chave: Exercício físico; Educação física e treinamento; Quarentena; Comportamento sedentário.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Diferenças no ambiente construído para atividade física em escolas rurais e urbanas de Feira de Santana- BA

AUTORES

Émylle Alves de Souza Lima

Lizziane Andrade Dias

Anna Karolina Cerqueira Barros

Lara Daniele Matos dos Santos Araujo

Gilmar Mercês de Jesus

Universidade Estadual de Feira de Santana, Novo Horizonte, BA.

Avaliar a probabilidade de estudar em escola com ambiente construído favorável para atividade física (AF) conforme localização urbana ou rural. estudo transversal, realizado com amostra de escolares de 11 escolas públicas da zona urbana ($n = 2.654$) e 11 escolas da zona rural ($n = 1.053$) da cidade de Feira de Santana- BA. As diretoras informaram sobre o ambiente construído preenchendo um questionário com 13 questões de múltipla escolha que avaliou presença e acesso à infraestrutura e materiais para a prática de AF. Cinco variáveis do ambiente construído foram selecionadas (presença de parquinho, disponibilidade de materiais no recreio, uso de espaços cobertos para AF, classificação da infraestrutura e acesso a instalações esportivas). A análise incluiu regressão de Poisson, com estimador robusto de variância. Estudantes de escolas da zona rural apresentaram menor probabilidade de dispor de parquinho com diversos equipamentos ($R p = 0,72$; IC95%: 0,64-0,81), de estudar em escola com infraestrutura classificada como boa ou excelente ($R p = 0,35$; IC95%: 0,29-0,43) e de ter acesso a instalações esportivas ($R p = 0,88$; IC95%: 0,80-0,97) quando comparados àqueles de escolas localizadas na zona urbana. Contudo, nas escolas rurais dispunham de mais materiais/equipamentos para brincar no período de recreio ($R p = 1,16$; IC95%: 1,12-1,20) do que os estudantes das escolas da zona urbana. Não foram observadas diferenças significativas quanto ao uso de espaços cobertos para atividade física quando comparadas as escolas rurais e urbanas. Estudantes da zona rural apresentaram menor probabilidade de disporem de ambiente construído para atividade física em suas escolas quando comparados aos estudantes de escolas da zona urbana.

Palavras-chave: Ambiente construído; Zona rural; Área urbana; Atividade motora.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Distância da região central e presença de espaços para atividade física em São José dos Pinhais, PR

AUTORES

Gabriel Bond Villordo
Jorge Royer Buchmann
Camila Suota
Rogério César Fermino

Universidade Tecnológica Federal do Paraná,
Curitiba, PR.

O objetivo deste estudo foi testar a associação entre a distância da região central da cidade e a presença de espaços para a atividade física em São José dos Pinhais, Paraná. Estudo quantitativo e transversal, realizado em 2022, em que foram avaliados os segmentos de rua no entorno de 500 metros de 10 espaços públicos abertos para a atividade física. A presença dos locais foi avaliada com a versão adaptada do Microscale Audit of Pedestrian Streetscapes, o qual contém 86 itens. Destes, sete foram selecionados por apresentar os indicadores de interesse: espaços 1) cobertos e privados, 2) cobertos e públicos, 3) ao ar livre e públicos, 4) parques, 5) praças, 6) academias ao ar livre, 7) pistas de caminhada ou corrida. A proximidade da região central foi estimada pela distância do marco zero da cidade até os locais, pela rede de ruas, a qual foi categorizada em “perto” e “longe” pela mediana. Os dados foram analisados com o teste de qui-quadrado para heterogeneidade no software SPSS ($p < 0,05$). Foram avaliados 590 segmentos de rua e os espaços mais frequentes foram os locais cobertos e públicos (4%), cobertos e privados (4%) e ao ar livre públicos (3%). A distância do centro da cidade foi positivamente associada a presença de espaços cobertos e privados (5% vs. 3%, $p = 0,024$). Conclui-se que os locais cobertos e privados são mais frequentes em regiões centrais da cidade. É necessário investir na construção de espaços para a prática de atividade física em regiões periféricas da cidade.

Palavras-chave: Atividade motora; Exercício físico; Instalações esportivas e recreacionais; Acessibilidade arquitetônica; Ambiente construído.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre conhecimento de programas públicos de atividade física por brasileiros e a participação em atividades físicas - PNS 2019

AUTORES

Gabriela Remor
Daiane Bottamedi
Fernanda Castro Monteiro
Camila Emanuele Souza Silva
Thiago Sousa Matias

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O objetivo do presente estudo foi investigar a associação entre conhecimento sobre programas públicos de atividade física e participação em atividades físicas de lazer de brasileiros. Trata-se de um estudo transversal de análise secundária da Pesquisa Nacional de Saúde 2019 (n = 90.846). Questionários foram empregados e as questões: “O(A) Sr(a) conhece algum programa público no seu município de estímulo à prática de atividade física?” (opções de respostas sim/não); e “Quantos dias por semana o(a) Sr(a) costuma (costumava) praticar exercício físico ou esporte?” (opções de respostas um a sete dias, nunca ou menos de uma vez por semana) foram utilizadas. Análises descritivas e modelos de regressão logística multinomial (ajustado para fatores sociodemográficos) foram empregados. As análises foram ponderadas para procedimentos de amostragem complexas. O nível de significância foi de $p < 0,05$. Foi observado que 22,5% (IC 95%: 22,2-22,7) dos brasileiros conhecem algum programa público de atividade física no Brasil. Estes comparados aqueles que não conhecem programas possuem entre 68,6% ($p < 0,001$) e 71,8% ($p < 0,001$) mais chances de realizarem pelo menos um dia e sete dias de atividade física de lazer, respectivamente. Conhecer sobre programas públicos de estímulo a prática de atividade física pode favorecer a participação de brasileiros em atividades físicas de lazer. Sugere-se a implementação de esforços direcionados na ampliação da divulgação desses programas, a fim de promover e incentivar a prática de atividades físicas entre a população brasileira.

Palavras-chave: Atividades de Lazer; Conhecimento; Inquéritos Epidemiológicos



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Estilo de vida de universitários em diferentes regiões do Brasil

AUTORES

Geisa Franco Rodrigues
Ferdinando Oliveira Carvalho
Wagner Jorge Ribeiro Domingues
Aline Mendes Gerage da Silva
Mariana Biagi Batista
Débora Alves Guariglia

Universidade Estadual do Norte do Paraná

Este trabalho teve como objetivo avaliar o estilo de vida de universitários nas diferentes regiões do Brasil. Foi utilizado como instrumento o Questionário Estilo de Vida Fantástico que contém 9 domínios: 1) família e amigos; 2) atividade física, 3) nutrição, 4) uso de tabaco e tóxicos, 5) uso de álcool, 6) Sono, uso de cinto de segurança, stress e sexo seguro, 7) Tipo de comportamento, 8) introspecção e 9) trabalho, o qual foi aplicado por meio do google forms em 2.400 universitários. Após verificar a normalidade dos dados, as variáveis foram descritas em mediana, 1º e 3º quartil. Para comparar as pontuações das regiões de acordo com os domínios e a pontuação geral foi realizado o teste de Kruskal-Wallis. Como resultados observa-se que na somatória de todos os domínios as regiões Norte (mediana = 61; 1º e 3º quartil = 54 - 70) e Centro-Oeste (mediana = 60; 1º e 3º quartil = 53 - 67) foram as que apresentaram melhores scores no estilo de vida, ao passo que a região Nordeste apresentou o menor score total (mediana = 56; 1º e 3º quartil = 49 - 64). Nos domínios 1 e 7 a região Norte foi superior em relação as demais, e inferior no domínio 5. Nos demais domínios as diferenças foram pontuais e menos expressivas entre as regiões. Conclui-se que a região Norte e Centro-Oeste obtiveram o melhor estilo de vida entre universitários brasileiros, seguida pelas regiões Sul, Sudeste e Nordeste que ficou com pior desempenho.

Palavras-chave: Estilo de vida; Estudantes; Brasil.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Criminalidade urbana e o deslocamento ativo pedalando para a escola entre crianças e adolescentes

AUTORES

Gilmar Mercês de Jesus
Eduardo Silva de Macedo
Lizziane Andrade Dias
Anna Karolina Cerqueira Barros

Universidade Estadual de Feira de Santana, Novo Horizonte, BA

Analisar a associação entre o número de crimes violentos letais intencionais (CVLI) e a prevalência de deslocamento ativo (DA) pedalando para/da escola entre crianças e adolescentes. Estudo transversal, realizado em 2019, com 2.479 estudantes de escolas públicas da zona urbana (53,2% meninas; Idade = $9,0 \pm 1,38$ anos; IMC = $17,5 \pm 3,5$ Kg/m²). O DA foi investigado com questionário online (Web-CAAFE). A quantidade anual de CVLI, proporcional à área de cada um dos 41 bairros em que residiam os participantes (CVLI/Km²), foi obtida junto à 2ª Delegacia de Polícia Civil da cidade. A análise incluiu estatística descritiva, bivariada e regressão de Poisson, para estimar Razões de Prevalência (RP) e Intervalos de 95% de Confiança (IC95%). A significância estatística foi avaliada pelo valor de $p < 0,05$. Covariáveis: sexo, idade e distância entre residência e escola (m). DA ocorreu em 6,5% da amostra. Apenas 7,6% dos participantes residiam em bairros sem registro de CVLI/Km², enquanto 19,7%, 21,4%, 26% e 25,3% residiam em bairros com 1,2, 3,0, 4,8 e +4,8 CVLI/Km². Na média, a prevalência de DA foi maior nos bairros com pelo menos um CVLI/Km² (R p = 2,70; IC95% = 1,01-7,20). Comparados aos participantes residentes em bairros sem CVLI/Km², aqueles com 1,2 (R p = 3,34; IC95% = 1,20-9,32), 3,0 (R p = 2,95; IC95% = 1,06-8,18) e 4,8 (R p = 3,46; IC95% = 1,26-9,50) CVLI/Km² também exibiram maiores prevalências de DA. A quantidade de CVLI/Km² foi diretamente associada ao DA, independentemente do sexo, idade ou distância entre escola e residência. Evidências da associação entre criminalidade e DA ainda são inconsistentes, mas, futuros estudos devem considerar outros fatores de confusão implicados na associação testada.

Palavras-chave: Meios de transporte; Crime; Violência; Criança; Adolescente.

Apoio: Agradecimentos à Secretaria de Educação de Feira de Santana, Diretores das escolas e pais dos estudantes participantes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre o número de crimes violentos registrados pela polícia e o deslocamento ativo para a escola entre crianças e adolescentes

AUTORES

Gilmar Mercês de Jesus
Raphael Henrique de Oliveira Araujo
Lívia do Nascimento Xavier
Anna Karolina Cerqueira Barros
Lizziane Andrade Dias

Universidade Estadual de Feira de Santana, Novo Horizonte, BA

Averiguar a associação entre o número de crimes violentos letais intencionais (CVLI) e a prevalência de deslocamento ativo (DA) caminhando para/da escola entre crianças e adolescentes. Estudo transversal, realizado em 2019, com 2.366 estudantes de escolas públicas da zona urbana (53% meninas; Idade = $9,0 \pm 1,38$ anos; IMC = $17,5 \pm 3,5$ Kg/m²). O DA foi investigado com questionário online (Web-CAAFE). A quantidade anual de CVLI, proporcional à área de cada um dos 41 bairros em que residiam os participantes (CVLI/Km²), foi obtida junto à 2ª Delegacia de Polícia Civil da cidade. A análise incluiu estatística descritiva, bivariada e regressão de Poisson, para estimar Razões de Prevalência (RP) e Intervalos de 95% de Confiança (IC95%). A significância estatística foi avaliada pelo valor de $p < 0,05$. Covariáveis: sexo, idade (7-9; 10-12 anos) e distância entre residência e escola (m). DA ocorreu em 60,6% da amostra. Apenas 7,6% dos participantes residiam em bairros sem nenhum registro CVLI/Km², enquanto 19,7%, 21,4%, 26% e 25,3% residiam em bairros com registro de 1,2; 3,0; 4,8; e +4,8 CVLI/Km². Na média, a prevalência de DA foi 24% menor nos bairros com pelo menos um registro anual de CVLI/Km² ($R_p = 0,76$; $IC95\% = 0,69-0,84$). Comparados aos participantes residentes em bairros sem nenhum registro de CVLI/Km², aqueles com 1,2; 3,0; 4,8; e +4,8 CVLI/Km² exibiram prevalências de DA 24% ($R_p = 0,76$; $IC95\% = 0,68-0,85$), 29% ($R_p = 0,71$; $IC95\% = 0,62-0,81$), 29% ($R_p = 0,71$; $IC95\% = 0,61-0,83$) e 20% ($R_p = 0,80$; $IC95\% = 0,71-0,90$) menor, respectivamente. Uma maior quantidade de registros de CVLI/Km² foi inversamente associada ao DA, independentemente do sexo, idade ou distância entre escola e residência.

Palavras-chave: Meios de transporte; Crime; Violência; Criança; Adolescente.

Apoio: Agradecimentos à Secretaria de Educação de Feira de Santana, Diretores das escolas e pais dos estudantes participantes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Diferenças regionais e de sexo no comportamento sedentário em universitários brasileiros avaliados durante a pandemia do COVID-19

AUTORES

Giovanna Piasentine
Ferdinando Oliveira Carvalho
Wagner Jorge Ribeiro Domingues
Aline Mendes Gerage da Silva
Mariana Biagi Batista
Débora Alves Guariglia

Universidade Estadual do Norte do Paraná,
Jacarezinho, PR.

Universitários demonstram altos índices de comportamento sedentário devido às obrigações no período acadêmico e esses índices aumentaram ainda mais durante a pandemia do COVID-19. Dessa forma, o objetivo do presente estudo foi comparar o comportamento sedentário de tempo de telas em universitários de ambos os sexos e diferentes regiões do Brasil durante o isolamento social. A amostra foi composta por 2.400 universitários das cinco regiões. Para o levantamento de dados foram utilizadas as questões de tempo de tela do questionário VIGITEL, e uma anamnese com informações sobre região e dados sociodemográficos, de forma virtual. As coletas foram realizadas entre março e outubro do ano de 2021. Para a análise dos dados, as comparações foram feitas pelos testes Kruskal-Wallis ou Man-Whitney para as variáveis entre o sexo e região, adotando-se a significância de $p < 0,05$. Como principais resultados não foram observados diferenças entre as regiões no “tempo de TV semanal” ($p = 0,443$) e “no fim de semana” ($p = 0,075$), porém “período de TV no tempo livre” foi menor para região Norte ($p = 0,001$) em relação as demais regiões, e a “média do tempo de tela diário” foi menor na região Nordeste em relação ao Sul, Centro-Oeste e Norte ($p = 0,005$). Além disso, homens apresentaram menor “tempo de TV semanal” ($p = 0,016$) e “tempo de TV no final de semana” ($p = 0,022$) em relação as mulheres. Dessa forma, conclui-se que região Norte apresenta menor período da “TV em tempo livre” em relação as demais regiões, e a região Nordeste menor “tempo de tela diário” em relação as demais, adicionalmente, homens apresentam menor tempo de TV em relação as mulheres.

Palavras-chave: Estilo de vida; Universitários; Brasil; Pandemia; Comportamento sedentário.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Mobilidade urbana da cidade de São Paulo-SP durante a pandemia de COVID-19

AUTORES

Guilherme Stefano Goulardins
Margarethe Thaisi Garro Knebel
Eduardo Quieroti Rodrigues
Alex Antonio Florindo

Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.

A densa população de São Paulo precisou se adaptar aos desafios da mobilidade urbana durante a pandemia de COVID-19. Descrever os tipos de transporte e o tempo de deslocamento para o trabalho durante os anos de 2020/2021 em São Paulo-SP, estratificando por fatores sociodemográficos. Dados do Inquérito de Saúde (ISA)-Atividade Física e Ambiente, que nos anos de 2020/2021, entrevistou 1.439 participantes (≥ 18 anos). Utilizamos neste estudo, as variáveis tipo de trabalho (home office x presencial), tipo de transporte (transporte ativo, transporte individual motorizado, transporte público), tempo de deslocamento e variáveis sociodemográficas (sexo, idade, renda, escolaridade). Realizamos análise de prevalência considerando a sobreposição dos intervalos de confiança de 95%. Dos participantes que declararam estar trabalhando ($n = 728$), 75,4% realizaram trabalho presencial, destes, 46,1% deslocaram de transporte público e 40,1% deslocaram por ≥ 90 minutos/dia. Nas análises estratificadas, participantes com ensino superior completo foram mais frequentes no home office (40,7%). Homens foram maioria no transporte individual motorizado (44,7%), e mulheres no transporte público (39,3%). Adultos jovens (18 a 39 anos) foram minoria no transporte individual motorizado (27,1%), e para renda não encontramos nenhum sujeito na classe A que utilizou o transporte ativo e nenhum nas classes A/B para o transporte público. O tempo diário de deslocamento para o trabalho não foi diferente entre as variáveis sociodemográficas. Iniquidades de gênero e ensino ocorreram na mobilidade para o trabalho majoritariamente presencial durante os anos de pandemia em 2020/2021.

Palavras-chave: Mobilidade urbana; Deslocamento; Transporte; Pandemia.

Apoio: FAPESP, CNPq e CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS

Prática pedagógica no formato virtual utilizada na pandemia da COVID-19



AUTORES

Henrique de Oliveira Arrieira
Mariângela da Rosa Afonso
Rodrigo Zanetti da Rocha
Franciele da Silva Ribeiro
Cristina Lessa dos Santos Arrieira

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

Estudo com objetivo de compreender os caminhos percorridos pelos professores de educação física de escolas municipais de Canguçu/RS no sul do Brasil, diante de uma intervenção com atividades físicas remotas e as possíveis modificações na prática pedagógica. Estudo qualitativo de pesquisa-ação. Amostra contou com 16 professores, o período da intervenção foi de março a setembro de 2021, com AF por meio de aplicativos de smartphones nas modalidades caminhada, corrida e ciclismo, nomeada TEIC Virtual. Os dados foram submetidos à análise de conteúdo, proposta por Bardin, por meio da participação dos professores nas intervenções com AF remotas. Foram coletados dados por: questionário diagnóstico que permitiram aos docentes especificar e contextualizar a situação da prática de AF, por meio de ferramentas virtuais como conteúdo da EF, diário de campo, devolutivas dos prints dos percursos para cada modalidade, participação nas reuniões e respostas ao questionário final para obter as informações em relação à proposta. Os professores evidenciaram que o trabalho com o TEIC Virtual nas escolas foi uma estratégia positiva, que proporcionou aprendizado em um período de desgaste, embora com dificuldades de acesso à internet e com problema de infraestrutura, contribuiu com o trabalho pedagógico dos professores de Educação Física na pandemia. Foi possível perceber ainda que a proposta despertou a união da comunidade escolar o que colaborou para o aumento da participação dos alunos nas aulas remotas.

Palavras-chave: Atividade Física; Educação Física; Escola.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O efeito da suplementação aguda com guaraná na percepção subjetiva de esforço no exercício físico

AUTORES

Igor Martins Barbosa
Gabriel Rigo Weber
Luiz Fernando Cuozzo Lemos
Ivana Beatrice Mânica da Cruz

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria,
RS.

Verificar o efeito da suplementação aguda com guaraná na percepção subjetiva de esforço (PSE) no exercício através de uma revisão sistemática com metanálise. Nossa revisão (CRD42023399300) seguiu a abordagem da PRISMA para revisar estudos das bases de dados PubMed, Embase, Web of Science, SPORTSDiscus e BIREME. Os termos de busca utilizados foram: adult, athletes, guarana e paullinia cupana. Consideramos em nossas buscas apenas ensaios clínicos randomizados que avaliassem o efeito da suplementação com guaraná e/ou compostos com adição de guaraná na modulação da PSE no exercício físico. O risco de viés foi avaliado através da escala Risk of Bias 2 (RoB 2). Os dados disponíveis foram agrupados em uma metanálise, e a inconsistência entre os estudos foi avaliada usando o teste estatístico I². Foram encontrados 436 estudos, sendo excluídos 84 como duplicatas, 343 através da leitura de títulos e resumos e 6 pela leitura do trabalho completo, totalizando 3 estudos incluídos na metanálise (RoB 2 = 2 estudos com baixo risco de viés e 1 com algumas considerações). O resultado de nossa metanálise sugere que a suplementação aguda com guaraná reduz a PSE no exercício físico (SMD = -1,32; IC95% = -0,79 - -1,86; p < 0,01; I² = 36,36). A suplementação aguda com guaraná reduz a PSE no exercício, o que pode beneficiar atletas e não atletas em suas práticas cotidianas e competições. Entretanto, mais estudos são necessários para se alcançar um consenso.

Palavras-chave: Desempenho atlético; Esforço Físico; Suplementos nutricionais.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



As vias com ciclovias ou ciclofaixas são as mais usadas por ciclistas no centro de São Paulo?

AUTORES

Inaian Pignatti Teixeira
Margarethe Thaisi Garro Knebel
Alex Antonio Florindo

Universidade do Estado de Minas Gerais; Passos,
MG

O centro de São Paulo possui 65,2km de ciclovias/ciclofaixas. Identificar se as vias mais utilizadas pelos ciclistas, no centro de São Paulo, são aquelas que possuem ciclovias ou ciclofaixas. Foram utilizados mapas de calor com os locais mais e menos utilizados pelos ciclistas baseados em atividades registradas pelo aplicativo Strava, de abril de 2022 a junho de 2023. Este aplicativo registra trajetórias de GPS durante a prática de atividade física, possui mais de 95 milhões de usuários no mundo. Contudo, para essa análise, não pudemos ter acesso ao perfil dos usuários. Para cada um dos 5770 segmentos de rua, da região central de São Paulo (limite oficial), foi feito um buffer radial de 10 metros e calculado o valor médio para a intensidade do mapa de calor, em pixels correspondentes a uma área de 51,8m² (7,2mx7,2m), usando o software QGIS(3.30.0). Em seguida, foi realizado um Teste T, para amostras independentes, para comparar as vias com (n = 247) e sem ciclovia/ciclofaixa. Os valores do mapa de calor obtidos nos segmentos de rua com ciclovia/ciclofaixas foram significativamente maiores do que as vias sem essas estruturas (149,2 ± 53,5 vs 92,1 ± 49,3), indicando um fluxo de ciclistas 62,0% maior. Contudo, dos 1442 segmentos de rua com maiores fluxos de ciclistas (1º quartil), 57,8% tinham ciclovia ou ciclofaixa e 42,2% não tinham. O fluxo de ciclistas nas ciclovias/ciclofaixas, utilizando o aplicativo Strava, é substancialmente maior do que nas demais vias, contudo, existem vias com grande fluxo de ciclistas que não possuem tal infraestrutura.

Palavras-chave: Ciclismo; Ambiente construído; Atividade física.

Apoio: Agradecimento à Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG) pela bolsa de produtividade de pesquisa (2022/2023).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Políticas públicas em atividade física e comportamento sedentário na América do Sul

AUTORES

Ingrid Kelly Alves dos Santos Pinheiro
Mabliny Thuany
Clarice Maria de Lucena Martins
Raphael Henrique de Oliveira Araújo
Rafael Miranda Tassitano
Danilo Rodrigues Pereira da Silva

Universidade Federal de Alagoas - Campus de
Arapiraca, Arapiraca, AL.

Identificar e caracterizar as políticas públicas em atividade física e comportamento sedentário nos países da América do Sul. Trata-se de uma pesquisa descritiva e documental feita em cinco etapas: 1) identificação de representantes em países da América do Sul, sendo os principais pesquisadores, profissionais e/ou formuladores de políticas públicas na área; 2) busca das políticas já catalogadas no inventário do Observatório Global de Atividade Física; 3) consulta aos representantes nacionais sobre as principais políticas públicas e contatos de pessoas que atuam direta e/ou indiretamente com essas políticas em seus países; 4) aplicação de um questionário estruturado e virtual com pessoas envolvidas na área nos países da América do Sul; e 5) busca de políticas em websites oficiais em cada um dos países. Foram incluídos documentos que apresentassem detalhes sobre a política, programa ou plano nacional de atividade física; e representassem apenas políticas em nível nacional. Foram identificadas 111 políticas públicas em atividade física e/ou comportamento sedentário, com maior número de documentos encontrados no Chile (31,5%), Brasil (20,7%) e Argentina (10,8%). Apenas duas políticas foram identificadas no Paraguai e Venezuela e uma na Bolívia e Suriname. Mais da metade das políticas datam dos últimos 10 anos (57%) e são vinculadas ao setor da saúde (54%). Apesar de crescente na última década, o desenvolvimento de políticas públicas em atividade física e comportamento sedentário deve ser estimulado na América do Sul, sobretudo em países específicos. Reforçamos a necessidade de ações intersetoriais de promoção de hábitos ativos na região.

Palavras-chave: Políticas públicas; Atividade física; Comportamento sedentário.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Mobilidade ativa, atividade física e estado nutricional de escolares: um estudo observacional no Vale do São Patrício

AUTORES

Iransé Oliveira-silva
Osvaldino Ferreira Nunes Júnior
Sérvulo Fernando Costa Lima
Alberto Souza de Sá Filho
Frederico Schutz Rabelo
Fábio Santana

Universidade Evangélica de Goiás

Este estudo teve como objetivo avaliar os impactos do deslocamento ativo no aumento do nível de atividade física e a estado nutricional dos escolares. Trata-se de um estudo observacional analítico de coorte prospectivo. Os grupos foram classificados entre usuários e não usuários de modais ativos no trajeto casa/escola. A amostra foi composta por 412 crianças e adolescentes de ambos os sexos com idade compreendida entre 11 e 17 anos de escolas públicas estaduais. As variáveis de estudo foram: mobilidade ativa, atividade física e saúde. Quanto maior o aumento da idade, maior é a independência para o uso da mobilidade ativa em todas as cidades pesquisadas. Evidenciou-se que as meninas são menos ativas que os meninos ($p < 0,01$), que aqueles que utilizam o modal ônibus têm menor NAF ($p < 0,01$). Na análise do estado nutricional, evidencia que a 85% dos escolares estão classificados como eutróficos, independente do município. O presente estudo demonstra que o deslocamento ativo no trajeto casa/escola não é o único fator que influencia no aumento do nível de atividade física, nem tampouco no estado nutricional utilizado, e neste sentido a idade e o sexo foram fatores marcantes ao demonstrar que os jovens entre 13 e 15 tendem a ter um NAF maior e utilizam mais os modais ativos no referido deslocamento, contudo, as meninas utilizam menores distâncias que os meninos, e estes por sua vez tendem a utilizar mais a bicicleta em deslocamentos inferiores a 3000m.

Palavras-chave: Escolares; Caminhada; Ciclismo; Mobilidade urbana.

Apoio: Agradecemos a Fundação de Amparo a Pesquisa do Estado de Goiás - FAPEG.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Autopercepção da qualidade de vida e saúde mental dos servidores da rede federal de educação relacionados à prática de atividade física

AUTORES

Isabela Fernanda Rodrigues de Oliveira
Nicolli Godoi Pereira
Luís Fernando Monteiro
Eduardo Dias
Woska Pires da Costa
Priscilla Rayanne e Silva Noll
Matias Noll

Instituto Federal Goiano, Ceres, GO.

A saúde mental e o bem-estar são aspectos fundamentais para o desempenho eficaz e a satisfação no ambiente de trabalho. Compreender como a prática de atividade física influencia a qualidade de vida e a saúde mental dos servidores pode fornecer insights valiosos para a promoção de estratégias de saúde e bem-estar no ambiente educacional. Estudos da qualidade de vida e saúde mental são hoje os pilares para a compreensão da qualidade de vida no trabalho dos servidores da educação, após um período pandêmico provocado pela COVID-19. O objetivo da pesquisa foi avaliar a autopercepção de qualidade de vida e saúde mental dos servidores da Rede Federal de Educação Profissional, Científica e Tecnológica (RFEPECT) - docentes e técnicos-administrativos em educação - relacionada com a prática de atividade física. A pesquisa epidemiológica transversal coletou os dados - entre os meses de junho e novembro de 2022 - por meio de um questionário online. Os questionários utilizados foram: WHOQOL-bref, DASS-21 e o Back-PEI. A amostra compreendeu 1.563 respondentes. Os resultados mostraram que os praticantes de atividade física apresentaram autopercepção de qualidade de vida maior no domínio físico e nível de ansiedade menor. Por outro lado, os servidores que não praticavam atividade física relataram autopercepção de qualidade de vida menor e o nível de ansiedade maior. Por fim, os achados sugerem que a prática regular de atividade física proporcionou efeitos positivos aos servidores da RFEPECT.

Palavras-chave: Epidemiologia; Atividade física; Qualidade de Vida; Saúde mental.

Apoio: Ao Instituto Federal Goiano - Campus Ceres, ao Grupo de Pesquisa sobre a Saúde da Criança e do Adolescente (GPSaCA) e ao CNPq pela bolsa concedida.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Correlatos ambientais da atividade física no tempo livre em adultos e idosos brasileiros: uma revisão sistemática

AUTORES

Isabella Regina de Souza
Paulo Henrique Guerra
Thamires Gabrielly dos Santos Coco
Adriano Akira Ferreira Hino

Pontifícia Universidade Católica do Paraná,
Curitiba, PR.

Sumarizar as evidências acerca dos correlatos ambientais da prática de atividade física no tempo livre (AFTL) em adultos e idosos brasileiros. Em dezembro de 2021, foi conduzida uma revisão sistemática, com buscas em nove base de dados eletrônicas. Procurou-se por estudos observacionais originais desenvolvidos no Brasil, que envolvessem amostras de adultos e/ou idosos, investigando eventuais associações entre fatores ambientais e a prática de AFTL. Para fins de análise, considerou-se a proporção de associações positivas, negativas ou indefinidas com a AFTL em relação ao total de associações testadas. Dos 6.937 estudos iniciais, 55 analisaram a associação entre as características do ambiente e prática de AFTL. A maioria dos artigos contou com adultos e idosos (67,3%) e adultos (32,7%). 91,8% dos estudos foram transversais. Os correlatos ambientais mais frequentemente associados à AFTL foram: renda do bairro (60%), condição ambiental/climática (50%), densidade de transporte público (36,4%), acesso a locais para AF (31%). Foram inconsistentes os correlatos de inclinação do solo (25%), urbano/rural (50%) e acesso a serviços/locais (15,4%). Os resultados sugerem que a renda, disponibilidade de espaços públicos para a prática de AF e maior densidade de transporte público influenciam a prática de AFTL em adultos e idosos. Se faz necessário, com base nos achados, mais pesquisas relacionadas à acessibilidade para condições especiais, diversidade de uso misto do solo e acesso a transporte público, para que possa se ter uma maior compreensão sobre esses fatores ambientais e a prática de AFTL.

Palavras-chave: Correlatos; Atividade física; Ambiente urbano; Tempo livre; Adultos e idosos.

Apoio: O presente projeto possui financiamento do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPq - Brasil, Processo número 443193/2020-7.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Perfil de atividade física em adultos moradores do município de Águas Mornas, SC

AUTORES

Isadora Dalla Lana
Mateus Cardoso Fernandes
Licelli Amante Cardoso
Laura Loana da Silva
Cintia de La Rocha Freitas

Universidade Federal de Santa Catarina.
Florianópolis, SC.

Avaliar o nível e as características da prática de atividade física (AF) na vida diária dos moradores adultos do município de Águas Mornas - SC. Procedimentos Metodológicos: Fizeram parte da amostra 114 adultos de ambos os sexos, com média de 29,03(± 8,82) anos, moradores do município de Águas Mornas-SC. Foi utilizada uma anamnese criada pelos próprios pesquisadores e o IPAQ (Questionário Internacional de Atividade Física), aplicados on-line (via Google forms). A maioria da amostra apresentou 37,96% de pessoas Ativas e 35,19% Muito Ativas, com prática de atividade física em seu tempo de lazer (esportes coletivos, academias de musculação e treinamento funcional), sendo superior à taxa de 4,63% de pessoas que apresentaram comportamento sedentário. A falta de tempo foi a principal barreira encontrada para a prática de atividade física, além da falta de infraestrutura e motivação. Em contrapartida, o tempo sentado durante os dias de semana e finais de semana indicam comportamento sedentário da população. Os resultados indicaram que a maioria da amostra pratica AF no seu tempo de lazer, contudo a frequência e a duração dessas atividades, em alguns casos, demonstra-se insuficiente. Esses achados evidenciam a necessidade de políticas públicas que incentivem a adesão dos moradores do município de Águas Mornas à prática de AF e minimizem os índices de comportamento sedentário.

Palavras-chave: Atividade física; Adultos; Políticas Públicas de Saúde.

Apoio: Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina (CDS/UFSC) Grupo de Pesquisa em Exercício Clínico (GPEC) Prefeitura Municipal de Águas Mornas - SC.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Ruas de Lazer em Pelotas: do Modelo Lógico aos Processos de Planejamento e Execução do projeto

AUTORES

Italo Fontoura Guimarães
Vivian Hernandez Botelho
Gustavo Dias Ferreira
Matheus de Lima Weege
Inácio Crochemore Silva

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

A Constituição Nacional de 1988 reconhece o lazer como um direito social de todos os brasileiros, garantido também nas constituições estaduais e leis municipais (BRASIL, 1988). Diversas iniciativas, como por exemplo o programa Ruas de Lazer, são comuns em diferentes localidades (DA COSTA, 2015). Este estudo avaliou o processo de implementação do programa na cidade de Pelotas-RS. Caracteriza-se como estudo descritivo, utilizando o modelo lógico de Kellog (2004) como proposta de abordagem e descrição dos resultados. A primeira etapa envolveu a apresentação preliminar da proposta por alunos e professores da pós-graduação em Educação Física da Universidade Federal de Pelotas (UFPel). Recursos e possibilidades foram avaliados, e o projeto passou pela análise dos conselhos de extensão da ESEF e do Conselho Coordenador do Ensino, da Pesquisa e da Extensão (COCEPE) da UFPel. Na segunda etapa, o projeto foi apresentado à prefeitura de Pelotas para propor uma parceria. A terceira etapa consistiu na criação de um comitê gestor. A última etapa descreve as ações e resultados alcançados entre 2022 e o presente momento (2023). Através do modelo lógico, identifica-se que o projeto atende o objetivo de fechar ruas e promover atividades de lazer, através da redemocratização desses espaços, assim como promove atividades de pesquisa, ensino e extensão. Tem como estrutura dois coordenadores e 15 colaboradores, materiais esportivos diversos, equipamento de luz e som, entre outros. Desacam-se o vínculo entre comunidade, universidade e prefeitura do município, a criação de espaços de prática de atividade física e as 8 edições do evento realizadas.

Palavras-chave: Lazer; Saúde; Ruas de lazer; Atividade física; Cultura.

Apoio: Gostaríamos de expressar profunda gratidão à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelo apoio financeiro fornecido. Através desse apoio, tornou-se possível o desenvolvimento dessa pesquisa.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O uso de espaços públicos abertos para à prática de atividade física durante a pandemia de COVID-19 entre idosos

AUTORES

Jânio Carlos Pessanha Coelho
Eleonora Dorsi
Thamara Hubler Figueiró
Danúbia Hillesheim
Kalil Janvion Bezerra Silva
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina.
Florianópolis, SC.

O objetivo deste estudo foi analisar a frequência de uso de Espaços Públicos Abertos (EPAs) para à prática de atividade física (AF) em idosos durante a pandemia de COVID-19. Realizou-se um estudo transversal com uma subamostra da coorte EpiFloripa Idoso, durante novembro de 2021 a dezembro de 2022, por meio de entrevista realizada via telefone. Os idosos foram questionados sobre a frequência de uso de EPAs durante a Pandemia de COVID-19 e que tipo de atividades realizou nestes espaços. Foram considerados como EPAs parques, praças e orlas de praia próximos a casa dos idosos. Foi realizada análise descritiva dos dados, por meio de frequências absolutas e relativas, no pacote estatístico SPSS 27.0. Participaram 343 idosos (65,3% mulheres), entre 70 e 79 anos (51,0%). O uso de EPAs durante a pandemia foi de 31,8%, sendo que 21,6% relatou usar ao menos uma vez por semana, 10,2% reportaram uso pelo menos uma vez ao mês. A caminhada foi a AF mais prevalente (76,4%), seguida das atividades de contemplação da paisagem (23,6%), conversa com amigos (16,4%) e passeio com o cachorro (9,1%). Baixa proporção de idosos relataram andar de bicicleta (6,4%), realizar exercícios em equipamentos de ginástica (6,4%) e praticar corrida (3,6%) nos EPAs. Os resultados sugerem que, apesar dos agravos da pandemia de COVID-19, idosos utilizaram os EPAs para a prática de AF, principalmente caminhadas. Intervenções voltadas para a prática de atividades físicas em EPAs podem ser estratégias favoráveis de proteção, prevenção e promoção da saúde durante a pandemia de COVID-19.

Palavras-chave: Ambientes; Envelhecimento; Atividade física; Idoso.

Apoio: Agradecimentos ao CDS - UFSC Projeto EpiFloripa Idoso e o Grupo de Estudos de Ambientes Urbanos e Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Validade concorrente de dois métodos de avaliação de atividade física numa população peri urbana de Moçambique-Maputo

AUTORES

Jorge Alberto Croniel Uate
Timóteo Daca
Ivalda Macicane
Guilherme Morais Puga
António Prista

Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia,
MG.

O presente estudo avaliou a validade concorrente entre pedômetro (PED) e o Acelerômetro (ACEL). Cento e oitenta indivíduos com idades média de $(32.6 \pm 13.6; 107$ mulheres) foram selecionados aleatoriamente de 843 indivíduos. Os sujeitos usaram durante 7 dias consecutivos (PED) e (ACEL) ao nível da cintura pélvica. A avaliação da concordância fez-se pela média do número de passos por dia e tempos em atividade física moderada e vigorosa (AFMV). Os dados foram analisados pelos usando coeficientes de correlação de Pearson e coeficiente Alfa de Cronbach. O número médio de passos por dia registado foi significativamente superior no PED que no ACEL ($7846 \pm 3\ 681$ vs. $6681 \pm 3\ 268; p = 0,000$) enquanto o tempo médio diário em AFMV foi superior no ACEL (35.6 ± 25.4 min/dia) relativamente ao registado no PED (26.1 ± 26.9 min/dia). A correlação intraclasse foi elevada no registo de passos (Alfa de Cronbach = 0.831; $p = 0.000$) e moderada no tempo em AFMV (Alfa de Cronbach = 0.53; $p = 0.000$) sendo a correlação de 0.72 e 0.53 respetivamente para número de passos/dia e minutos em AFMV/dia. O nível de concordância foi em geral moderado e inferior aos descritos pela literatura, com maior concordância entre a medida dos passos relativamente à AFMV.

Palavras-chave: Avaliação da atividade física; Pedômetro; Acelerômetro.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A relação entre barreiras e atividade física de lazer pode ser mediada pela percepção de ambiente?

AUTORES

Kalil Janvion Bezerra Silva
Gilciane Ceolin
Janio Carlos Pessanha Coelho
Eleonora D'orsi
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O objetivo deste estudo foi investigar as barreiras percebidas à prática de atividade física de lazer e sua relação com fatores ambientais e comportamentais entre idosos. Trata-se de uma análise transversal com dados da terceira onda da Coorte EpiFloripa Idoso (2017-2019). Foram investigadas 18 barreiras para AFL com opções de resposta (escala likert). A percepção do ambiente fora coletada por meio do questionário Neighborhood Environment Walkability Scale - Abbreviated (sim e não). O índice de walkability foi estimado nas medidas de densidade residencial, interseção de ruas e uso misto do solo (alto, médio e baixo). AFL coletada pelo Internacional Physical Activity Questionnaire. Utilizou-se a modelagem de equações estruturais para verificar a validade de modelos teóricos que parametrizam as relações causais e hipotéticas entre variáveis. Participaram do estudo 1.187 idosos (61,2% mulheres), faixa etária entre 70 a 79 anos (41,5%). Os resultados mostraram que um aumento no escore da escala de barreiras percebidas está associado com 29 minutos/semana menos de AFL ($\beta = -0,493$; $p < 0,001$). A análise dos efeitos indiretos indicou que a percepção positiva do ambiente está associada com menor percepção de barreiras ($\beta = 0,05$; $p = 0,042$) e com um efeito indireto nos níveis de AFL. Idosos com maior percepção de barreiras para AF são menos ativos no lazer. Por outro lado, perceber o ambiente de modo positivo pode atenuar a quantidade de barreiras e ser um importante caminho para explicar o papel do ambiente na promoção de AFL.

Palavras-chave: Atividade motora; Ambiente construído; Envelhecimento.

Apoio: Este resumo é originário do Projeto EpiFloripa Aspectos comportamentais e de saúde da população idosa em Florianópolis: estudo de coorte EpiFloripa Idoso. Este estudo foi financiado pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), processo número 569834/2008-2 e chamada MCTI/CNPq/CT-SAÚDE/MS/SCTIE/DECIT N° 31/2013, processo número 475904/2013-3 desenvolvido no âmbito do Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da Universidade Federal de Santa Catarina.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS

Padrão de uso das academias ao ar livre da região central do RS



AUTORES

Kelly Christine Maccarini Pandolfo

Edineia de Brito

Michele Vieira Cezar

Cati Reckelberg Azambuja

Daniela Lopes dos Santos

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

O objetivo do estudo foi analisar o padrão de uso das academias ao ar livre (AAL) da região Central do RS. Fizeram parte da amostra 117 indivíduos, (66,6% mulheres) adultos (média idade: $54,9 \pm 17,2$ anos) que frequentavam as AAL, nos dias e horários previstos para as coletas de dados, no ano de 2019. O instrumento para coleta de dados foi composto por perguntas sobre as características sociodemográficas, prática de atividades físicas no tempo de lazer e padrão de uso das AAL. A maioria (61,5%; $n = 72$) afirmou utilizar as AAL há mais de 12 meses, sendo que o turno preferido pelos frequentadores era o da manhã (57,3%; $n = 67$). A frequência de uso, em média, foi de $3,9 \pm 1,6$ dias/semana, com duração de $58,2 \pm 17,2$ minutos/dia, em exercícios físicos realizados nos aparelhos e/ou em caminhadas leves. Em relação às atividades de intensidade moderada e/ou vigorosa, apenas 22,2% ($n = 26$) dos sujeitos relataram realizá-las, alcançando o tempo máximo de 630 minutos/semana de atividades físicas moderadas e 900 minutos/semana para as vigorosas. Conclui-se que os frequentadores acessam as AAL da região Central do RS, prioritariamente no turno da manhã, três vezes por semana, normalmente. Apesar da grande maioria das atividades físicas realizadas estarem entre aquelas classificadas como leves, evidências comprovam que essas são capazes de reduzirem o risco de mortalidade por todas as causas, além da diminuição da incidência de doenças cardiovasculares e do diabetes do tipo 2.

Palavras-chave: Atividade Física; Espaços urbanos; Níveis de intensidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Impacto da pandemia do COVID-19 na rotina de exercício físico de indivíduos adultos fisicamente ativos

AUTORES

Laura de Lima Silva
Lilian Adornes Silveira
Pedro Schons
Lucas Moraes Klein
Luiz Fernando Martins Kruehl
Artur Avelino Birk Preissler

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Durante a pandemia do COVID-19 diversas recomendações foram desenvolvidas com o intuito de prevenir a propagação do vírus, sendo adotadas estratégias para evitar aglomerações, afetando diretamente a rotina da população. Analisar se a pandemia do COVID-19 afetou a rotina de exercício físico de adultos fisicamente ativos na pré-pandemia. Participaram 153 adultos fisicamente ativos ($37,29 \pm 12,85$ anos) moradores de Porto Alegre e Região Metropolitana. Foi aplicado um questionário através do Google Formulário, divulgado pelas redes sociais (Instagram, Facebook e WhatsApp), os participantes responderam o formulário de forma voluntária. Foram realizadas perguntas para dados de identificação dos participantes e com relação a rotina do exercício físico praticado pré-pandemia e durante a mesma. Os adultos sedentários pré-pandemia não foram incluídos. Os dados estão descritos em frequência relativa (%). Os resultados demonstraram que 20% dos participantes não mantiveram sua rotina de exercício físico. Em relação a quantidade de dias da semana para a prática de exercício houve uma diminuição de 12% no intervalo de 3 a 5 dias e de 7% no intervalo de 5 a 7 dias. Quando analisamos o tempo de prática por dia para o exercício houve reduções de 13% no intervalo de 30 minutos a 1h e de 10% no intervalo de mais de uma hora. Dessa forma, se observa que a pandemia afetou a rotina de exercício físico dos participantes, reduzindo a frequência semanal e o tempo de atividade. Porém, apesar da redução, 80% dos participantes se mantiveram realizando atividade física.

Palavras-chave: Distanciamento social; Isolamento social; Coronavírus; Atividade física; Brasil.

Apoio: CNPq, CAPES e PROEXT UFRGS.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação do nível de atividade física na imagem corporal de pacientes com síndrome pós-COVID-19

AUTORES

Leonardo Augusto Servino Fonseca
Júlia Cunha Santos Oliveira
Matheus Martins Moreira
Aline Dessupoio Chaves
Fernanda Machain Silva Tannus
Camila Bosquiero Papini
Valter Paulo Neves Miranda

Universidade Federal do Triângulo Mineiro,
Uberaba, MG.

O objetivo da pesquisa foi avaliar a relação do nível de atividade física com a insatisfação e distorção da imagem corporal de pacientes com síndrome pós-COVID-19. Participaram deste estudo transversal, 55 pacientes atendidos pelo ambulatório multiprofissional pós-COVID-19, do Hospital de Clínicas da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (HC-UFTM). Um formulário padrão foi usado para análise das características dos pacientes e desfechos da síndrome pós-COVID-19. A escala de silhuetas de Kakeshita avaliou a insatisfação e distorção corporal. O NAF foi avaliado pela versão curta do Questionário Internacional de atividade Física (IPAQ) e classificado seguindo o Guia Brasileiro de Atividade Física. Um α de 5% foi adotado. A média de idade foi $48,89 \pm 13,02$ anos, sendo 69,1% do sexo feminino. A mediana do número dos sintomas dos pacientes foi 5 (IIQ = p25: 3; p75: 8) e do tempo de internação foi 5 dias (IIQ = p25: 0; p75:15). A insatisfação foi relatada em 76,9% e a distorção corporal em 67,9% da amostra. Houve aumento dessas prevalências para 80% (insatisfação) e 70% (distorção) nos pacientes com 7 sintomas ou mais ($p < 0,05$). Dos 44 pacientes com insatisfação corporal, 41 (93,18%) tiveram nível de atividade física (NAF) insuficiente ($p < 0,001$). Quanto a distorção corporal, a maioria, 34 pacientes (91,89%), apresentaram NAF insuficiente ($p = 0,0031$). O estudo concluiu que o NAF insuficiente teve relação com a insatisfação e a distorção da imagem corporal em pacientes com síndrome pós-COVID-19. Todavia, quanto maior o número de sintomas, mais insatisfeitos e mais distorcidas foram a avaliação da imagem corporal dos pacientes com sequelas da COVID-19.

Palavras-chave: COVID-19; Imagem corporal; Atividade física; Sistema Único de Saúde.

Apoio: À Unidade Multiprofissional, Divisão de Gestão do Cuidado e Gerência de Ensino e Pesquisa do Hospital de Clínicas da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM) e ao Programa de Residência Integrada Multiprofissional em Saúde da UFTM. A CAPES/CNPQ e a Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares pela concessão da bolsa de iniciação científica.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Avaliação das relações do ambiente versus a prática de atividade física em um município de pequeno porte

AUTORES

Leonardo de Ross Rosa
Carlos Leandro Tiggemann
Simone Stülp

Universidade do Vale do Taquari, Lageado, RS.

O objetivo deste estudo foi avaliar a relação entre níveis de atividade física (AF) e ambiente em um município de pequeno porte no Vale do Taquari-RS. Fizeram parte da análise 203 adultos. Como instrumentos foram utilizados IPAQ versão curta, que classifica os sujeitos em três níveis de AF: insuficientemente ativos, ativo moderado ou ativo intenso; e a escala NEWS, versão adaptada, que avalia a percepção do ambiente por parte dos sujeitos. A análise dos dados foi realizada por meio de estatística descritiva (média, desvio padrão e distribuição de frequência). A comparação das variáveis entre os diferentes grupos: insuficientemente ativos, ativos moderados e ativos intensos, foi realizada por meio do teste U de Mann-Whitney para amostras independentes, sendo adotado um nível de significância de $p < 0,05$. Os procedimentos foram constituídos no software SPSS versão 20.0. Os resultados apresentaram 21,29% de insuficientemente ativos e 78,71% de ativos (ativos moderados e ativos intensos) e índice de acessibilidade de $8,39 \pm 4,664$. Há associação positiva significativa para melhores níveis de AF nos escores de apoio social ($p = 0,046$) e segurança geral ($p = 0,035$). Assim, pode-se inferir que maiores densidades populacionais, que favorecem o deslocamento ativo e tem índices de acessibilidade relativamente maiores, podem não se aplicar a menores centros. Cidades menores conferem melhores condições de segurança geral e apoio social trazendo possibilidades para a substituição do transporte motorizado pelo ativo. Entende-se que estudos individualizados, levando em consideração as especificidades de cada município devam ser realizados.

Palavras-chave: Deslocamento ativo; Ambiente; Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Parques públicos, níveis de atividade física e percepção dos usuários para a prática de atividade física na cidade de Lajeado-RS

AUTORES

Leonardo de Ross Rosa
Carlos Leandro Tiggemann
Simone Stülp

Universidade do Vale do Taquari, Lajeado, RS.

Avaliar os parques públicos disponíveis na cidade de Lajeado/RS e relacioná-los com a atividade física. Estudo transversal analítico, observacional descritivo e comparativo, realizado nos 62 espaços públicos de lazer da cidade. Para avaliação dos espaços foi utilizada versão adaptada do PARA. Foram participantes 202 indivíduos adultos residentes na área urbana da cidade, localizados dentro de um buffer de 500 m a partir do centro dos espaços. Aos sujeitos foi aplicada a versão curta do IPAQ verificando o nível de atividade física. O município foi dividido espacialmente nas perspectivas econômica, geográfica e densidade. Quanto à distribuição, 17 parques estão na área central e 45 na periferia; 16 nas áreas mais densas e 46 nas menos densas; 35 estão em bairros de menor renda e 27 em bairros de maior renda. No que diz respeito à conservação, a média é positiva, com $21,10 \pm 2,33$ (escala de 0-24). Quanto maior a renda, maior centralidade e densidade, melhores os espaços e melhor a percepção de acesso a pontos de interesse, mas menor é o tempo de caminhada dos sujeitos, apesar de apresentarem maior nível de atividade física total. Dentre os sujeitos, tivemos 21,29% de sedentários e 78,71% de ativos fisicamente, entre ativos moderados e ativos intensos. Existe diferença significativa nas variáveis caminhada e acesso, onde pessoas localizadas nos bairros de renda menor caminham mais e são mais ativas e quanto maior a percepção de acesso, menor o tempo de caminhada ($r = -0,324$; $p = 0,032$) e maior o tempo sentado ($r = 0,385$; $p = 0,010$). Considerações finais: A cidade possui uma boa distribuição de espaços públicos com um bom estado de conservação. A maior acessibilidade foi encontrada em bairros mais densos, mais centrais e de maior renda. Já quanto à atividade física, seus bons níveis não têm relação com tempo de caminhada e tempo sentado.

Palavras-chave: Atividade física; Parques Públicos; Percepção de acesso.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



As variáveis psicossociais mediam a associação entre o nível socioeconômico a atividade física no lazer de adultos?

AUTORES

Letícia Dias Padua Pires
Alexandre Augusto de Paula da Silva
Adriano Akira Ferreira Hino
Rodrigo Siqueira Reis

Pontifícia Universidade Católica do Paraná,
Curitiba, PR.

Testar o efeito mediador de variáveis psicossociais na relação entre o nível socioeconômico e a atividade física no lazer. Estudo transversal realizado em 2010 na cidade de Curitiba, Paraná com amostra de 699 adultos residentes de 32 setores censitários com diferentes características ambientais e de renda. O nível socioeconômico foi avaliado pelo questionário Critério Brasil e o nível de atividade física no tempo livre pelo IPAQ, sendo os participantes classificados em ativos de acordo com os critérios sugerido pela Organização Mundial de Saúde (≥ 150 minutos/semana). As variáveis psicossociais apoio social, autoeficácia, satisfação e intenção para a prática de atividade física foram avaliadas por questionários previamente validados. O efeito direto e indireto (mediado) foi estimado com auxílio da macro PROCESS 4.0 desenvolvida por Hayes (2013) a qual permite que as análises de mediação sejam computadas facilmente no software SPSS versão 23. A estimativa do efeito indireto foi obtida pela análise não paramétrica de bootstrap adotando um nível de significância de $p < 0,05$ ajustado para sexo, idade, escolaridade e estado nutricional. Os participantes analisados apresentaram pontuação média de $25,3 \pm 7,0$ no Critério Brasil e 35,3% cumpriram as recomendações com atividades físicas no lazer. Maior nível socioeconômico foi associado a maior chance de atividade física no lazer e também a maior escore das variáveis psicossociais. A associação entre o nível socioeconômico e atividade física no lazer foi mediada por todas as variáveis psicossociais ($p < 0,05$). Variáveis como apoio social, autoeficácia, satisfação e intenção mediam a associação entre o nível socioeconômico e a atividade física no lazer. Intervenções que melhorem estas características podem auxiliar a reduzir as desigualdades dos níveis de atividade física entre pessoas com diferentes condições econômicas.

Palavras-chave: Atividade física; Apoio social; Autoeficácia; Adultos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Desenho urbano para idosos: investindo na qualidade das calçadas para criar ambientes amigáveis à caminhada

AUTORES

Marcos Rescarolli
Adalberto Aparecido dos Santos Lopes
Eleonora Dorsi
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar a associação entre a qualidade das calçadas (QC) e a caminhada para o deslocamento (CD) de idosos. O estudo utilizou dados da linha de base (2009/2010) e acompanhamento (2017/2019) do projeto EpiFloripa-Idoso. Foram avaliadas as calçadas em rotas de 200 a 500 metros a partir das residências, usando o Microscale Audit of Pedestrian Streetscapes-MAPS e imagens do Google Street View (2011). A QC foi classificada como 'boa' ou 'ruim'. A CD foi derivada do IPAQ (min/sem). As covariáveis incluíram características sociodemográficas (sexo, idade, escolaridade e renda familiar) e indicadores de saúde (IMC e comorbidades). Após análise de modelos lineares generalizados mistos, a regressão binomial negativa foi selecionada (Critério de Informação de Akaike). Os ajustes incluíram três modelos combinados e a significância foi estabelecida em 5% (RStudiov.2023.03.1). Participaram 609 idosos (mulheres 67,65%). Na linha de base, a média de idade foi 68 anos, renda familiar de R\$1.404,50, 8,34 anos de estudo, três comorbidades, IMC de 27kg/m² e caminharam 123,2min/sem. No acompanhamento, 76 anos, renda familiar de R\$2.790,00, 8,11 anos de estudo, três comorbidades, IMC de 27kg/m² e caminharam 137,3min/sem. A QC foi classificada como "boa" em 60% das rotas. O modelo final mostrou associação positiva entre QC e CD na linha de base (IRR:1,41;IC95%1,32-1,50;p < 0,001) e no acompanhamento (IRR:1,44;IC95%1,37-1,51;p < 0,001). Após 10 anos, a CD aumentou em média 14 minutos por semana. Locais com melhor QC apresentaram incidência de caminhada de 41% na linha de base e 44% no acompanhamento. Investir na melhoria da infraestrutura urbana, incluindo a QC, é uma estratégia importante para tornar as cidades mais amigáveis à caminhada entre idosos.

Palavras-chave: Cidades; Ambiente construído; Atividade física; Saúde.

Apoio: À terceira onda do EpiFloripa foi financiada com recursos do Economic and Social Research Council (ESRC) do Reino Unido através do projeto multicêntrico Promoting Independence in Dementia (PRIDE). À Secretaria de Estado da Educação de Santa Catarina pela bolsa concedida via Programa de Bolsas Universitárias de Santa Catarina (UNIEDU/FUMDES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Clusters de atributos ambientais para o transporte de bicicleta na cidade de São Paulo, SP

AUTORES

Margarethe Thaisi Garro Knebel
Rildo de Souza Wanderley Júnior
Michele Santos da Cruz
Alex Antonio Florindo

Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.

Descrever as combinações de atributos do ambiente com o uso da bicicleta no município paulistano. Estudo “Inquérito de Saúde de São Paulo (ISA), Atividade Física e Ambiente” com moradores entrevistados em duas ondas (2015 e 2020). Utilizada análise Two Step Cluster envolvendo 6 inputs: proporção do uso de bicicleta no transporte (2020); índice de caminhabilidade (2015); quantidade de cruzamentos (2015); quantidade de estações/terminais (2015); metragem de ciclovias/ciclofaixas (delta 2020-2015); relevo (proporção de área com $\leq 5\%$ de aclividade). Os inputs ambientais foram extraídos em buffers network de 1.500 metros com centroides domiciliares. Foi analisada associação dos quartis do índice socioeconômico GEOSSES com os clusters. 1.271 participantes ($45,0 \pm 19,5$ anos; 58,9% feminino). O uso de bicicleta foi 4,4%; $n = 56$. Três clusters foram encontrados, considerando os seguintes inputs ambientais médios: Cluster 1 ($n = 724$; 57,0%) tinha 0 ciclista, 376,9 cruzamentos, 135,7 metros de delta-ciclovias, caminhabilidade = 0,34, menos de uma estação/terminal, 19,8% de área com $\leq 5\%$ de aclividade. Cluster 2 ($n = 462$; 36,3%) tinha 0 ciclista, 641,8 cruzamentos, 2.240 metros de delta-ciclovias, caminhabilidade = 2,95, menos de uma estação/terminal, 34,9% de área com $\leq 5\%$ de aclividade. Cluster 3 ($n = 85$; 6,7%) tinha 56 ciclistas, 501,4 cruzamentos, 979,5 metros de delta-ciclovias, caminhabilidade = 1,36, 3 estações/terminais, 28,8% de área com $\leq 5\%$ de aclividade. O 1º quartil (pior GEOSSES) foi mais frequente no cluster 1 (88,1%). O 3º (62,7%) e 4º (44,6%) quartis foram mais frequentes no cluster 2. Conclusões: O uso da bicicleta no transporte combinou características ambientais específicas. O melhor e o pior perfil socioeconômico associaram ao não-uso da bicicleta.

Palavras-chave: Ciclismo; Ambiente construído; Análise por conglomerados; Inquéritos epidemiológicos; Posição socioeconômica.

Apoio: FAPESP 2017/17049-3 e CAPES/PROEX processo nº 88887.485511/2020-00.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Estilo de vida em universitários brasileiros: diferenças entre sexo, identidade de gênero e orientação sexual

AUTORES

Mariane Lamin Francisquinho
Ferdinando Oliveira Carvalho
Wagner Jorge Ribeiro Domingues
Aline Mendes Gerage da Silva
Mariana Biagi Batista
Débora Alves Guariglia

Universidade Estadual do Norte do Paraná,

O objetivo deste trabalho foi comparar o estilo de vida entre as variáveis sexo, identidade de gênero e orientação sexual, em uma amostra de universitários brasileiros. O instrumento utilizado foi o questionário “Estilo de Vida Fantástico” que contém 9 domínios: 1) família e amigos; 2) atividade física, 3) nutrição, 4) uso de tabaco e tóxicos, 5) uso de álcool, 6) sono, uso de cinto de segurança, stress e sexo seguro, 7) tipo de comportamento, 8) introspecção e 9) trabalho, além de perguntas sobre sexo, identidade de gênero e orientação sexual, sendo aplicado através do Google forms em 2.383 universitários. O teste Shapiro-Wilk foi realizado para verificar a distribuição dos dados, as variáveis foram apresentadas em mediana, 1º e 3º quartil. Para compará-las de acordo com os domínios foi realizado o teste de Mann-Whitney. Como resultados, observou-se que de forma geral, o estilo de vida foi melhor em: 1) mulheres em relação aos homens, 2) pessoas não heterossexuais comparado aos hetero, porém não foram observadas diferenças do estilo de vida entre pessoas cis e transgênero. Quando os domínios são analisados separadamente, as mulheres obtiveram vantagens significativas nos domínios 2, 6, 8, além da somatória total ($p < 0,05$). As pessoas não heterossexuais apresentaram-se superiores nos domínios 1, 4, 5, 6, 8, 9 e na somatória total ($p < 0,05$). Dessa forma, conclui-se que o sexo e a orientação sexual impactam no estilo de vida, porém isso não é observado em relação a identidade de gênero.

Palavras-chave: Estilo de vida; Universitários; Brasil.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Tendência secular negativa da prática de caminhada em adolescentes: estudo comparativo entre 2007 e 2017/18

AUTORES

Mateus Augusto Bim
André de Araújo Pinto
Andreia Pelegrini

Universidade Estadual de Roraima, Boa Vista, RR.

Analisar a tendência secular da prática de caminhada em adolescentes no período de uma década e verificar a associação com fatores sociodemográficos. Foram realizados dois estudos transversais independentes, em 2007 (n = 975) e 2017/18 (n = 992), com adolescentes de 15 a 18 anos, de ambos os sexos, de Florianópolis/SC. A frequência semanal e duração da prática de caminhada, sexo, idade e nível socioeconômico (NSE) foram coletados por meio de questionário. As associações foram testadas pela regressão logística, representada pelos valores de Odds Ratio (OR) e intervalos de confiança de 95% (IC 95%). O tempo semanal de caminhada diminuiu 43,1% no período investigado. O tempo de caminhada diminuiu em todos os subgrupos de sexo, idade e NSE, com variação de 31,5% a 51,5%. Comparando com 2007, todos os subgrupos de 2017/18 tiveram mais chances de serem inativos na caminhada (meninas, OR: 4,14, IC 95%:2,66-6,43; meninos, OR = 2,38, IC95% = 2,00-4,05; 15 anos, OR = 3,23, IC95% = 1,74-5,98; 16 anos, OR = 4,36, IC95% = 2,66-7,15; 17 anos, OR = 2,89, IC95% = 1,87-4,47; 18 anos OR = 2,73, IC95% = 1,05-7,06; NSE baixo OR = 3,48, IC95% = 2,13-5,68; NSE médio OR = 3,01, IC95% = 1,81-4,99; e NSE alto OR = 3,39, IC95% = 2,21-5,20). Após uma década, ocorreu uma tendência secular negativa na prática de caminhada nos adolescentes. Ademais, os grupos mais expostos aos níveis insuficientes de caminhada foram as meninas, adolescentes de 15 e 16 anos e àqueles com NSE baixo e alto.

Palavras-chave: Adolescência; Atividade física; Caminhada.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Uma revisão da literatura sobre a utilização da ferramenta our voice nos estudos sobre atividade física e espaços públicos de lazer

AUTORES

Matheus de Lima Weege
Werner de Andrade Müller
Inácio Crochemore-Silva

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

Os espaços públicos são locais acessíveis, desfrutáveis por todos, que podem favorecer o acesso ao lazer e, conseqüentemente, contribuir para a promoção da atividade física. Metodologias que contam com a participação de cidadãos são uma opção para coleta de informações sobre o ambiente. Our Voice é uma abordagem que utiliza um aplicativo móvel para que indivíduos possam documentar, com registros e fotografias, aspectos da comunidade onde vivem e evolverem-se na discussão e construção de ambientes mais saudáveis. O presente estudo objetivou investigar a implementação da metodologia Our Voice na produção científica sobre atividade física e espaços públicos de lazer. Trata-se de um estudo de revisão, realizado através da busca na base de dados PubMed, utilizando os descritores para atividade física e espaços de lazer combinados com o nome da metodologia, e verificação das publicações científicas catalogadas no site oficial da metodologia em questão (<http://med.stanford.edu/ourvoice>). Foram selecionados 21 estudos, predominantes dos Estados Unidos (n = 10) e Colômbia (n = 4), sendo publicados nos últimos cinco anos (n = 17). A metodologia foi implementada principalmente em estudos que envolveram a população idosa e de baixa renda, relacionando os ambientes da vizinhança com a atividade física e também avaliando parques e áreas verdes. Outros poucos estudos avaliaram o entorno ou o ambiente escolar. A abordagem Our Voice mostra-se uma opção viável para pesquisas que visam entender a relação do ambiente com a atividade física, através da colaboração acessível entre cidadãos e cientistas, especialmente no que tange os ambientes da vizinhança, parques e espaços públicos de lazer.

Palavras-chave: Planejamento ambiental; Participação cidadã em Ciência e Tecnologia; Atividade motora; Estudo de avaliação.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Influência da prática de atividade física na qualidade de vida de universitários e docentes com diagnóstico positivo para COVID-19

AUTORES

Nathalia Franco Alves
Sueyla Ferreira da Silva dos Santos
Giovana Góes Sant'ana
Ismael Forte Freitas Júnior

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

A atividade física moderada a vigorosa (AFMV) atua de maneira anti-inflamatória no controle de doenças crônicas, infecciosas e virais, como a COVID-19. Recomenda-se que adultos pratiquem, no mínimo, 150 minutos de AFMV para fins de benefícios a saúde física e psicossocial. : Comparar os componentes da Qualidade de Vida(QV) em pessoas ativas e inativas fisicamente com diagnóstico positivo para COVID-19. Estudo transversal sobre prática de AFMV e QV em pessoas com COVID-19 por diagnóstico via teste sorológico. O questionário sobre os comportamentos nos últimos 12 meses foi enviado por e-mail de abril a maio de 2023, para universitários e servidores da Unesp. Teve-se como amostra 226 pessoas contaminadas por COVID-19 no período da pandemia, entre 2020 e 2023. As variáveis do estudo foram a QV, mensurada pelo questionário SF36 em seus oito domínios e a AFMV analisada pelo questionário de Beacke. Para comparação dos grupos foi adotado o teste não paramétrico U de Mann-Whitney com nível de significância de 5%. Participaram 226 pessoas (56,02 ± 10,58 anos; 71% do sexo feminino). Apenas 15,4% das pessoas praticavam, pelo menos, duas horas de AFMV semanal. Em relação à QV, a Capacidade Funcional(CF), Limitação por Aspectos Físicos (LAF) e Aspectos Sociais apresentaram escores mais positivos, respectivamente, 76, 71 e 70 pontos. A Vitalidade apresentou o menor escore (47pontos). Na comparação dos mais ativos com os menos, observou-se diferença nos componentes, CF (p = 92,08; dif = 14,58), LAF (p = 83,33; dif = 29,80) e Estado Geral de Saúde (p = 61,54; dif = 6,72). Durante a pandemia da COVID-19, pessoas com maiorAFMV apresentam melhorQV.

Palavras-chave: Qualidade de vida; Universitários; COVID-19; Saúde física; Estado geral de saúde.

Apoio: Agradecemos a Universidade Estadual Paulista- Campus de Presidente Prudente - Sp e ao Programa de Pós Graduação em Ciências do Movimento Interunidades.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Macro-Level Factors Influencing the Physical Activity Behavior of Urban Settlements in Latin America and the Caribbean: A Theoretical Review

AUTHORS

Raul David Gierbolini Rivera

Washington University in St. Louis, St. Louis, MO.

This theoretical review provides a comprehensive analysis of the theories, models, and frameworks relevant to understanding the macro-level factors influencing physical activity (PA) behaviors in Latin American and Caribbean (LAC) urban settlements. The theoretical review utilized a snowball sampling approach to investigate the alignment between Sustainable Development Goal 11 (SDG 11) of sustainable cities and the theories related to PA. Initial studies were identified, and additional relevant studies were obtained through references and citations. A comprehensive conceptual analysis was conducted to explore the applicability of PA theories in the context of sustainable cities in the LAC region. The aim was to gain insights into how these theories can inform strategies and interventions to promote PA in urban settlements aligned with SDG 11. The review identified three significant challenges: the lack of research on PA in Small Island Developing States in the Caribbean; the need for theories that account for the diverse urban development of LAC, and the importance of focusing on smaller cities and metropolitan areas. This review highlights the significance of aligning theories with SDG 11 to increase PA in urban settlements for more inclusive and sustainable cities. This study highlights the need for further research in the Caribbean context, comprehensive theories that consider diverse urban landscapes, and a focus on smaller urban settlements and cities. By addressing these knowledge gaps, researchers, policymakers, and public health practitioners in LAC can promote PA and contribute to the growth of healthier and more sustainable cities.

Keywords: Physical activity; Caribbean; Human Settlements; Sustainable development goals; Caribbean; Latin America.

Support: Brown School, Washington University in St. Louis; Prevention Research Center; People Health & Place Unit.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos da prática de atividade física nas aulas de educação física nos indicadores de saúde mental de adolescentes

AUTORES

Reinaldo da Silva Souza
Thais Maria de Souza Silva
Jadson Marcio da Silva
Rodrigo de Oliveira Barbosa
Pedro Henrique Garcia Dias
Maria Carolina Juvencio Francisquini
Géssika Castilho dos Santos
Antonio Stabelini Neto

Universidade Estadual do Norte do Paraná,
Jacarezinho, PR.

Verificar os efeitos da atividade física praticada nas aulas de Educação Física nos indicadores de saúde mental de adolescentes. Estudo caracterizado como transversal, com amostra composta por 553 adolescentes de ambos os sexos (53,1% do sexo feminino) e faixa-etária de 12 a 15 anos de idade, matriculados no 8º e 9º ano do Ensino Fundamental II. Ansiedade, depressão e estresse avaliados pela Depression, Anxiety and Stress Scale - Short Form (DASS-21); bem-estar psicológico avaliado pelo questionário KIDSCREEN-27; atividade física (AF) durante as aulas de Educação Física (EF) foi avaliada por método subjetivo auto reportado. O Teste t de Student foi utilizado para avaliar os efeitos da AF nas aulas de EF nos indicadores de saúde mental. Foi adotado um nível de significância de $p < 0,05$. Indivíduos do sexo masculino apresentaram média de idade de 14,03 ($\pm 1,04$), IMC de 21,15 (± 5) e índice de atividade física (IAF) de 1,60 ($\pm 0,68$); já os do sexo feminino apresentaram média de idade de 13,63 ($\pm 0,75$), IMC de 21,96 ($\pm 5,51$) e IAF de 1,27 ($\pm 0,57$). Diferenças significativas foram encontradas para estresse ($p = 0,007$; IC95%: 0,55; 3,47), depressão ($p = 0,000$; IC95%: 1,05; 3,44), ansiedade ($p = 0,007$; IC95%: 0,57; 3,58) bem-estar ($p = 0,000$; IC95%: -5,41; -2,20) em indivíduos do sexo feminino. Para indivíduos do sexo masculino nenhuma diferença significativa foi encontrada. A prática de AF nas aulas de EF se mostrou eficaz para redução dos níveis de ansiedade, depressão e estresse, e aumento do bem-estar em indivíduos do sexo feminino. Indivíduos do sexo masculino não apresentaram diferença significativa.

Palavras-chave: Exercício físico; Distúrbios mentais; Escolares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análises de custo-efetividade da implementação de ciclovias/ciclofaixas em São Paulo para prática de atividade física no lazer na pandemia de COVID-19

AUTORES

Rildo de Souza Wanderley Júnior
Flavia Mori Sarti
Flávio Renato Barros da Guarda
Bianca Mitie Onita
Caroline Ramos de Moura Silva
Inaian Pignatti Teixeira
Alex Antonio Florindo

Universidade de São Paulo, São Paulo, SP

Avaliar custo-efetividade da implementação de ciclovias/ciclofaixas para prática de atividade física no lazer em adultos residentes na cidade de São Paulo (SP) na pandemia de COVID-19. Estudo longitudinal realizado com 1.434 adultos paulistanos através de entrevistas presenciais na linha de base (2014-2015) e telefônicas na segunda onda (2020-2021). Os desfechos foram minutos semanais em caminhada e atividade física total (AFT) no lazer, medidos pelo Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão longa. A exposição foi extensão (km) de ciclovias/ciclofaixas implementadas entre 2014 e 2016. Os custos em reais foram estimados por valores informados pela Secretaria Municipal de Mobilidade e Trânsito (SMT). Análises descritivas através de valores absolutos, médias, medianas, erro padrão e teste de Wilcoxon. Houve aumento significativo no tempo de caminhada ($n = 1.421$; linha de base: média = 34,0; mediana = 0,0; erro padrão = 2,6 versus segunda onda: média = 70,0; mediana = 0,0; erro padrão = 4,0; diferença = 36,0; $p < 0,01$) e AFT no lazer ($n = 1.434$; linha de base: média = 137,9; mediana = 0,0; erro padrão = 9,6 versus segunda onda: média = 176,0; mediana = 0,0; erro padrão = 9,6; diferença = 83,1; $p < 0,01$). Foram implementadas 238 ciclovias/ciclofaixas na cidade de São Paulo (SP) entre 2014 e 2016, representando incremento de 364,5 km, ao custo total de 67.622.916,73 reais. A razão custo-efetividade média foi de 31,1 e 13,4 reais por minuto adicional de caminhada e AFT no lazer, respectivamente. A implementação de ciclovias/ciclofaixas constitui intervenção de baixo custo com efetividade para promoção da atividade física no lazer, mesmo em cenários adversos como a pandemia de COVID-19. Projeto de pesquisa financiado pela Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP: 2017/17049-3; 2022/00692-9).

Palavras-chave: Caminhada; Atividades de lazer; Estudos de coortes; Análise de custo-efetividade.

Apoio: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP: 2017/17049-3; 2022/00692-9).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Perfil e motivação de indivíduos praticantes de hiking e trekking

AUTORES

Roberta Castilhos Detanico Bohrer
Luis Tortato
Rafael Kubis
Nicolas Batista

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR.

Os esportes de aventura vêm apresentando uma demanda crescente, tendo o contato com a natureza como um diferencial para a prática de atividade física (AF). Avaliar os motivos para a prática de hiking e trekking entre indivíduos iniciantes e experientes. Participaram 64 indivíduos (26 homens e 34 mulheres), praticantes de hiking e trekking, convidados via link do GoogleForms enviado pelas redes sociais. Os participantes responderam à anamnese contendo questões relacionadas à prática, ao Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) e à Escala de Motivos para a Prática de Atividade Física (MPAM-R). Foram divididos em dois grupos conforme o tempo de prática: Iniciantes (INI; até 2 anos) e Experientes (EXP; > 2 anos de prática). Utilizou-se estatística descritiva e o Teste U de Mann-Whitney para as comparações, com significância de 5%. Houve diferença significativa para a idade (INI: 30,04 ± 9,92 anos; EXP: 39,00 ± 11,55 anos) e o tempo de prática (~1 vs. ~12 anos; p < 0,05). Para ambos os grupos, 68% dos praticantes foram classificados como Ativos e Muito Ativos, indicando que atingem os níveis recomendados de AF em sua rotina semanal. Quanto aos motivos para a prática, os scores relativos à aparência e social foram significativamente menores (p = 0,000) comparado as outras dimensões para ambos os grupos. Embora não significativa (p > 0,05), a principal motivação obtida foi a diversão seguida pela competência, independentemente do nível de experiência (p > 0,05). Os participantes, independentemente da faixa etária, aderiram às modalidades principalmente pela diversão e competência, consideradas motivações intrínsecas de acordo com a Teoria da Autodeterminação.

Palavras-chave: Atividade física; Motivo; Promoção da saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Fatores determinantes do uso de modos ativos de deslocamento entre trabalhadores

AUTORES

Rodolfo Guimarães Silva
Sílvio Henrique Vilela
Ibérico Alves Fontes
Gabriel Martins Arruda Sousa
Karla de Almeida Duarte Muniz
Ricardo Brandão de Oliveira

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, RJ.

A falta de políticas públicas para a integração modal, desenho urbano e prestação de serviços de transporte público, são fatores que impactam cotidianamente trabalhadores. O objetivo foi examinar a associação entre os modos de deslocamento, variáveis sociodemográficas, ambiente construído e os níveis de atividade física de trabalhadores da maior distribuidora de derivados de petróleo da América Latina. Foram utilizados, enquanto métodos, modelos ecológicos com dados quantitativos e qualitativos, através da aplicação de questionários e georreferenciamento em 2008 (63% homens) operários e executivos. Regressões logísticas uni e multivariadas foram adotadas. Enquanto resultados identificamos que 7,9% dos sujeitos utilizavam ao menos 1x/semana caminhadas ou bicicletas em seus deslocamentos ao trabalho. A idade média deste grupo foi de 39 ± 11 anos, a maioria eram homens (78%) que possuíam apenas o ensino fundamental (73%) e até quatro salários mínimos (63%). O tempo de deslocamento casa-trabalho era inferior a 30 minutos para 76%, entre 30 e 60 minutos para 17% e acima de 60 minutos para 7%. A maioria era ativo (75% ≥ 150 min/sem). Análises multivariadas revelaram maiores razões de chances para o uso de modos ativos de transportes para os que possuíam menores níveis de escolaridade, trabalhavam na fábrica, localizada em local com menor acesso a transportes públicos e a uma distância de até 5 km do trabalho. Concluímos que o maior uso de modos ativos de transporte parece estar associado a um menor acesso a transporte público e a proximidade ao local de trabalho, sendo adotado por camadas mais vulneráveis de trabalhadores.

Palavras-chave: Ambiente construído; Modos de deslocamento; Atividade física.

Apoio: Gostaríamos de agradecer ao Programa de Pós-graduação em Ciências do exercício e do esporte da Universidade do Estado do Rio de Janeiro e ao Laboratório de Vida Ativa por apoiar a realização e publicação deste resumo.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito da cafeína no desempenho em um grupo de atletas homens treinados em corrida de endurance - resultados preliminares

AUTORES

Rodrigo Quevedo
Rodrigo Leal
Raquel Bender Lang
Gabriel Mayer Tossi
Emerson Fragoso
Cassiano Silva da Silva
Samuel Munhoz
Vitor Delavald
Nelson Fagundes
Alvaro Reischak de Oliveira

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Na literatura, é possível encontrar diversos estudos sobre os efeitos da cafeína (CAF) em diferentes esportes. No entanto, esses estudos tendem a se concentrar nos efeitos ergogênicos em apenas um único aspecto do desempenho. O presente estudo teve como objetivo analisar a economia de corrida a partir de um teste de carga fixa com a participação de 13 atletas do sexo masculino, experientes em corrida de Endurance, sem comorbidades ou lesões recentes, com idade média de $30,4 \pm 6,8$ anos, massa corporal média de $68,7 \pm 7,3$ kg, estatura média de $173,6 \pm 4,8$ cm e VO_{2Max} médio de $58,7 \pm 4,6$ ml.km⁻¹.min⁻¹. Esses atletas eram corredores de endurance. A caracterização da amostra foi feita por antropometria utilizando o método Isak. Os dados são apresentados em média e desvio-padrão. A velocidade da carga da esteira foi determinada com base no tempo do teste de 5000m realizado em pista de atletismo. A CAF e o placebo (PLA) foram administrados em cápsulas com a mesma forma, textura e coloração, por um avaliador externo não cegado. A dose de CAF foi de 4 mg/kg, ajustada de acordo com a massa corporal. O PLA consistia em uma cápsula contendo açúcar. O teste t pareado foi utilizado para comparação das avaliações. O software estatístico SPSS (versão 20) foi utilizado para as análises, adotando-se um nível de significância de 5% ($p \leq 0,05$). Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre os tempos dos testes de carga fixa com e sem cafeína (1396 ± 366 seg. vs. 1331 ± 412 seg., $p = 0,54$, $d = 0,16$) para esse grupo específico de participantes.

Palavras-chave: Cafeína; Resistência; Treinamento; Estudo controlado randomizado.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A capoeira nas ruas de Florianópolis, SC, e suas contribuições para a construção de um ambiente que promove saúde e bem-estar

AUTORES

Samara Escobar Martins
Alcyane Marinho

¹ Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O lazer, como um direito e uma necessidade humana, é um indicativo importante de participação social, relacionando-se com a saúde e o bem-estar. A capoeira, manifestação cultural afro-brasileira, se apresenta como uma interessante possibilidade de lazer. Nesse sentido, objetivou-se analisar a contribuição das rodas de rua tradicionais de capoeira, em Florianópolis, para a construção de um ambiente que promove saúde e bem-estar. Trata-se de uma pesquisa de campo, descritiva e exploratória, com abordagem qualitativa dos dados. Participaram do estudo vinte adultos, homens e mulheres, que frequentam essas rodas há, pelo menos, cinco anos. Com eles, foram realizadas entrevistas semiestruturadas. Além disso, foram feitos registros das rodas de rua tradicionais de capoeira de Florianópolis: fotos, vídeos e observações participantes (registradas em diário de campo), durante três meses. Os dados foram analisados por meio da técnica de análise de conteúdo. As categorias de análise encontradas foram “Tensões e contradições” e “Saúde e bem-estar na capoeira”; as quais mostram que os participantes vivenciaram o lazer ao negociar tensões e descontração na roda de capoeira, mas também resistiram às relações de poder social hegemônico por meio de sua participação, reconhecendo essa atividade como fundamental para manutenção da sua saúde em diferentes âmbitos. Os resultados obtidos permitem compreender a capoeira como uma oportunidade de lazer que contribui na construção de um ambiente promotor de um estilo de vida ativo e saudável, reverberando especialmente em populações vulneráveis. Assim, a capoeira representa uma possibilidade, acessível, contextualizada e significativa, de educação para o lazer e para a saúde.

Palavras-chave: Lazer; Educação Física; Atividade Física; Cultura.

Apoio: Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Estado de Santa Catarina (FAPESC) e Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Percepção subjetiva de esforço e frequência cardíaca no treinamento intervalado de alta intensidade: bicicleta estacionária e *body work*

AUTORES

Silvia Bandeira da Silva Lima
Beatriz Maria Lemes Gonçalves
Flávia Évelin Bandeira Lima Valério
Mariane Aparecida Coco
Bruna Camile Silva de Lima
Walcir Ferreira Lima

Universidade Estadual do Norte do Paraná.

O objetivo foi comparar a resposta da percepção subjetiva de esforço e frequência cardíaca (FC) no Treinamento Intervalado de Alta Intensidade (HIIT) em Bicicleta Estacionária (BE) e o Body Work (BW). Caracteriza-se pelo delineamento quantitativo, quase-experimental. A amostra foi composta por adultos, de ambos os sexos, de 18 e 40 anos de idade, de uma academia de Siqueira Campos - Paraná. Foram coletadas informações relacionadas ao sexo, idade, estatura, massa corporal, circunferência da cintura e circunferência de quadril, e o Questionário PAR-Q. A amostra foi submetida a sessões de HIIT em BE e BW, utilizando o protocolo Tabata, com 20 segundos de trabalho intenso e intervalos passivos de 10 segundos. Em ambos os exercícios foram analisados os dados de percepção subjetiva de esforço e frequência cardíaca dos participantes. Foram realizados os testes Shapiro-Wilk para a normalidade; teste Z para caracterização da amostra; e o teste de correlação de Spearman ($p \leq 0,05$). Não foram encontradas diferenças significativas da frequência cardíaca entre as sessões de BE (0,491; $p = 0,263$) e BW (0,189; $p = 0,685$). Segundo a percepção subjetiva de esforço, dos 14 indivíduos avaliados, somente um apresentou um resultado de esforço maior no BW, em relação à BE. Conclui-se que ambos os exercícios elevaram a frequência cardíaca, mesmo não apresentando diferenças significativas, o que pode estar relacionado com diversos fatores que interferem na magnitude do aumento da frequência cardíaca de cada indivíduo. Pela percepção subjetiva de esforço, o treinamento na BE foi mais exaustivo que o BW, podendo não ser tão atrativo para algumas pessoas.

Palavras-chave: Treinamento Intervalado de Alta Intensidade; Frequência cardíaca; Teste de esforço.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Perfil do estilo de vida dos participantes do COAFIS da UNEB - campus Guanambi, BA

AUTORES

Tarcísio Azevedo Lima
Genival Pinto dos Santos
Uelton Rick Nunes Gonçalves
Fábio Thomaz Melo
Mateus Carmo Santos
Berta Leni Costa Cardoso

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

Desde as épocas mais remotas, o ser humano adapta seu estilo de vida mediante às suas necessidades e seus interesses. : O objetivo deste estudo foi analisar o perfil do estilo de vida dos participantes do COAFIS (Centro de Orientação em Atividade Física e Saúde) da UNEB Campus Guanambi. trata-se de uma pesquisa de campo de cunho descritivo com abordagem quantitativa, CAAE 33553220.7.0000.0057 e parecer 5.080.654. Os participantes responderam questionários de forma online (sociodemográfico, Perfil do Estilo de Vida Individual (PEVI), Estágios de Mudança de Comportamento Relacionado ao Exercício Físico e Body Shape Questionnaire- Imagem Corporal). participaram da pesquisa 30 pessoas, com idade entre 18 e 56 anos. Os dados obtidos demonstram uma maioria de mulheres (80%) na amostra. Os componentes consumo alimentar, atividade física e controle de estresse revelou comportamentos regulares. As variáveis de comportamento preventivo e relacionamentos obtiveram os maiores níveis positivos entre os domínios analisados. No que concerne aos estágios de mudança de comportamento para atividade física e exercício, a maioria dos indivíduos não era fisicamente ativa até o determinado momento e pretendia se exercitar nos próximos 30 dias. Sobre o nível de satisfação com o peso corporal, percebeu-se que a maioria dos analisados está insatisfeita com o seu peso e busca a diminuição como principal meta. sugere-se novos estudos acerca do perfil do estilo de vida dos participantes do COAFIS com uma maior amostra para saber se houve diferenças significativas e assim propor novos meios de incentivo à prática de atividade física.

Palavras-chave: Estilo de vida; Exercício físico; Educação Física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Características ambientais de entorno escolar e níveis de aptidão física em crianças e adolescentes do município de Lagoa do Carro - PE

AUTORES

Tércio Araújo do Rêgo Barros
Cleydson Alexandre da Silva
João Victor Cavalcanti Fraga
Elissandra Cavalcante Brasil
Maria Eduarda Vidal da Silva
Victor Ferreira Lima

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Investigar como características do entorno escolar influenciam a aptidão física de crianças e adolescentes. A amostra contou com 1.053 estudantes ($9,52 \pm 2,67$ anos), de ambos os sexos, de 12 escolas públicas de Lagoa do Carro-PE. A aptidão física (APF) foi avaliada com testes de aptidão cardiorrespiratória (PACER), força de preensão manual (FPM), flexibilidade (sentar e alcançar), velocidade (VEL; corrida de 20m), potência de membros inferiores (POT, salto horizontal) e agilidade (AGL; shuttle run). A versão portuguesa do ISCOLE foi utilizada para avaliação das características do entorno escolar: lixo, tráfego intenso, casas/terrenos abandonados e criminalidade. Para análise de dados foi utilizada uma MANCOVA, tendo como variáveis dependentes e independentes os componentes da APF e as características de entorno escolar, respectivamente. Foram incluídas como covariáveis: idade, sexo, IMC, offset maturacional e presença de aulas de educação física. A presença de lixo influenciou negativamente a FPM ($p < 0,01$), PACER ($p = 0,04$), POT ($p < 0,01$) e VEL ($p < 0,01$). A criminalidade apresentou efeitos negativos sobre FPM ($p < 0,01$), VEL ($p < 0,01$) e POT ($p = 0,01$). O tráfego intenso prejudicou os escores de FPM ($p < 0,01$) e AGL ($p = 0,04$), enquanto a presença de propriedades abandonadas apontou efeitos negativos apenas na AGL ($p = 0,04$). Assim, após controlarmos por fatores individuais e presença de aulas de educação física, os resultados contribuem para a compreensão de fatores contextuais ligados à APF de escolares, que reforçam o modelo ecológico comportamental. Além disso, nossos resultados contribuem para que políticas de planejamento urbano do entorno escolar sejam elaboradas visando a melhoria da saúde de crianças e adolescentes.

Palavras-chave: Aptidão física; Crianças; Adolescentes; Escola; Força muscular.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Will Artificial Intelligence reveal a covered reality or the preconceived notions of physical activity? The ChatGPT paradox

AUTHORS

Thiago Sousa Matias

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

The purpose of this study was to investigate how a message to encourage physical activity is perceived in society using ChatGPT, a language model powered by Artificial Intelligence. The study was qualitative and exploratory in nature, guided by the Unifying Theory of Physical Activity (UTPA). ChatGPT was the source of data. In the study, 20 phrases were generated by ChatGPT to motivate people to be physically active. The researchers then asked ChatGPT to infuse more meaning into those messages. The first set of phrases generated were: "Stay active, stay strong." "Your body will thank you for it." The reviewed phrases were: "Physical fitness is a journey of self-discovery and personal growth." "Movement fuels the mind, body, and soul." "Get active, release stress and find peace of mind." "Physical activity (PA) is the best gift you can give yourself and those around you." The second set of phrases emphasized the deeper meaning and significance of physical activity, portraying it as a journey of self-discovery, personal growth, and connection. These messages reflect the UTPA's understanding of physical activity as an essential human act driven by the human desires to feel, explore, transform, and connect. The second list of messages highlights the importance of physical activity not just for individual benefits, but also its impact on a person's life and relationships, while the first list primarily focuses on the health (physical) benefits. The results suggest that there are deeper messages about physical activity that can be uncovered with further exploration.

Keywords: Artificial Intelligence; Exercise; Social determinants of health.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Aptidão aeróbia e neuromuscular de corredores recreacionais submetidos a 12 semanas de treino de sprints intervalados de alta intensidade

AUTORES

Victoria Emanuelli Dal Molin
Karina Alves da Silva
Ricardo Brandt

Universidade Estadual do Oeste do Paraná,
Marechal Cândido Rondon, PR.

Investigar o efeito do método Sprint Interval Training (SIT all-out) sobre a aptidão aeróbia e neuromuscular de corredores recreacionais. Vinte homens e vinte e nove mulheres com experiência de 2,5 anos em corridas de rua foram submetidos a 12 semanas de treinamento de sprints intervalados em duas sessões semanais. Os participantes foram selecionados por conveniência. As sessões foram compostas por 3 a 6 séries de 5 a 10 repetições cobrindo as distâncias de 40, 60, 80 e 140 metros de esforços máximos individuais (all-out) e intervalos ativos de 60 segundos e passivos de 1 a 3 minutos para todos. Antes e após o treinamento os sujeitos foram avaliados quanto ao consumo máximo de oxigênio (VO₂máx) pelo Shuttle run test e variáveis neuromusculares: salto contramovimento (CMJ), salto com agachamento (SJ) e taxa de utilização excêntrica (TUE) por testes de impulsão vertical. A normalidade foi conduzida pelo teste Shapiro-wilk. Para verificar diferenças empregou-se o teste de Wilcoxon. O tamanho de efeito foi verificado pelo cálculo d de Cohen. A significância foi de $p < 0.05$. Observaram-se incrementos significativos no VO₂máx (5,8%) ($p = 0.00$) e SJ (3,5%) ($p = 0.03$). Evidenciou-se um tamanho de efeito médio para o VO₂máx (0.66), pequenos para CMJ (0.18) e SJ (0.29) e trivial para TUE (0.05). O protocolo aumentou significativamente a potência aeróbia e teve pouca influência sobre o aspecto neuromuscular, ainda assim, contribuindo no desempenho. Sugere-se que novos estudos comparem os efeitos do SIT all-out sobre a potência aeróbia e neuromuscular de praticantes com diferentes níveis de experiência.

Palavras-chave: Saúde; Exercício físico; Corrida.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Como as condições climáticas influenciam a atividade física realizada em espaços públicos abertos?

AUTORES

Viviane Nogueira de Zorzi
Adalberto Aparecido dos Santos Lopes
Carla Elane Silva Godtsfriedt
Joris Pazin
Adriano Akira Ferreira Hino
Cassiano Ricardo Rech

1 Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O objetivo deste estudo foi analisar a influência da temperatura, sensação térmica e umidade relativa do ar na prática de atividade física (AF) de usuários de espaços públicos abertos (EPAs) em Florianópolis, SC. Trata-se de um estudo observacional que avaliou o uso e a prática de AF realizada em nove EPAs nas quatro estações do ano de 2018. Utilizou-se a observação direta dos EPAs por meio do SOPARC. Obteve-se os índices meteorológicos de temperatura, sensação térmica e umidade pelo Centro de Informações de Recursos Ambientais e de Hidrometeorologia de Santa Catarina. A regressão linear foi aplicada para analisar a relação entre os índices meteorológicos, a presença de usuários e a prática AFMV nos EPAs. Foram realizadas 19.712 observações em 77 áreas-alvo dos EPAs, com a observação de 59.354 usuários. Destes, 66,0% (n = 39.153) estavam engajados em AFMV. Houve maior uso dos EPAs em condições de maior temperatura ($\beta = 0,078$; $p < 0,0001$), sensação térmica ($\beta = 0,057$; $p < 0,001$) e menor umidade ($\beta = -0,119$; $p < 0,001$). O engajamento em AFMV foi maior em condições de menor temperatura ($\beta = -0,814$; $p = 0,013$) e menor sensação térmica ($\beta = -0,929$; $p < 0,001$). Observou-se que o aumento de 1° Celsius de temperatura representa uma diminuição de -0,81% no número de usuários realizando AFMV ($p = 0,013$). A umidade não influenciou a AFMV. As condições climáticas exercem um impacto significativo no uso e na prática de AFMV realizada nesses EPAs. O aumento da temperatura apesar de estimular o uso pode diminuir a prática de AFMV, desta forma, planejar locais que minimizem o impacto das mudanças climáticas é importante para promover a AFMV em EPAs.

Palavras-chave: Ambiente natural; Clima; Parques; Atividade física; Temperatura.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Educação Física Escolar



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**
Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Práticas de atividades recreativas sobre as capacidades físicas relacionadas a saúde em escolares

AUTORES

Amanda Alves da Silva
Thiago Mateus Batista Pinto
Ana Caroline Ferreira Campos de de Sousa
Wesley Crispim Ramalho
Rafael Gomes Batista
Wannubya Caroline de Almeida Nobre
Ramalho

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia
da Paraíba, Sousa, PB

Verificar os níveis das capacidades físicas relacionadas à saúde e participação de atividades recreativas em escolares da cidade de Marizópolis - PB. A pesquisa foi realizada em alunos de 10 a 17 anos, do 6º ao 9º do ensino fundamental II, a amostra foi composta por 78 voluntários, sendo 39 do sexo masculino, foram realizados os testes de: sit up's, sit and reach e Cooper, para análise da Força/ Resistência abdominal, Flexibilidade e Capacidade Cardiorrespiratória, respectivamente. Os dados foram tabulados no software Microsoft Excel®, para análise das variáveis para estatística descritiva utilizou-se o aplicativo EPIinfo™. Os resultados obtidos evidenciaram que apenas 15,38% da amostra não participam das atividades de recreação na escola, enquanto os 84,62% participam durante as aulas de educação física/ recreação e intervalo. Ao analisarmos os resultados obtidos nos testes observamos que 80,52% dos alunos que fizeram o teste de sit up's ficaram abaixo dos níveis indicados como referência para saúde, para o teste de sit end reach, 51,95% da amostra encontram-se na média para os critérios de saúde e para o teste de Cooper, 80% encontram-se na classificação boa, excelente e superior. constatou-se que elevada parte dos estudantes participam das atividades recreativas abordadas na escola, a participação pode influenciar o desenvolvimento das capacidades físicas, visto que os estudantes apresentaram bons índices de desempenho na maioria dos testes, constatando notáveis níveis de capacidades físicas. Entretanto faz-se necessário um acompanhamento das atividades recreativas para se obter melhorias nas capacidades físicas, principalmente atividades relacionadas a força muscular.

Palavras-chave: Atividades recreativas; Capacidades físicas; Escolares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Qual a percepção de pais e/ou responsáveis sobre os objetivos da Educação Física Escolar nos anos iniciais do Ensino Fundamental?

AUTORES

Camila Bressan Fogaça
Lisiane Schilling Poeta Fernandes
Bruna Barboza Seron
Michele Caroline de Souza Ribas

1 Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Este estudo tem como objetivo analisar a percepção de pais e responsáveis sobre os objetivos da Educação Física Escolar (EFE) nos anos iniciais do Ensino Fundamental. Foi realizada uma entrevista semi-estruturada com dez responsáveis, com filhos matriculados em uma escola de Florianópolis. Questionou-se: “na sua opinião, qual é o papel da EF na escola?”. As respostas foram analisadas mediante o método de análise de conteúdo. Todos os participantes foram do sexo feminino, e suas respostas originaram a subcategoria de análise: papel e objetivos da EFE. Originaram-se três unidades de significado: 1) Socialização e coletividade (n = 7) - possui atividades que demandam ações coletivas; 2) Atividade física/não sedentarismo (n = 5) - área relacionada com práticas físicas, auxiliando a criança a não ser sedentária e a suprir uma necessidade de movimentar-se; 3) Desenvolvimento físico e motor (n = 4) - por meio de brincadeiras, proporciona a prática de habilidades motoras grossas. Mediante análises conclui-se que todas as participantes foram mães, o que evidencia papéis sociais-familiares historicamente executados pelas mulheres. Ainda, as falas elaboradas evidenciam que as mães parecem ter uma visão positiva da EFE e vão ao encontro com o que de fato é preconizado pela EFE nesse período em termos procedimentais, atitudinais e conceituais. Vale ressaltar que a EFE é, muitas vezes, a principal possibilidade de envolver-se em uma atividade estruturada, podendo melhorar os níveis de AF, diferentes domínios de desenvolvimento e a saúde. Quando os responsáveis possuem uma visão positiva da EFE, possivelmente influenciam o engajamento e importância dada pelas crianças.

Palavras-chave: Educação Física; Atividade física; Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Conhecimento sobre o conteúdo musculação entre estudantes de um colégio de Guanambi-BA

AUTORES

Daniel de Jesus Torres
Adevaldo Felipe Oliveira Sobrinho
Yan Felipe Rodrigues dos Santos
Cláudio Bispo de Almeida
Aline Costa da Cruz
Marijunio Rocha Pires

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA

Compreender o nível de conhecimento dos discentes de um colégio público de Guanambi acerca do conteúdo musculação e o interesse sobre ampla inserção desse assunto nas aulas de educação física. Estudo quantitativo, transversal e descritivo, realizado em um colégio de Guanambi-Bahia, no ano 2022, em amostra populacional de 77 discentes com idade igual ou superior a 18 anos, de ambos os sexos, que estudavam nos três turnos. Para a coleta de dados utilizou-se um questionário eletrônico desenvolvido pelos autores, respondidos nos smartphones dos participantes. As variáveis de estudo foram: entendimento do conceito musculação e interesse na inclusão desse conteúdo nas aulas. Os dados foram digitados no programa Microsoft Office Excel 2016, e as análises estatísticas realizadas no software SPSS for Windows® versão 20.0. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisas da UNEB com CAAE: 60627522.1.0000.0057 e nº. de parecer 5.679.187. 18,1% não sabem o que é musculação, 15,5% afirmaram que é uma atividade física e 12,9 % disseram saber, porém, sem explicar, no entanto 81,8% dos pesquisados responderam que seriam favoráveis a maior abordagem do referido conteúdo nas aulas de educação física, pois poderia contribuir para a melhora da saúde. Os discentes pesquisados não têm conhecimento detalhado do que é musculação, além disso, esse conteúdo ainda é pouco explorado na educação física escolar. Portanto, a ampliação de discussões sobre essa temática poderá incentivar a prática da musculação, de forma correta e segura, contribuindo para ampliar os níveis de atividade física desse público.

Palavras-chave: Treinamento de força; Educação Física; Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Práticas Corporais de Aventura: uma proposta pedagógica para a Educação Física Escolar

AUTORES

Eduarda dos Passos Gonçalves
Francin Alexandrina Siqueira

Escola Municipal Aduci Arbues do Nascimento,
Garopaba, SC.

Relatar uma proposta pedagógica de Práticas Corporais de Aventura (PCA) no contexto escolar na disciplina de Educação Física. estudo descritivo de abordagem qualitativa, através de relato de experiência, fundamentado em Gaya (2014). Participaram crianças matriculadas nos anos iniciais do ensino fundamental, com idade entre 8 e 12 anos de uma escola da rede pública municipal de Garopaba/SC. Houve aproximação das crianças com o meio natural, criando um laço de pertencimento e cuidado com o ambiente em que vivem, conhecendo e reconhecendo a comunidade como um espaço de lazer a ser explorado. A primeira etapa foi apresentar o tema e refletir sobre os espaços na comunidade em que é possível vivenciar essas práticas. A segunda etapa foi promover tanto práticas adaptadas para sala de aula, como práticas de aventura na comunidade, tais como: sandboard, trekking e stand UP paddle; e a prática na escola de skate, slackline, parkour e balonismo. As Práticas Corporais de Aventura, sejam elas na natureza ou na área urbana, demonstraram ser um excelente conteúdo a ser trabalhado na escola, pois são capazes de aproximar as crianças com o meio natural, trabalham as variáveis da aptidão física como: força, agilidade e resistência, além de se apresentar como uma ótima possibilidade de prática de lazer e manifestação corporal.

Palavras-chave: Educação Física; Práticas corporais de aventura; Atividade física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O medo de avaliação social negativa e a autopercepção de aceitação social estão associados a autopercepção de competência atlética em crianças?

AUTORES

Glauber Carvalho Nobre
Maria Simone dos Santos Bezerra
Maria Clemilsia Coelho Gomes
Cleriene Pereira Gomes
Francisca Itamara Leandro Mendonça
Marcelo Gonçalves Duar

Instituto Federal de Educação, Ciências e
Tecnologia do Ceará.

Investigar se o medo de avaliação social negativa e a autopercepção de aceitação social estão associados a autopercepção de competência atlética em crianças. Participaram deste estudo associativo 149 crianças (79 meninas, 52.3%) com idade entre 9 e 11 anos ($m = 9,7$; $dp = 0,54$). A escala de medo de avaliação social negativa em contextos de atividade física e esporte foi utilizada para avaliar o medo de avaliação social das crianças. A escala de autoconceito para crianças foi utilizada para avaliar a autopercepção de competência atlética e de aceitação social. A análise de regressão linear múltipla univariada mostrou um modelo significativo ($F(4,144) = 5,99$, $p < 0,001$, η^2 parcial = $0,15$, r^2 ajustado = $0,12$) considerando o medo de avaliação e a autopercepção de aceitação social como variáveis explicativas e a autopercepção atlética como desfecho. O medo de avaliação social negativa foi associado de forma negativa e significativa ($b = -0,18$, $p = 0,022$) com a autopercepção de competência atlética. A autopercepção de aceitação social ($b = 0,24$, $p = 0,002$) foi positiva e significativamente associada a este desfecho. A maneira como as crianças avaliam a própria competência atlética é afetada pelo medo que elas sentem de serem julgadas negativamente, e ainda, pela percepção sobre as próprias competências para a aceitação social.

Palavras-chave: Fobia social; Competência percebida; Infância.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Ninhos do rugby: caracterização dos participantes de um projeto de extensão com o tema rugby

AUTORES

Igor André Correa Silveira
Pietra Cazeiro Corrêa
Marcelo Kopp Toescher
Camila Borges Müller
Rose Méri Santos da Silva
Eraldo dos Santos Pinheiro

Escola Superior de Educação Física, Pelotas, RS.

Identificar e caracterizar os/as alunos/as participantes do projeto de extensão Ninhos do Rugby. Procedimentos metodológicos: caracteriza-se como uma pesquisa descritiva na qual os integrantes do projeto foram identificados e caracterizados através de um questionário com perguntas fechadas via Google Forms respondido pelos seus responsáveis. Os/as responsáveis foram previamente informados dos objetivos e dos procedimentos da pesquisa e aceitaram participar através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Através das respostas do questionário foi possível identificar 34 crianças/adolescentes (idade = $9,25 \pm 2,4$ anos), e constatou-se que 18% frequentam escolas privadas, 27,27% escolas públicas estaduais e 54,55% municipais. Ainda, foi observado que 93,4% residem em bairros periféricos e apenas 6,6% na zona central da cidade. Desse modo, foi visto que as crianças/jovens do projeto Ninhos do Rugby, em sua maioria, frequentam a rede pública de ensino e vivem em bairros periféricos da cidade, considerando o distanciamento do centro da cidade. Diante do exposto, torna-se importante que diagnósticos de maior amplitude sejam realizados acerca da população pertencente ao projeto, visto que, compreender a realidade dos integrantes do projeto assim como de seus responsáveis pode auxiliar na elaboração de estratégias, tanto de ensino quanto de retenção desse público.

Palavras-chave: Criança; Adolescente; Esporte; Projeto de extensão.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Envolvimento ativo de estudantes durante as aulas de educação física no ensino médio: inquérito estadual no Ceará, Brasil

AUTORES

Isabela Natasha Pinheiro Teixeira
Wallingson Michael Gonçalves Pereira
Victor Hugo Santos de Castro
Allana Kelly Cerqueira Lima de Carvalho
Thalita Caroline Costa Façanha
Valter Cordeiro Barbosa Filho

Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, CE.

O presente estudo buscou identificar o envolvimento ativo e os fatores sociodemográficos associados em estudantes do ensino médio do estado do Ceará, Brasil. Estudo transversal realizado com estudantes de ambos os sexos ($n = 1.303$; 50,96% meninas), matriculados no ensino médio, em uma amostra probabilística e representativa da rede federal do Ceará. A coleta de dados foi realizada de agosto a outubro de 2021, com autopreenchimento de questionário. Sexo, faixa etária, raça/cor de pele, trabalho remunerado foram reportados. O envolvimento ativo nas aulas de Educação Física, o qual envolveu o engajamento dos alunos em atividades físicas, dinâmicas ou outras atividades propostas, foi reportado pelos estudantes, com as opções de respostas: “não me envolvo nas aulas”, “pouco envolvido”, “razoavelmente envolvido”, “muito envolvido”. Foi realizada análise descritiva com frequência absoluta e relativa e qui-quadrado de Pearson (p -valor $< 0,05$). O nível de envolvimento ativo dos alunos foi: “não me envolvo” 86 (6,60%), “pouco envolvido” 292 (22,41%), “razoavelmente envolvido” 583 (44,74%) e “muito envolvido” 342 (26,25%). Dentre os fatores sociodemográficos associados apenas a variável sexo apresentou associação significativa ($p = 0,005$), com o grupo “muito envolvido” do sexo masculino apresentando maior percentual (30,67%). O baixo envolvimento de meninas nas aulas indica a urgente reformulação de propostas pedagógicas, onde os conteúdos, as estratégias e as formas de interação estudante-professor-objeto-ambiente sejam repensadas para diminuir iniquidades na atividade física na escola.

Palavras-chave: Estudantes; Atividade motora; Educação física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Educação física na educação infantil: a prática de atividade física desde os primeiros anos de vida

AUTORES

Jennifer Rodrigues Silveira
Paola Cunha Maria

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

A educação física (EF) na educação infantil apesar de estar amparada na LDB 9.394/96, ainda é um tabu para professores da área. No entanto, é nas aulas de EF que a criança tem a oportunidade de conhecer, desenvolver e explorar atividade física de forma lúdica, objetiva e organizada. Apresentar um relato de experiência sobre as práticas de EF desenvolvidas em um Centro de Educação Infantil na cidade de Garopaba/SC. o CEI Encantada atende cerca de 72 crianças na faixa etária de 1 a 3 anos. As aulas de Educação Física acontecem em quatro horários por semana. As propostas são desenvolvidas por meio de circuitos psicomotores, brincadeiras orientadas, atividades coletivas e criação de brinquedos. As atividades tiveram início em fevereiro de 2023, desde então observam-se diversos avanços e benefícios para os pequenos. A faixa etária atendida é extremamente receptiva. Percebe-se melhoras nas habilidades motoras básicas de estabilização, deslocamento e manipulação, assim como, noção e limites do corpo e espaço. Além disso, avanços na socialização, respeito aos combinados e ao corpo dos colegas também tem sido observados. Sendo assim, as aulas de educação física tem sido fundamentais para que as crianças aprendam a conviver umas com as outras e conheçam a diversidade do brincar em movimento. A atividade física orientada através das aulas de educação física tem papel fundamental na formação integral da criança e entende-se que essa especialidade possa ser o primeiro estímulo para construção de uma vida fisicamente ativa.

Palavras-chave: Educação infantil; Educação física; Desempenho psicomotor.

Apoio: Agradecemos ao município de Garopaba e ao CEI Encantada.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Ideias e teorias de crianças de 5 a 6 seis anos de uma escola de Porto Alegre, RS, sobre o equilíbrio

AUTORES

Jéssica Deisiane Scherer
Rodrigo Leal de Menezes
Samuel Munhoz
Jéssica do Nascimento Queiroz
Ivana Vidor Marques
Alvaro Reischak de Oliveira

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O estudo do corpo humano é importante já no início da escolaridade, o ambiente familiar e a Educação Infantil são cruciais para aprendizagem. Nesse sentido, o profissional de Educação Física (PEF) desempenha um papel fundamental contribuindo para que a criança possa aprimorar a aptidão motora que é fundamental na primeira infância. Com o objetivo de descrever e analisar explicações de crianças de 5 a 6 anos sobre anatomofisiologia humana a partir de contextos qualificados, identificando como PEF pode contribuir para isso, fizemos brincadeiras motoras e entrevistas com e sem desenhos com 14 crianças em uma escola de Educação Infantil de Porto Alegre/RS. Trata-se de uma pesquisa pedagógica, de abordagem qualitativa e análise transversal. A base de dados foi constituída a partir de gravações, vídeos e suas transcrições, bem como fotos e anotações. Adotamos as cinco fases para análise de conteúdo qualitativo sugeridas por Yin (2006). Como resultado das propostas sobre equilíbrio motor, as ideias e teorias se relacionaram com a maneira que posicionavam o seu corpo, identificando que para manter-se equilibrado em diferentes superfícies foi necessário utilizar braços e pernas, e que ao segurar objetos com as mãos elas podem se desequilibrar. Concluímos que a partir de brincadeiras motoras as crianças são capazes de identificar situações que possam deslocar seu centro de massa e os ajustes necessários para manter o equilíbrio. Nesse processo, o PEF contribui instigando as crianças à reflexão sobre o corpo e a testarem suas habilidades motoras desde a primeira infância.

Palavras-chave: Educação Física; Educação infantil; Equilíbrio; Corpo humano.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Percepções fisiológicas de crianças de 5 a 6 seis anos de uma escola de Porto Alegre, RS, após correrem

AUTORES

Jéssica Deisiane Scherer
Samuel Munhoz
Thaiana Cirino Krolikowski
Êmerson Barata Fragoso
Ivana Vidor Marques
Alvaro Reischak de Oliveira

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O estudo do corpo humano e das funções vitais, são importantes no início da escolaridade. Para isso, o ambiente familiar e a Educação Infantil são cruciais para aprendizagem na primeira infância. O profissional de Educação Física desempenha um papel fundamental contribuindo para que a criança possa compreender a estrutura corporal e ter a oportunidade de se desenvolver através de experiências motoras ao longo da vida. Com o objetivo de descrever e analisar explicações de crianças de 5 a 6 anos sobre anatomofisiologia humana, a partir de contextos qualificados, identificando como o profissional de Educação Física pode contribuir para isso, fizemos brincadeiras motoras e entrevistas com e sem desenhos com 14 crianças em uma escola de Educação Infantil de Porto Alegre/RS. Trata-se de uma pesquisa pedagógica, de abordagem qualitativa e análise transversal. A base de dados foi constituída a partir de gravações, vídeos e suas transcrições, fotos e anotações. Adotamos as cinco fases para análise de conteúdo qualitativo sugeridas por Yin (2006). Como resultado da brincadeira de corrida, identificamos que as crianças perceberam mudanças na respiração, na frequência cardíaca, além de mencionarem aumento na temperatura corporal e suor. As teorias das crianças foram fundamentadas na sua vida cotidiana e apresentaram elementos da natureza para explicá-las, como calor, ar e água. Concluímos que através da Educação Física pode-se realizar propostas que possibilitem reflexões sobre aspectos fisiológicos desde a primeira infância, sem que as crianças recebam conteúdos, mas que sejam instigadas a desenvolverem pensamento científico sobre o funcionamento do corpo humano.

Palavras-chave: Educação Física; Educação infantil; Corpo humano; Fisiologia; Anatomia.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Saúde dos pés de escolares: uma reflexão sobre o conhecimento dos pais e a escolha do calçado

AUTORES

João Otacilio Libardoni dos Santos
Fabricio Lucio Neves de Lima
Mayza Batalha Mendonça de Lima
Basilio Coelho Bastos Neto
Endrel Rodrigues da Silva

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, AM.

O conhecimento sobre a saúde dos pés e a relação com a escolha do calçado é importante para o desenvolvimento saudável dos pés de escolares. Os pais, responsáveis pela compra dos calçados, exercem um papel fundamental. Ainda, a escola (Professor de Educação Física) como espaço de construção e acesso ao conhecimento de forma institucionalizada também é essencial. Descrever o conhecimento de pais acerca da saúde dos pés de seus filhos e acerca do calçado adequado. Participaram da pesquisa 100 pais de escolares de duas escolas municipais de Manaus. Os participantes foram convidados a responder um questionário semiestruturado contendo perguntas relativas à saúde dos pés e em que apoiam sua decisão no momento de aquisição do calçado. Os dados foram analisados pela estatística descritiva. 60% dos participantes afirmaram nunca ter recebido/procurado informação acerca da saúde dos pés. 32% já receberam informações na escola. Perguntados se costumam buscar informação sobre o calçado adequado, 74% sim e 66% desses, buscam com o vendedor na loja. Apenas, 16% buscam informação com profissional de saúde. Identificamos desconhecimento dos pais acerca da saúde dos pés dos filhos. Ainda, que a escola não está sendo o espaço efetivo de acesso a essa informação, pois os pais tem mais acesso em lojas no momento da compra do calçado. Isso preocupa, pois este desconhecimento e não acesso as informações junto aos profissionais da saúde, em específico na escola o Professor de Educação Física, pode colocar em risco o desenvolvimento saudável dos pés dos escolares.

Palavras-chave: Escolares; Calçados; Saúde dos pés; Família.

Apoio: Agradecemos à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior -Brasil (Capes) -Código de financiamento 001, à Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Amazonas (FAPEAM) e à Universidade Federal do Amazonas (UFAM).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O trato da temática da saúde nas aulas de educação física no ensino médio no contexto da pós-graduação: uma revisão de escopo

AUTORES

Joicy Ferreira da Silva
Evelyn Helena Corgosinho Ribeiro
Paulo Henrique de Araújo Guerra
Átila Alexandre Trapé

Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.

A saúde é um tema que deve ser trabalhado nas aulas de Educação Física para que o aluno possa compreender o tema em sua realidade social. O objetivo foi verificar a produção da pós-graduação stricto sensu sobre o tema 'saúde' na Educação Física escolar no Ensino Médio. Foi realizada uma revisão de escopo seguindo as recomendações do Joanna Briggs Institute e o checklist Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) para a escrita. Foram realizadas buscas por dissertações e teses nas bases de dados eletrônicas (CAPES, Biblioteca digital da USP, BDTD e LILACS) para averiguar o trato da temática saúde, a partir das diversas percepções, nas aulas de Educação Física no Ensino Médio. A seleção foi feita por pares independentes e uma síntese temática foi realizada, a partir dos 28 estudos incluídos dentre os 1.237 encontrados. As informações extraídas estavam de acordo com os objetivos do presente estudo. Como resultado, foi possível perceber que os trabalhos se concentram entre os anos 2011 a 2019 e a maioria das ações ocorreram na rede pública. Observou-se também que há uma equivalência na participação de alunos e professores como participantes da pesquisa e em alguns dos estudos que envolveram os professores, houve momento de capacitação. Com relação a abordagem da temática da saúde, ela sempre esteve presente como elemento primário ou secundário, sendo abordada a partir de diferentes percepções, como visão mais biológica a partir de aspectos principalmente físicos e visão ampliada de saúde, refletindo sobre os determinantes sociais da saúde.

Palavras-chave: Aulas de educação física; Adolescentes; Saúde; Revisão de escopo.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Exercício intervalado de alta intensidade (HIIT) como estratégia de intervenção durante a aula de educação física: uma revisão sistemática

AUTORES

Jorge Olivares Arancibia
Antonio Castillo Paredes
Rodrigo Nanjarí Miranda
Rodrigo Yáñez Sepúlveda
Marianela Cataldo Guerra
Anelise Reis Gaya

Universidad de las Américas, Santiago, Chile.

Analizar las investigaciones que utilizaron intervenciones de High Intensity Interval Training (HIIT) dentro de la clase de Educación Física. Además de identificar los beneficios que genera este tipo de ejercicio físico en la salud y condición física de los estudiantes. Se llevó a cabo una búsqueda exhaustiva en 3 bases de datos: PubMed, Scopus y Scielo, siguiendo las directrices del modelo PRISMA. Como estrategia de búsqueda se utilizaron las siguientes palabras claves; “High-intensity interval training” AND “Physical Education” AND School. La estrategia de búsqueda arrojó un total de 737 artículos. Además, se realizó una búsqueda manual adicional, sumando 19 artículos, lo que resultó en un total de 756 estudios. Posteriormente, se aplicaron rigurosos criterios de inclusión y exclusión previamente establecidos, y finalmente se seleccionaron 21 artículos científicos que cumplieran con estos criterios para ser incluidos en la revisión sistemática. Conclusión: Este estudio respalda firmemente la inclusión del entrenamiento intervalado de alta intensidad como intervención dentro de la clase de Educación Física, ya que ofrece beneficios tangibles en términos de salud y condición física de los estudiantes. Estos hallazgos respaldan la importancia de implementar estrategias de entrenamiento efectivas y eficientes en el entorno escolar para fomentar un estilo de vida activo y saludable.

Palavras-clave: Entrenamiento Intervalado de alta Intensidad; Educación Física; Escolares; Colegio.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A percepção de professores sobre a promoção da saúde nas aulas de Educação Física

AUTORES

Lis Maria Machado Ribeiro Bezerra

Universidade Regional do Cariri

Na educação física escolar ainda é possível encontrar professores que utilizam metodologias de ensino tradicionais, preocupando-se somente com a melhoria da aptidão física dos seus alunos, em detrimento ao senso crítico e reflexivo das aulas. O ambiente escolar torna-se um possível instigador para a busca do conhecimento em saúde, mediante ações de educação e promoção da saúde de muitos componentes curriculares, incluindo a disciplina de educação física por ser da área da saúde. O objetivo do estudo foi analisar a percepção dos professores de educação física em relação a promoção de saúde em suas aulas. Para tanto, realizou-se uma pesquisa do tipo qualitativa e de campo, com 18 professores das escolas da rede municipal e estadual de ensino do Ceará. Para a coleta de dados, foi utilizada uma entrevista semiestruturada com oito questões pré-definidas e objetivas. Os resultados foram organizados a partir da análise de conteúdo, apresentados por categorias. Após a análise, foi observado que a promoção de saúde é uma das temáticas utilizadas pelos professores em suas aulas, porém de forma muito reduzida diluídas nos conteúdos dos esportes, jogos, danças, lutas, ginástica, lutas e práticas de aventura na natureza. Além disso, os professores entendem que a saúde está relacionada com a educação física, porém eles abordam a saúde em suas aulas apenas no quesito de atividade física, e com as aulas práticas. Portanto, o conhecimento da promoção da saúde nas aulas de Educação Física ocorre de forma pontual, sem trabalhar a amplitude conceitual da promoção para saúde.

Palavras-chave: Promoção da saúde; Educação Física; Saúde escolar.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação dos determinantes afetivos entre escolares nas aulas de educação física

AUTORES

Lucas Eduardo Rodrigues Santos
Maria Amanda de Araújo Barbosa
Ariel José do Nascimento
Conceição Rocha Damascena
Weydyson de Lima do Nascimento Anastácio
Tony Meireles dos Santos

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

O objetivo do presente estudo foi comparar a magnitude dos determinantes afetivos entre meninos e meninas nas aulas de educação física escolar. Trata-se de um estudo transversal, caracterizado por uma coleta única, realizada em formato presencial nas escolas. Participaram do estudo 289 escolares (146 meninas) com idade média de $10,66 \pm 1,22$ anos, que após os procedimentos éticos, tiveram que responder uma anamnese com dados pessoais, e por fim, a Escala de Identificação dos Determinantes Afetivos (EIDA). A EIDA consiste em uma escala de 41 itens, com perguntas relacionadas a percepção individual sobre os determinantes afetivos positivos ou negativos que podem ocorrer durante as aulas de educação física escolar. As respostas da EIDA são dadas com a seguinte classificação: a) 1 = quase nunca; b) 2 = de vez em quando; c) 3 = às vezes; d) 4 = frequentemente; e) 5 = quase sempre. Para comparar a magnitude dos determinantes afetivos entre meninos e meninas, foram realizados testes de Mann-Whitney para os escores de cada aspecto da EIDA, considerando valores significativos de $p < 0,05$. Os resultados demonstraram que em geral os meninos apresentam maiores médias para os aspectos de sensações ($p = 0,008$), participação/afastamento ($p = 0,021$; $p < 0,001$), competição/conquista ($p = 0,002$; $p < 0,001$), cooperatividade ($p < 0,001$), esforço físico ($p < 0,001$) e duração da aula ($p < 0,001$). Conclui-se que os meninos desta amostra apresentam percepções de determinantes afetivos mais positivas nas aulas de educação física, possibilitando maior adesão e engajamento.

Palavras-chave: Determinantes; Respostas afetivas; Adesão.

Apoio: Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) Fundação de Amparo à Ciência e Tecnologia do Estado de Pernambuco (FACEPE)



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Pelas vozes das crianças: o que pensam sobre as aulas de educação física?

AUTORES

Luciana Chultes
Carolina Correia Selmo
Adroaldo Cezar Araujo Gaya
João Pedro Goulart Cirone

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Descrever quais significados crianças concebem e atribuem para as aulas de Educação Física (EF). Estudo com método descritivo, abordagem qualitativa, aprovado sob o parecer 5.499.224. Os sujeitos desta pesquisa compreenderam 113 alunos de uma escola pública de Garopaba-SC, matriculados nos anos iniciais do ensino fundamental, entre 6 e 12 anos, dos sexos masculino e feminino. A coleta de dados foi realizada através de entrevista semiestruturada. Foram entrevistados 23 educandos, utilizou-se para a delimitação do número de entrevistas o critério de saturação, onde foram efetuadas entrevistas em número suficiente para permitir reincidência das informações. Para a análise das entrevistas utilizou-se análise de conteúdo, a partir da identificação de unidades de significado e categorização. Todas as crianças afirmaram gostar de EF. Sobre o que mais motiva nestas aulas: 5 alunos afirmaram ser a prática de exercícios, 8 esportes e 6 jogos e brincadeiras. Para além das práticas motoras, 4 educandos enfatizaram a diversão. Verificou-se que uma parte importante das aulas de EF está no fato das crianças saírem da sala de aula. Dos 23 aprendizes 12 em algum momento se referiram a esta informação. Sobre a função das aulas de EF, 20 alunos afirmaram servir para ter uma vida saudável e para se exercitar, 02 acreditam ser para diversão, 01 não soube responder. Conjectura-se a relação da motivação com as práticas motoras e com a necessidade da quebra do comportamento sedentário. Ademais, as crianças associaram as práticas motoras como principal referência para dar significado às aulas de EF.

Palavras-chave: Educação Física; Crianças; Escola.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação entre a autopercepção de competência em habilidades motoras e em aptidão física e a autopercepção de competência atlética em crianças

AUTORES

Marcelo Gonçalves Duarte
Maria Emilly Barbosa
Maryanna Clemente de Souza
Francisco Marcelo Ferreira da Silva
Joelma Alves Coelho
Glauber Carvalho Nobre

Instituto Federal de Educação, Ciências e
Tecnologia do Ceará

Investigar a relação entre a autopercepção de competência em habilidades motoras e em aptidão física e a autopercepção de competência atlética em crianças. a amostra deste estudo correlacional foi composta por 149 crianças (79 meninas, 52.3%) com idade entre 9 e 11 anos ($m = 9,7$, $dp = 0,54$). A escala de autoconceito para crianças foi utilizada para avaliar a autopercepção de competência atlética. A escala de figuras de autopercepção de competência motoras e de autoconceito físico foram utilizadas para avaliar a percepção das crianças sobre as próprias competências em habilidades motoras e na aptidão física, respectivamente. a correlação de Spearman mostrou correlações significativas, de fracas a moderadas, entre a autopercepção nas habilidades de arremesso ($r = 0,18$; $p = 0,028$), receber ($r = 0,2$; $p = 0,021$), chute ($r = 0,26$; $p = 0,001$) salto horizontal ($r = 0,26$; $p = 0,001$), rebater com as duas mãos ($r = 0,31$; $p = 0,001$), quicar uma bola ($r = 0,242$; $p = 0,003$), na resistência aeróbia ($r = 0,26$; $p = 0,002$), velocidade ($r = 0,255$; $p = 0,002$), força ($r = 0,21$; $p = 0,01$), coordenação ($r = 0,34$; $p < 0,001$) e a autopercepção de competência atlética. a percepção das crianças sobre as próprias competências motoras e sobre a aptidão física estão relacionadas à maneira como elas avaliam a própria competência atlética. É possível que elas usem o autojulgamento nas habilidades e na aptidão física para auxiliar no autojulgamento da competência atlética.

Palavras-chave: Autoconceito; Infância; Competência.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Evolução do estado nutricional em escolares em uma cidade do Meio Oeste catarinense a partir de 2020

AUTORES

Marcos Adeldo dos Reis

Mauro Rogério dos Reis

Secretaria Municipal de Educação, Caçador, SC.

O objetivo deste trabalho foi analisar a evolução do estado nutricional de escolares de Caçador durante os anos de 2020 a 2023. Foram avaliados alunos de 4 a 15 anos de idade, matriculados em uma escola da Rede Municipal de Ensino durante os anos de 2020 a 2023. Foram mensuradas as variáveis de estatura e massa corporal, utilizando-se do procedimento descrito por Alvarez e Pavan (2007), para a determinação do IMC. Para classificação do estado nutricional foi utilizada a tabela classificatória descrita por Conde e Monteiro (2006). De um modo geral, os resultados encontrados, durante os anos avaliados, mostram que mais de 65% dos estudantes analisados são eutróficos, à exceção do ano de 2021, onde este índice baixou para 59%. Em contrapartida, o excesso de peso, que se mantinha em torno de 30 a 32%, no ano de 2021, alcançou 40%. Ressalta-se que, o ano de 2020, é o ano do auge da pandemia de COVID-19. Com a mobilidade restrita, a interrupção de aulas presenciais e à maior exposição às telas, este isolamento social, colocou em risco a prática de atividade física regular, além da interação social. A escola constitui-se como um ambiente propício para a realização de ações que promovam a prevenção e o controle do excesso de peso. Porém, as elevadas prevalências encontradas nesse estudo podem indicar que o acesso à estratégias e intervenções de promoção à prática de atividades físicas, redução do comportamento sedentário e incentivo à alimentação saudável, provavelmente não estão sendo eficientes neste grupo populacional.

Palavras-chave: Estado nutricional; Obesidade infantil; Excesso de peso; Estudantes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Participação nas aulas de educação física e o estágio de mudança de comportamento para a prática de atividade física de adolescentes

AUTORES

Maria Júlia Freitas Lourenço e Simão
Murilo Gominho Antunes Correia Júnior
Maria Deisyelle Sibaldina da Silva Almeida
Caroline Ramos de Moura Silva
Mallú Dias Soares
Jorge Bezerra

Universidade de Pernambuco, Recife, PE

Associar a participação nas aulas de Educação Física (EF) com o estágio de mudança de comportamento para a prática de atividade física (AF). O estudo epidemiológico Projeto Atitude avalia hábitos de saúde dos adolescentes de 14 a 19 anos do ensino médio da rede pública estadual de Pernambuco por meio do GSHS adaptado e validado. Variável dependente: participação nas aulas de EF. Variáveis Independentes: estágio de mudança de comportamento para a prática de AF e sexo. Para análise descritiva foi realizada a distribuição de frequências e para associação o teste de Qui-quadrado. Amostra: 4.514 adolescentes, destes 82,2% participam das aulas de EF. 26,6% são fisicamente ativos há mais de 6 meses (I), 17,7% são fisicamente ativos há menos de 6 meses (II), 25,5% não são fisicamente ativos mas pretendem se tornar nos próximos 30 dias (III), 22,3% não são fisicamente ativos mas pretendem se tornar nos próximos 6 meses (IV), 8% não são fisicamente ativos e não pretendem se tornar (V). Quando associados a participação nas aulas de EF ao estágio de mudança de comportamento para a prática de AF: 24% (I), 15,9% (II), 20,3% (III), 16,5% (IV), 5,5% (V) ($p < 0,001$). Quando analisado por sexo: feminino 12,9% (I), 13,6% (II), 23,2% (III), 20,1% (IV), 7,1% (V). Masculino: 37,3% (I), 18,6% (II), 16,8% (III), 12,3% (IV), 3,6% (V) ($p < 0,001$). Há associação da participação nas aulas de EF com o melhor estágio de mudança de comportamento para a prática de AF, o sexo masculino apresenta mais associações positivas.

Palavras-chave: Aulas de Educação Física; Atividade física; Adolescentes.

Apoio: Grupo de Pesquisa em Estilo de Vida e Saúde - GPES. Programa de Pós-Graduação em Educação Física UPE/UFPB. Fundação de Amparo a Ciência e Tecnologia de Pernambuco - FAPESP. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES. Conselho de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPQ.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Existe relação entre o ângulo de fase derivado da impedância bioelétrica coma força muscular em meninos praticantes de futsal?

AUTORES

Murylo Pitarello
Gabriel Luiz de Melo
Aryanne Hydeko Fukuoka
Ezequiel Moreira Gonçalves

Universidade estadual do Norte do Paraná,
Jacarezinho, PR.

O objetivo do estudo foi verificar a capacidade do ângulo de fase (AngF) derivado da impedância bioelétrica (BIA) em explicar a força muscular em meninos praticantes de futsal. Amostra de 23 meninos (14,5 ± 1,6 anos), praticantes de futsal (Projeto Bom de Bola) por pelo menos 6 meses, competidores a nível regional. A maturação somática foi determinada pelo cálculo da distância do pico de velocidade de crescimento (PVC). Para a determinação da massa isenta de gordura (MIG) e AngF foi utilizado a BIA (tetrapolar de 50 khz). A força muscular de membros inferiores foi determinada por meio do pico de torque da flexão (PTFlex) e extensão (PTEExt) do joelho da perna direita em um dinamômetro isocinético (Biodex®). Estudo foi aprovado pelo comitê de ética da Universidade Estadual de Campinas (nº 4.863.065). O poder de explicação ajustado (r^2_{ajust}) foi determinado por meio da análise de regressão linear. O AngF explicou 48% ($p < 0,001$) da variação do PTFlex quando foi ajustado pelo PVC ou MIG na análise, o poder de explicação aumentou ($r^2_{ajust} = 0,70$ e $0,80$; $p < 0,001$, respectivamente), entretanto o AngF perdeu sua significância nos modelos. O mesmo aconteceu com o PTEExt, no qual o AngF explicou 34% ($p = 0,002$) da variação, mas quando foi ajustado pelo PVC ou MIG o poder de explicação também aumentou ($r^2_{ajust} = 0,66$ e $0,77$; $p < 0,001$, respectivamente), entretanto o AngF também perdeu sua significância nos modelos. Conclui se que o AngF apresenta relação com a força muscular em meninos praticantes de futsal, entretanto, essa relação é dependente do PVC e MIG.

Palavras-chave: Adolescentes; Bioimpedância elétrica; Dinamômetro de força muscular.

Apoio: CAPES



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A percepção dos responsáveis relacionada ao projeto de extensão “Passada pro futuro”

AUTORES

Pietra Cazeiro Corrêa
Igor André Correa Silveira
Marcelo Kopp Toescher
Camila Borges Müller
Rose Méri Santos da Silva
Eraldo dos Santos Pinheiro

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

Analisar a percepção dos responsáveis em relação ao projeto de extensão Passada Pro Futuro, em suas duas manifestações: o mini-handebol e o handebol de base. Procedimentos metodológicos: Participaram do estudo 19 responsáveis por alunos/as do projeto (idade = $40,42 \pm 8,49$ anos) que responderam um questionário via Google Forms, com perguntas fechadas referentes à sua relação com o projeto. Os participantes foram previamente informados dos objetivos e procedimentos, aceitando participar através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Identificou-se que 79% das respostas foram de mães, 16% de pais e 5% de avôs. Acerca dos alunos/as, das 24 crianças e adolescentes mencionadas (idade = $8,41 \pm 2,88$ anos), 50% provém de escolas privadas, 37% de instituição público municipal e 13% de público estadual. Em relação ao projeto, a maioria dos responsáveis demonstrou estar muito satisfeito com o horário dos encontros (63,15%), com os dias da semana e frequência das aulas (78,94%), com a localização do campus, a estrutura que o projeto fornece e o papel desempenhado pelos professores (84,21%). Todos/as os/as responsáveis demonstraram estar muito satisfeitos com a participação da criança destacando o seu desenvolvimento e a oportunidade de estarem no projeto. O Passada Pro Futuro destaca-se como um potente espaço de prática esportiva acessível à comunidade na percepção dos responsáveis, que demonstraram estar muito satisfeitos. Assim, tornam-se necessárias novas abordagens que aprofundem as suas expectativas além da perspectiva discente na docência, relacionada a metodologia utilizada no desenvolvimento.

Palavras-chave: Familiares; Criança; Adolescente; Projeto de extensão; Esporte



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Aptidão física relacionada à saúde de escolares da zona rural

AUTORES

Rodrigo Zanetti da Rocha
Gabriel Gustavo Bergmann
Franciéle da Silva Ribeiro
Henrique de Oliveira Arrieira

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

Descrever a frequência de atendimento às recomendações de Aptidão Física Relacionados à Saúde (APFRS) de escolares da zona rural. Estudo descritivo transversal, incluindo 245 escolares (135 meninos) com idades de 11 a 17 anos de escolas públicas municipais de turno integral da zona rural de Canguçu/RS. A APFRS foi mensurada a partir das orientações do Projeto Esporte Brasil, especificamente pelo índice de massa corporal (IMC), Aptidão Cardiorrespiratório (APC), Força/Resistência Muscular (FRM) Flexibilidade (FLEX) e adicionado a medida de Força de Preensão Manual (FPM). Os resultados foram analisados em toda a amostra e por sexo e cada componente foi classificado a partir de pontos de corte específicos por sexo e idade. Para o IMC, 75,1% dos participantes foi classificado como eutrófico, tendo as meninas (82,7%) frequência mais alta ($p < 0,05$) do que os meninos (68,9%). Dentre os componentes de APFRS analisados, a FRM foi a que apresentou a frequência mais alta de participantes (95,5%) não atendendo à recomendação (94,5% meninas; 96,3% meninos). Para a APC e FLEX, 72,7% e 71,0% dos participantes, respectivamente, não atenderam as recomendações. A FPM apresentou a frequência mais alta de participantes (76,3%) atendendo às recomendações (80,7% meninos; 70,4% meninas). A maioria dos participantes tem estado nutricional recomendado. No entanto, com exceção da FPM, uma parcela elevada de escolares da zona rural de Canguçu/RS não atende às recomendações de APFRS, sendo este panorama ainda mais desfavorável para as meninas.

Palavras-chave: Aptidão física; Saúde; Escolares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física mediada pela motivação autodeterminada: resultados de um estudo de intervenção em escolares

AUTORES

Sueyla Ferreira da Silva dos Santos
Elaine Fernanda Dornelas de Souza
Giovanna Goes Sant'ana
Rodrigo Godoy Carvache
Carlos Elias Carneiro Mendes
Ismael Forte Freitas Júnior

Universidade Estadual Paulista Júlio Mesquita Filho, Presidente Prudente, São Paulo.

A atividade física contribui no desenvolvimento saudável de crianças e adolescentes. A motivação para esta prática pode ser influenciada por fatores intrínsecos e extrínsecos relacionados à percepção de competência e autonomia. examinar o efeito mediador da motivação autodeterminada na atividade física moderada a vigorosa (AFMV) em escolares do 6º e 7º ano do Ensino Fundamental. Intervenção com 370 adolescentes entre 10-14 anos do programa “Escola em Ação”. A acelerometria de 24 horas e o questionário auto reportado sobre os mediadores de AFMV (autonomia, autoeficácia, suporte social e barreiras) foram as variáveis investigadas. Para determinação de mediadores da efetividade do programa na AFMV foi testado o modelo de Equação Estrutural para análise de mediação (PROCESS). A hipótese de mediação foi testada pelo modelo bootstrapping para estimar o efeito total, direto e indireto. O nível e significância adotado para todas as análises foi de 5%. Participaram 370 adolescentes (198 do grupo intervenção e 172 do grupo controle), maioria do sexo feminino (11,38, ± 0,70 anos). A média de AFMV foi 27,68(± 29,64) minutos. A análise de regressão mostrou que o grupo da intervenção possui 9 vezes mais chance (TE = 3,95; p = 0,024) de aumentar a AFMV. A análise de mediação indicou o aumento no efeito total de AFMV (F = 3,13; p = 0,04), mesmo ajustada a todos os mediadores. A motivação autodeterminada promoveu aumento na AFMV em escolares após 12 meses de intervenção do programa “Escola em Ação”. Logo, o uso da teoria da autodeterminação foi efetivo para promoção da atividade física de adolescentes.

Palavras-chave: Crianças e adolescentes; Autodeterminação; Análise de mediação; Educação física e treinamento; Atividade Física.

Apoio: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Effectiveness of High-Intensity Games versus Moderate-Intensity Games on Cardiorespiratory Fitness in Children

AUTHORS

Tomás Reyes Amigo
Edgardo Mendoza
Felipe Sepulveda Figueroa

Universidad de Playa Ancha, Chile

Studies have reported improvements in cardiorespiratory fitness (CRF) in children with high-intensity exercise. However, research protocols focus on cycling and running and not on games. The aim of the study was assess the effect of an 11-week intervention using games protocols of two different intensities on CRF in school children. Quasi-experimental design, participated 48 children (9 to 10 years old) from a school in Valparaíso, Chile. Children were randomized into two groups: high-intensity games (HIG) and moderate-intensity games (MIG). Both groups were intervened in the physical education (PE) class in sessions of 45 minutes. HIG group used relays race and small-sided games; > 75% of maximum heart rate (HRmax). MIG group used cooperative and dynamics continued games; 60% - 74% HRmax. Both groups had two sessions per week. Before and after the interventions, participants measured with the CRF test (20-meter shuttle run test). Study approved by the bioethics committee of the Playa Ancha University (01/2017). Repeated-measure analysis 2×2 was used to determine the main effects and the interaction effects between groups over time (pre and post-test) and the effect size (ES) was calculated using Cohen's d test (Software Jamovi). The results report a significant time \times group interaction was observed for CRF with a moderate ES ($F = 4.879$, $p = 0.032$; $ES = 0.6$), between HIG and MIG, therefore, the HIG protocol significantly increased the CRF. Conclusions: This study demonstrates that the HIG intervention, is more effective than MIG in the improvement of the CRF in children.

Keywords: High-Intensity exercise; physical education; schoolchildren

Support: Physical Activity Sciences Observatory (OCAF), Universidad de Playa Ancha, Chile



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade Física e inclusão



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O treinamento funcional pode influenciar nos aspectos físicos de pessoas com Parkinson? Um ensaio clínico randomizado controlado

AUTORES

Alicia Garcia Lima
Jéssica Amaro Moratelli
Kettlyn Hames Alexandre
Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

1 Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar o efeito de uma intervenção de treinamento funcional nos sintomas motores em pessoas com doença de Parkinson. Grupo intervenção treinamento funcional (n = 12) e grupo controle (n = 12), totalizando 24 participantes de ambos os sexos (64,08 ± 10,1 anos). Coletadas informações referentes às características pessoais e clínicas, juntamente com a aplicação da Escala Unificada da Doença de Parkinson - III, testes de equilíbrio (MiniBESTest), flexibilidade de membros inferiores (Sentar e alcançar), amplitude de movimento de ombros (Goniometria), força muscular de membros inferiores (Dinamômetro isocinético), força de preensão manual (Dinamometria) e mobilidade funcional (Timed Up & Go); realizadas baseline e pós-intervenção (12 semanas). Os grupos apresentaram homogeneidade no período baseline, porém após a intervenção houveram melhorias significativas intragrupo do grupo intervenção nas variáveis de amplitude de movimento do ombro esquerdo em abdução (p = 0,014) e flexão (p = 0,018), flexibilidade dos membros inferiores direito (p = 0,013) e esquerdo (p = 0,002), na força de extensão da perna direita (p = 0,028) e esquerda (p = 0,017), assim como na força de flexão da perna direita (p = 0,006) e esquerda (p = 0,024). Além de ocorrer diferenças estatísticas negativas no grupo controle intragrupo na Escala Unificada da Doença de Parkinson III (p = 0,023), na amplitude de movimento do ombro direito em flexão (p = 0,000) e na flexibilidade do membro inferior esquerdo (p = 0,043). Nenhuma variável obteve efeito intergrupo e as variáveis equilíbrio, mobilidade funcional e preensão manual não obtiveram efeitos significativos intragrupo. Um programa de treinamento funcional pode influenciar positivamente nos aspectos físicos relacionados a força, a amplitude de movimento e a flexibilidade, do mesmo modo que se mostrou um tratamento complementar, seguro e viável em pessoas com Parkinson.

Palavras-chave: Exercício físico; Doença de Parkinson; Equilíbrio postural; Força muscular; Força de preensão.

Apoio: Agradecimento à Universidade do Estado de Santa Catarina e todos que me auxiliaram nesse processo, orientadora e colegas do laboratório (Laboratório de Pesquisas em Lazer e Atividade Física).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Um ensaio clínico randomizado de dança livre nos sintomas depressivos, na função sexual e na imagem corporal de mulheres submetidas à cirurgia do câncer de mama

AUTORES

Breno Hermes de Jesus

Juliana da Silveira

Leonessa Boing

Taysi Seemann

Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

1 Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar o efeito de um protocolo de dança livre (pré e pós 12 semanas de intervenção) sobre sintomas depressivos, imagem corporal e função sexual em mulheres submetidas à cirurgia de câncer de mama. composto por 24 mulheres após cirurgia de câncer de mama, randomizadas em dois grupos: Grupo Intervenção Dança Livre e Grupo Controle. O grupo de dança livre recebeu a intervenção e o grupo controle manteve suas atividades rotineiras durante as 12 semanas. Todos os participantes foram avaliados antes e após as 12 semanas de intervenção. Os desfechos avaliados foram sintomas depressivos, imagem corporal e função sexual. A imagem corporal apresentou diferença significativa intragrupo na dança livre no domínio vulnerabilidade ($p = 0,031$), diferença significativa intergrupo no domínio limitação ($p = 0,045$) e preocupação com o corpo ($p = 0,035$). A função sexual apresentou diferença significativa intragrupo na dança livre no domínio desejo ($p = 0,031$) e diferença significativa intragrupo no grupo controle no domínio lubrificação ($p = 0,021$), porém de forma negativa. Não foram encontradas diferenças para sintomas depressivos. Conclusões: A prática da dança livre mostrou um efeito positivo, mesmo que pequeno, na imagem corporal e um efeito negativo na função sexual em mulheres submetidas à cirurgia de câncer de mama.

Palavras-chave: Atividade sexual; Dança; Identidade corporal; Neoplasia mamaria; Sintomas depressivos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Acampamento pedagógico, uma estratégia social

AUTORES

Eduardo Brunello

Fundação Gol de Letra, São Paulo, SP.

Este artigo pretende discutir essa estratégia desenvolvida e disseminada pela Fundação Gol de Letra no Programas das Unidades de São Paulo e Rio de Janeiro.. Os resultados verificados comprovam a efetividade das aprendizagens propostas, não só em relação às aprendizagens de convívio social propriamente dita, mas também em relação ao desenvolvimento de habilidades sociais que permitem aos participantes fortalecer sua participação em grupos sociais e, conseqüentemente, lhes permite reunir maiores possibilidades de lidar de forma positiva com os desafios impostos pelas duras realidades sociais nas quais estão imersos. Para a compreensão do contexto deste trabalho, cabe explicar brevemente o que é a Fundação Gol de Letra. A referida instituição é uma organização não governamental, criada a 24 anos por dois ex- atletas profissionais de futebol, Raí Oliveira e Leonardo Araújo, que busca promover, por meio de ações socioeducativas permanentes, o desenvolvimento integral de crianças, adolescentes, jovens e seus familiares, moradores de comunidades socialmente vulneráveis nas cidades do Rio de Janeiro e São Paulo. Nos princípios adotados pela instituição, guiados pela metodologia da educação integral, acredita-se que aprender, conviver e multiplicar sejam valores que auxiliam na formação cidadã e na perspectiva de criação de indivíduos com maior chances de socialização e possibilidades. Sobre os acampamentos pedagógicos, a instituição visa sempre proporcionar possibilidades aos seus atendidos e, conseqüentemente, para suas respectivas famílias. Recursos vindos de fontes diversas, fazem com que o núcleo familiar não tenha nenhum gasto com relação a viagem, alimentação e demais necessidades que possam acontecer durante o processo. As estratégias para esse estudo serão focadas numa pesquisa qualitativa e quantitativa com o histórico de participantes da instituição em suas duas unidades (São Paulo e Rio de Janeiro). No contexto da proposta de acampamento pedagógico, o inventário será direcionado nas atividades realizadas em ambientes naturais: esporte educacional com modalidades esportivas, atividades ecológicas em contato com a natureza e atividades de superação individual e pessoal com trilhas e paredes de escalada. como a instituição atua com a educação integral, acreditamos que cada indivíduo tem seu papel na sociedade, bem como cada indivíduo pode exercer um papel de cidadão educador na sociedade. Esse processo é mensurado através de suas habilidades sociais como: aceitação a regras, convivência social, respeito a equidade de gênero e suas variantes além de elementos de socialização entre seus pares, educadores e familiares. Estratégia: rodas de conversa sobre a programação do dia do acampamento, trabalho esportivo com temas transversais como: respeito à diversidade, desafios e limites, preservação da natureza e construção coletiva sobre as regras de convivência da rotina. Nesse último item, podemos citar os horários de alimentação onde os acampantes tem suas responsabilidades como higienização das mesas e a cultura do não desperdício. Visualizamos um alto índice de melhora da socialização entre os diferentes pares dentro de um acampamento educativo. É fato que trabalhar com esse tipo de metodologia mais participativa, onde todos e todas fazem parte dos processos, faz com que o retorno para suas famílias após esses períodos de viagem seja muito bem avaliado pelos pais e/ou responsáveis. Resultados são aferidos pelo Serviço Social da instituição através de entrevista social encontros com famílias.

Palavras-chave: disputa; adolescência; comportamento; decisão

Apoio: Agradeço a Fundação Gol de Letra pela confiança plena em todos os processos sócio pedagógicos nos meus 18 anos de instituição.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Exercício físico na redução de comportamentos problema e estereotipia em pessoas com transtorno do espectro autista - uma revisão de literatura

AUTORES

Felipe Ribeiro
Sarah Larissa Tavares
Paula Born Lopes

Universidade Positivo.

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um Transtorno Global do Desenvolvimento, caracterizado por atraso social, dificuldades de comunicação verbal e não verbal e por apresentar padrões repetitivos de ações e movimentos corporais. Exercícios físicos são importantes para auxiliar em questões de regulação emocional e redução nos déficits motores, presentes na grande maioria dessa população. O objetivo do presente estudo foi analisar através de uma revisão sistemática quais programas de exercício físico são mais eficazes na redução de comportamentos problema e ações estereotipadas em pessoas com TEA. A pesquisa foi realizada em três bases de dados: Google acadêmico, Scielo e Lilacs. Os critérios de inclusão foram estudos em português de 2010 a 2021 e o exercício físico como objetivo principal. Cinco estudos foram considerados elegíveis, os exercícios apresentados foram natação, exercício dentro do ambiente escolar inclusivo, atividades rítmicas e treinamento concorrente. Não foram encontradas melhoras nas habilidades motoras e comportamentais dos indivíduos que treinaram natação. Entretanto, no treinamento concorrente foi possível observar uma melhora no padrão de movimentos, porém nenhuma evolução em relação às questões comportamentais e redução de estereotípias. Os estudos encontrados não apontaram a utilização de técnicas da Análise do Comportamento Aplicada, técnica essa que tem sucesso no tratamento de indivíduos com TEA. Talvez por isso os estudos não encontraram melhoras em todos os padrões. Conclui-se que um dos fatores determinantes para a obtenção de resultados positivos está ligado à forma de aplicação da atividade e não ao tipo de exercício utilizado como ferramenta de intervenção.

Palavras-chave: Autismo; Exercício Físico; Intervenção.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Existe associação entre o nível de atividade física e a percepção de dor de mulheres sobreviventes do câncer de mama?

AUTORES

Iamara Rodrigues Acosta
Victor Hugo Guesser Pinheiro
Bruno Ezequiel Botelho Xavier
Cristine Lima Alberton
Stephanie Santana Pinto

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

O objetivo do presente estudo foi verificar a associação entre o nível de atividade física no domínio do lazer com a intensidade da dor e a interferência da dor em aspectos da vida em mulheres sobreviventes do câncer de mama. Esse é um estudo observacional dentro da primeira onda do estudo WaterMama. O WaterMama é um estudo randomizado, com três braços paralelos. Para tanto, 11 mulheres sobreviventes do câncer de mama (idade: $54,6 \pm 12,6$ anos; tempo de diagnóstico: $1,9 \pm 0,7$ anos) e diagnosticadas em estágios I-III, participaram do estudo. A atividade física no domínio do lazer foi coletada através do questionário Godin-Shepard e os níveis de dor foram avaliados através do Inventário breve de dor. Para analisar os dados utilizou-se a correlação de Spearman ($\alpha = 5\%$). Como resultado principal, observou-se uma correlação inversa entre o nível de atividade física no domínio do lazer e a interferência da dor em aspectos da vida ($\rho = -0,58$; $p = 0,062$). Todavia, uma correlação inexistente observou-se entre o nível de atividade física no domínio do lazer com a intensidade da dor ($\rho = -0,12$; $p = 0,735$). Dessa forma, concluiu-se que o nível de atividade física no domínio do lazer foi moderadamente associado com a interferência da dor em aspectos da vida de mulheres sobreviventes do câncer de mama.

Palavras-chave: Câncer de mama; Atividade física; Percepção de dor.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Quais os efeitos da dança livre e da dançaterapia na função sexual, no estado de humor e na autoestima de mulheres submetidas à cirurgia do câncer de mama? Um ensaio clínico randomizado

AUTORES

Juliana da Silveira

Leonessa Boing

Jéssica Amaro Moratelli

Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar o efeito de duas intervenções de 12 semanas com dança livre e dançaterapia em períodos diferentes, comparados ao grupo controle e ao grupo referência saudável, na função sexual, no estado de humor e na autoestima de mulheres submetidas à cirurgia do câncer de mama. Ensaio clínico randomizado, composto por mulheres submetidas à cirurgia do câncer de mama ($58,9 \pm 9,8$ anos) e mulheres saudáveis ($51,5 \pm 10,8$ anos), divididas em três grupos, grupo intervenção (GI), que recebeu as intervenções com dança livre e dançaterapia (GI) ($n = 11$); o grupo controle (GC) ($n = 11$) que manteve suas atividades de rotina e o grupo referência saudável (GRS) ($n = 12$) pareado por idade. As intervenções do GI tiveram 12 semanas, com sessões de 60 minutos e realizadas duas vezes na semana tendo um período de washout de 35 dias entre as protocolos de dança. Os desfechos avaliados foram função sexual (Female Sexual Function Index), estado de humor (Escala de humor de Brunel) e autoestima (Escala de Autoestima). Resultados: Houve melhora estatisticamente significativa no estado de humor nos domínios confusão mental ($p = 0,011$) e tensão ($p = 0,039$) após a intervenção de dança livre intragrupo. Já o grupo dançaterapia teve melhora no desconforto ($p = 0,013$) e piora na satisfação ($p = 0,015$) da função sexual intragrupo. Foram observadas melhoras intergrupo no GRS no domínio desconforto ($p \leq 0,001$) da função sexual e piora nos domínios tensão ($p = 0,008$) e fadiga ($p = 0,002$) do estado de humor. A dança livre é melhor que a dançaterapia na variável estado de humor e a dançaterapia é melhor para o desconforto da função sexual. Não foram encontrados efeitos significativos na autoestima em ambas modalidades.

Palavras-chave: Atividade sexual; Autopercepção; Terapias alternativas; Transtornos do humor; Neoplasias da mama.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O impacto do projeto atleta cidadão em uma escola municipal de tempo integral de Fortaleza - Ceará

AUTORES

Larissa Kelly Feijão Moura
Ana Beatriz Chaves Vasconcelos Batista
Maria Carolina Traina Gama

Universidade Federal do Ceará - Campus do Pici.

O projeto “Atleta Cidadão” é coordenado pela Federação de Triathlon do Estado do Ceará (FE-TRIECE) em parceria com a Prefeitura de Fortaleza, visa promover atividade física e lazer às comunidades da cidade, com a iniciativa da convivência social e formação cidadã. O objetivo foi elencar e analisar a forma que os professores percebem o impacto das intervenções na vida dos estudantes de uma escola pública da cidade. Estudo qualitativo, foi feito inferências interpretativas de um diário de campo e de uma entrevista semi estruturada, que teve dimensões como: a) Na sua percepção, como as crianças se relacionam com o projeto? b) Na sua percepção, quais os principais impactos do projeto na escola e educação dessas crianças? c) Na sua percepção, qual contribuição para a crianças a nível de bem-estar, saúde e qualidade de vida. Participaram 2 profissionais de Educação Física, e foi tomado nota da fala de 76 crianças que participam do projeto. Verifica-se uma facilidade no estabelecimento de relações sócio-afetivas com os professores, gerando respeito e envolvimento nas atividades propostas, o que também promove melhorias no comportamento, principalmente em relação à disciplina e na formação ética. Assim, a habilidade comportamental dos profissionais parece ser crucial ao atendimento do objetivo primário do projeto, que é unir a atividade física e atribuir valores para influenciar positivamente o crescimento da criança. Conclui-se que os profissionais acreditam que o projeto impacta de forma positiva nos aspectos sociais, educacionais e identitários das crianças, sendo muito importante para a formação e desenvolvimento delas.

Palavras-chave: Atividade Física; Atleta cidadão; Lazer.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Manual pedagógico à professores de educação física escolar especial e saúde

AUTORES

Leonardo Cavalheiro Scarpatto
Felipe Marcondes Gonçalves
Orival Andries Júnior
Paula Teixeira Fernandes

Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP.

Sabemos que o número de crianças com deficiência nas escolas públicas e particulares, atualmente, vem aumentando consideravelmente, assim como as ações educacionais de ensino inclusivo e cuidado específico à saúde e bem estar dessas crianças. Esse é um projeto baseado em um estudo de Mestrado da Universidade Estadual de Campinas (FEF/UNICAMP), que visa orientar professores e futuros profissionais da Educação Física Escolar a como desenvolver uma metodologia mais inclusiva e assistida também às crianças com deficiência. O estudo contou com cerca de 10 profissionais, todos formados e atuantes na Educação Física Escolar Adaptada da região de Campinas, em escolas públicas da cidade. O objetivo principal dessa pesquisa é orientar professores e futuros profissionais da Educação Física Escolar Adaptada como trabalhar diretamente questões inclusivas e cuidados com a saúde e bem estar específicos à criança com deficiência. Chegamos à conclusão que poucos estudos, atuais, tem se preocupado com a temática e com a formação de Professores que atuam diretamente com a criança com deficiência. Como resultado do processo, desenvolvemos uma cartilha de apoio pedagógico docente, com finalidade de auxiliar esse Professor de Educação Física Escolar atuante a cuidar da saúde, diversidade e individualidade das crianças com deficiência em contexto educacional de ensino. Nesse manual realizamos uma viagem ao mundo do Esporte à criança com deficiência. Iniciamos caminhando na história do esporte adaptado e paralímpico, seguimos nas terminologias específicas, nas especificidades das deficiências, entramos no mundo da Educação Física Escolar Adaptada e finalizamos com sugestões e referências de artigos e livros pesquisados.

Palavras-chave: Esporte adaptado; Pessoas com deficiência; Educação especial.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Saúde da população negra e atividade física: uma revisão sistemática

AUTORES

Natália Clavelin Machado

Suellen Pontes Fontoura

Hyunde Nairóbi Santos Viegas da Silva

Jerri Luiz Ribeiro

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

A qualidade de vida e saúde da população negra está diretamente relacionada ao pouco acesso a saúde e atividades de cultura, esporte e lazer que sujeitos negros são expostos ao longo da vida. Segundo Werneck (2016), o preconceito racial influencia diretamente na saúde dessa população, na qual o racismo está entrelaçado de forma estrutural e tem impacto no bem-estar desse público. Revisar a literatura quanto ao possível efeito da atividade física em relação a promoção da saúde da população negra. Trata-se de uma revisão sistemática de conteúdo pela busca de artigos científicos publicados nas bases de dados Pubmed, Scopus, Sport Discus, PeDro através dos termos MeSH (Medical Subject Headings) “population black”, “physical activity”, “quality of live and health”. Inicialmente foram selecionados 112 artigos e, após a aplicabilidade dos critérios de inclusão e exclusão, 8 estudos foram incluídos. Observou-se que políticas de saúde e atividade física precisam ser mais bem difundidas na sociedade visto suas particularidades para acessá-los. Há um baixo número de estudos sobre atividade física e os seus efeitos na saúde da população negra, mas ainda sim pode-se observar que fatores relacionados a etnia autodeclarada são alusivos a falta de oportunidades em relação a esta população realizar atividade física.

Palavras-chave: População negra; Atividade física; Qualidade de vida e saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Consumo de oxigênio de pico e força dinâmica máxima de membros inferiores de mulheres sobreviventes do câncer de mama

AUTORES

Pâmela Silva Cardozo
Luana Siqueira Andrade
Elisa Gouvêa Portella
Cristine Lima Alberton
Stephanie Santana Pinto

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

O objetivo do estudo foi determinar o consumo de oxigênio de pico (VO_{2pico}) e a força dinâmica máxima de membros inferiores de mulheres sedentárias que passaram ou não pelo tratamento primário do câncer de mama. Participaram do estudo 38 mulheres sobreviventes do câncer de mama ($56,0 \pm 10,3$ anos) e 41 idosas ($64,3 \pm 3,10$ anos). O VO_{2pico} foi mensurado durante um teste incremental na esteira e os gases respiratórios foram coletados através de um analisador de gases, sendo o valor de consumo de oxigênio ($ml.kg^{-1}.min^{-1}$) obtido perto da exaustão considerado como VO_{2pico} . A força dinâmica máxima de membros inferiores foi mensurada através do teste de 1 repetição máxima (1RM) durante realização de extensão de joelhos, sendo o valor de 1RM definido como a maior carga utilizada para uma repetição durante a fase concêntrica. Para a comparação dos desfechos entre os grupos foi utilizado o teste T independente ($\alpha = 5\%$). Mulheres idosas apresentaram um VO_{2pico} superior ($25,9 \pm 4,1 ml.kg^{-1}.min^{-1}$) em comparação ao grupo de mulheres sobreviventes do câncer de mama ($22,5 \pm 6,6 ml.kg^{-1}.min^{-1}$) ($p = 0,009$). No entanto, ambos os grupos não demonstraram diferença significativa ($p = 0,267$) para a força dinâmica máxima de membros inferiores (idosas: $29,0 \pm 6,4 kg$); sobreviventes do câncer de mama: $27,0 \pm 9,6 kg$). Conclui-se que mulheres que passaram pelo tratamento primário para o câncer de mama apresentaram valores inferiores de consumo de oxigênio de pico comparado a idosas. A força dinâmica máxima de membros inferiores foi semelhante entre ambos os grupos.

Palavras-chave: Neoplasias da mama; Força muscular; Teste de condicionamento cardiorrespiratório.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O Mat Pilates e seus efeitos na qualidade de vida, na fadiga e na imagem corporal de sobreviventes de câncer de cabeça e pescoço: um ensaio clínico randomizado

AUTORES

Patrícia Severo dos Santos Saraiva
Leonessa Boing
Danielly Yani Fausto
Alicia Garcia Lima
Vanessa Bellani Lyra
Adriana Azevedo Coutinho Guimarães

¹ Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar os efeitos de uma intervenção baseado no método Mat Pilates no grupo intervenção comparado ao grupo controle, na qualidade de vida, na fadiga e na imagem corporal de pacientes em pós-tratamento de câncer de cabeça e pescoço. Ensaio clínico randomizado com 30 indivíduos (55,8 ± 10,3 anos); randomizados em dois grupos: a) intervenção que recebeu 12 semanas, duas vezes por semana, com duração de uma hora de Mat Pilates e b) controle que recebeu acompanhamento semanal e orientações em duas palestras. A coleta foi realizada por meio de entrevista individual presencial (Google Forms), e abordado os desfechos: qualidade de vida (Avaliação Funcional da Terapia do Câncer (FACT-H&N)); fadiga (Functional Assessment of Cancer Therapy-Fatigue (FACT-F)) e imagem corporal (Body Investment Scale (BIS)). O grupo intervenção Mat Pilates apresentou melhora significativa quando comparado ao grupo controle no intragrupo/intergrupo na: qualidade de vida (no escore total (p = 0.007/p = 0.003), no bem-estar familiar (p = 0.001)/p = 0.008) e no bem-estar funcional (p = 0.001)/(p = 0.001)); na imagem corporal em seu escore total (p = 0.001)/(p = 0.001) e nos domínios: imagem corporal (p = 0.046)/(p = 0.010), cuidado corporal (p = 0.026)/(p = 0.010) e toque corporal (p = 0.013)/(p = 0.022); na fadiga (p = 0.006)/(p = 0.003). A prática do Mat Pilates apresentou efeito favorável nas variáveis qualidade de vida, fadiga e imagem corporal para o grupo intervenção ao ser comparado com o grupo controle. Número de registro de ensaio clínico: RBR-3BS8XC6

Palavras-chave: Fadiga; Imagem corporal; Neoplasia do trato aerodigestório superior; Qualidade de vida.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Quantidade de filhos, atividade física de lazer e o papel moderador da escolaridade entre mulheres da cidade de São Paulo, SP, Brasil

AUTORES

Tamires Roldão da Silva Leite
Margarethe Thaisi Garro Knebel
Michele Santos da Cruz
Evelyn Helena Corgosinho Ribeiro
Alex Antonio Florindo

Universidade Virtual do Estado de São Paulo, São Paulo, SP

Avaliar a associação entre quantidade de filhos e atividade física de lazer (AFL) em mulheres, tendo a escolaridade como fator moderador. Procedimentos metodológicos: Estudo transversal. Analisadas mulheres (n = 839) da coorte 'Inquérito de Saúde de São Paulo (ISA): Atividade Física e Ambiente' que participaram da segunda onda (2020/2021). AFL foi mensurada pelo IPAQ longo e dicotomizada em < 150 e ≥150 minutos/semana. A exposição 'quantidade de filhos' (0; 1; ≥ 2), a moderadora 'escolaridade' (≤ ensino médio; completou grau acima do ensino médio) e o ajuste 'idade da mulher' (< 50; ≥50 anos) foram variáveis autorreferidas. Regressões de Poisson com estimadores robustos foram testadas com e sem interação entre quantidade de filhos e escolaridade. A prevalência de ≥150 minutos/semana de AFL foi 32,4% (IC95%:26,6-38,8) para não-mães, 23,8% (IC95%:17,4-31,5) para mães de 1, e 21,1% (IC95%:17,7-25,1) para mães de ≥ 2. No modelo sem o termo de interação, a quantidade de filhos não associou à AFL. Já considerando o termo de interação, aquelas mulheres com ≤ ensino médio mães de 1 filho (Razão de Chance: 0,58; IC95%: 0,35-0,98) ou ≤ ensino médio mães de ≥ 2 filhos (Razão de Chance: 0,68; IC95%: 0,47-0,99) tiveram menos chance de praticar ≥150 minutos/semana de AFL, sendo a referência as 'não-mães que completaram grau acima do ensino médio'. As demais combinações não associaram com AFL. A escolaridade de mulheres com número maior de filhos pode influenciar nas oportunidades de praticar AFL, e isso deve ser considerado na promoção inclusiva e equitativa da AFL.

Palavras-chave: Maternidade; Escolaridade; Atividade Física; Iniquidades em Saúde

Apoio: Processo da Fapesp: 2017/17049-3. CNPq e CAPES (Bolsa de Pós Graduação).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Percepção dos professores sobre a importância da educação física escolar na interação social dos alunos com Síndrome de Down

AUTORES

Victória Fernandes Nascente
Mateus dos Santos Lima
Luiza do Amaral Braga
Brenda Rovel Dias
Lauren da Silva Prestes
Thábata Viviane Brandão Gomes

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

O objetivo do presente estudo foi verificar a importância da educação física escolar na interação social dos alunos com Síndrome de Down a partir da percepção dos professores. Participaram do estudo 24 professores de educação física que lecionam em escolas da rede pública municipal na cidade de Pelotas - RS. Foi utilizado um questionário contendo 16 questões objetivas e de múltipla escolha, divididas em duas partes: 1) identificação dos professores; 2) se acontece e como acontece a interação social dos alunos com Síndrome de Down nas aulas de educação física. Nos resultados obtidos foi possível observar que existe interação social nas aulas de educação física, pois a maioria dos professores (58,3%) relataram que o aluno com Síndrome de Down tem facilidade de estabelecer um contato inicial, as interações sociais acontecem com os professores (50,0%), com os colegas (45,8%) e com os objetos de aula (87,5%). A maior parte dos professores relatam que os alunos com Síndrome de Down possuem uma boa interação social nas aulas de educação física (37,5%). Ainda, todos os professores participantes desta pesquisa relataram que a educação física contribui na interação social dos alunos com Síndrome de Down (100%). Concluindo, este estudo mostrou que, a partir da percepção dos professores, as aulas de educação física representam um espaço que possibilita a interação social do aluno com Síndrome de Down.

Palavras-chave: Educação Física; Síndrome de Down; Interação social.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física/exercício físico, obesidade e doenças cardiometabólicas



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análise do tecido adiposo, em ratos wistar, adultos após treinamento físico e subsequente destreino

AUTORES

Alex Sander Souza de Souza
Gabriel de Moraes Siqueira
Rafael Bueno Orcy
Fabrício Boscolo Del Vecchio

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

Investigar os efeitos de diferentes modelos de exercício com subsequente destreino no peso do tecido adiposo perilombar. Esse é um estudo experimental no qual ratos Wistar adultos foram alocados em três grupos: i) Exercício contínuo de intensidade moderada (ECIM); ii) Treinamento intervalado de alta intensidade (TIAI); e iii) Grupo controle (GC). Dados foram coletados em três momentos: valores de base (T1), após treinamento em esteira durante oito semanas (T2) e após quatro semanas de interrupção do exercício físico (T3). Foi realizada uma GEE com distribuição Gamma para verificar o efeito do Grupo e do tempo sobre uma medida contínua da área e do peso do tecido adiposo perilombar. Observou-se efeito significativo do grupo ($W:165,7$, $GL:2$, $p \leq 0,001$) e do tempo ($W:8,16$, $GL:2$, $p \leq 0,01$). A análise dos efeitos univariados mostrou que o TIAI possui valores médios menores quando comparado ao GC ($1,94 \pm 0,73g$ vs $3,38 \pm 0,10g$), respectivamente. O mesmo aconteceu entre ECIM e GC, tendo o ECIM valores médios menores ($2,13 \pm 0,76g$ vs $3,38 \pm 0,10g$). Além disso foi observada diferença entre momentos 1 e 2 ($2,25 \pm 0,05g$ vs $2,51 \pm 0,11$) e 1 e 3 ($2,25 \pm 0,05g$ vs $2,47 \pm 0,13g$) independente do grupo. Nossos achados demonstraram efeitos positivos de ambas intervenções (TIAI e ECIM) no controle da massa do tecido adiposo perilombar de ratos adultos após 4 semanas de interrupção de exercício. Foi observado que o método utilizado para determinação da área do adipócito apresentou valores maiores em T1 comparados a T3, o que poderia sugerir hipertrofia das células do tecido adiposo perilombar.

Palavras-chave: Tecido adiposo; Adipogênese; Lipogênese.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre a frequência semanal da prática de musculação com composição corporal

AUTORES

Aline Alves da Luz
Diene da Silva Schlickmann
Munithele Moraes Eisenhardt
Patrícia Molz
Hildegard Hedwig Pohl
Sílvia Isabel Rech Franke

Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz, RS.

Associar a frequência semanal da prática de musculação com a composição corporal. Estudo transversal, realizado com praticantes de musculação de Santa Cruz do Sul/RS, de ambos os sexos e idade superior a 18 anos. Aplicou-se um questionário on-line, contendo questões sobre idade, sexo e frequência semanal da prática de musculação, que foi classificada em até 3 vezes na semana ou 4 ou mais vezes na semana. A composição corporal foi avaliada pelo peso corporal (kg), índice de massa corporal (IMC; peso dividido pela altura ao quadrado, kg/m), circunferências da cintura e quadril (cm), dobra cutânea abdominal (mm), percentual de gordura e peso muscular. Os dados foram analisados no programa SPSS, utilizando o teste t de Students e nível de significância de $p < 0,05$. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa UNISC (nº 5.121.729). Participaram do estudo 103 praticantes de musculação, com idade média de $37,39 \pm 14,32$ anos e prevalência do sexo feminino (62%). A maioria (68%) dos participantes praticava musculação 4 ou mais vezes na semana, que apresentaram significativamente maiores valores de dobras cutâneas do abdômen ($20,14 \pm 7,27$ cm vs $17,57 \pm 5,88$ cm; $p = 0,04$) e menores valores de peso corporal ($77,98 \pm 9,54$ kg vs $85,55 \pm 13,71$ kg; $p = 0,001$) e percentual da gordura ($19,95 \pm 7,04$ % vs $23,30 \pm 7,4$ %; $p = 0,03$), quando comparados com aqueles que praticavam musculação até 3 vezes na semana. Praticantes de musculação que se exercitavam 4 ou mais vezes por semana apresentaram maiores valores de dobras cutâneas do abdômen e menores de peso corporal e percentual da gordura.

Palavras-chave: Composição corporal; Academias de ginástica; Treinamento de força.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Tempo de TV como discriminador de hipertensão arterial sistólica em idosos quilombolas

AUTORES

Aline Costa da Cruz
Claudio Bispo de Almeida
Deyvis Nascimento Rodrigues
Andressa Pereira Costa
Luiz Humberto Rodrigues Souza
Ricardo Franklin de Freitas Mussi

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

Este estudo objetiva identificar a capacidade preditiva para hipertensão arterial sistólica (HAS) por meio do volume de tempo de TV (TTV) em quilombolas baianos. Trata-se de um estudo de base populacional, com amostra de 166 idosos residentes em comunidades quilombolas da microrregião de Guanambi, Bahia. O presente estudo foi aprovado pelo CEP/UNEB sob parecer nº 1.386.019/2016. Os dados foram obtidos por entrevista face a face e aferição da pressão arterial duas vezes por meio de tensiômetro, antes e após as entrevistas. O TTV considerado excessivo foi ≥ 3 horas, e a presença de HAS foi obtida por aferição da pressão arterial sistólica ≥ 130 mmHg ou aqueles que nas entrevistas relataram se encontrar em tratamento farmacológico utilizando anti-hipertensivo. As análises foram realizadas por meio de Curvas ROC. As prevalências de idosos com elevado TTV e HAS foram 76,7% e 84,6%, respectivamente. Os resultados mostraram que a área sob a curva ROC foi igual a 0,522, com sensibilidade de 64,86 e especificidade de 50,0. Conclui-se que, para os idosos residentes em comunidades remanescentes de quilombos da Microrregião de Guanambi, o volume de TTV apresentou limitações na capacidade preditiva para HAS.

Palavras-chave: Grupos com ancestrais do continente africano; Saúde das minorias étnicas; Curva ROC; Curva ROC; Dislipidemias.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS

Status de peso em iniciantes de treinamento resistido



AUTORES

Aline Lima Guedes
Claudio Bispo de Almeida
Emile Rodrigues Santos
Marisa Brito Porto
Paulo Ricardo Souza Boto
Mateus Carmo Santos

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

O excesso de peso é apresentado por grande parte da população mundial, segundo a Organização Mundial de Saúde. É percebido como um problema de saúde pública que pode ter inúmeras consequências físicas, psicológicas e sociais e está ligado a um grande número de doenças não transmissíveis. O objetivo deste presente estudo é saber qual é o status de peso de iniciantes com peso adequado e excesso de peso. Trata-se de um estudo transversal com praticantes de treinamento resistido do projeto de extensão intitulado Centro de Orientação em Atividade física e saúde da Universidade do Estado da Bahia. A participação nesse projeto e por meio de inscrição aberto a comunidade interna e externa da universidade. Ao ser selecionado o participante passa por uma triagem de saúde e por uma avaliação cineantropometria. Foram mensurados estatura e massa corporal. A amostra apresentou 97 participantes, sendo 64 (66%) mulheres, com idade média de $29,1 \pm 11,0$ anos. Dados do índice de massa corporal revelaram que 11 (14,4%) participantes estavam com excesso de peso ($\geq 25,0 \text{ kg/m}^2$). Conclui-se que, boa parte que recorre ao treinamento resistidos são pessoas com sobrepeso corporal pois treinamento de resistência tem um impacto duplo na taxa metabólica de uma pessoa porque aumenta o uso de energia durante a sessão de exercícios aeróbico, acelerando assim a perda de peso.

Palavras-chave: Índice de massa corporal; Treinamento resistido; Perda de peso.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Exercício físico modula a diversidade da microbiota intestinal e a inflamação em uma mulher com sequelas de COVID-19: Estudo de caso

AUTORES

Alisson Padilha de Lima
Larissa Tavares
Marilda Moraes da Costa
Carolina Ferreira Nicoletti
Fabiana Braga Benatti

Faculdade de Educação Física, Faculdade IELUSC,
Joinville, SC.

O exercício físico como intervenção não farmacológica tem importante função na modulação da microbiota intestinal, especialmente por seus potenciais efeitos anti-inflamatórios, o que poderia ser benéfico para pacientes com sequelas de COVID-19. Avaliar os efeitos de um programa de exercício físico supervisionado na diversidade da microbiota intestinal e marcadores inflamatórios de uma mulher com sequelas da COVID-19. O caso clínico é de uma mulher (56 anos), com sequelas decorrentes da infecção de COVID-19 (diminuição acentuada de força, massa muscular, fraqueza e cefaleia). Três meses após a data inicial da infecção, iniciou-se a intervenção com um programa de exercício físico (aeróbico e força; 3x/sem, por seis meses). Realizou-se avaliação sanguínea e de fezes em três tempos: Baseline (PRÉ), três meses (PÓS3) e completados seis meses de treinamento (PÓS6). A participante teve boa aderência de treinamento (85,8%), era casada, branca, com nível de escolaridade elevado, e com diagnóstico de hipotireoidismo (administra Puran 100). O número de espécies bacterianas diminuiu do PRÉ para o PÓS3 (Δ : -50,5%), mas aumentou do PRÉ para o PÓS6 (Δ : +38,2%). O índice de diversidade Shannon-Weiner diminuiu do PRÉ para o PÓS3 e PÓS6 (Δ : -22,1%), sem efeito do treinamento. Proteína C reativa e Fator de necrose tumoral alfa (TNF α) diminuíram do PRÉ para o PÓS3 (Δ : -56,6%; -17,5%, respectivamente) e do PRÉ para o PÓS6 (Δ : -122,2%; -37,0%, respectivamente). Um programa de exercício físico supervisionado, por seis meses, modulou parcialmente a microbiota intestinal e melhorou os marcadores inflamatórios de uma mulher com sequelas de COVID-19. OBSERVAÇÃO: Prezados, assim como já enviei por email e não obtive resposta, este é um estudo do tipo de caso, avaliativo e com três tempos de avaliação. Além disso, se torna inviável e não é o objetivo do trabalho ter uma participante controle, e ainda temos a questão espaço dos resumos que se limita a 250 palavras, portanto não temos como realizar nenhum tipo de alteração sugerida nessa última correção.

Palavras-chave: Exercício Físico; Saúde da mulher; SARS-CoV-2.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito do treinamento combinado em desfechos cardiovasculares e antropométricos em participantes de um programa de prevenção e reabilitação cardiorrespiratória

AUTORES

Allana Andrade Souza
Juliana Pinto da Silveira
Marcelo Baggio do Amaral
Eduardo Braghini Johann
Mabel Diesel
Aline Mendes Gerage

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Verificar o efeito do treinamento combinado em desfechos cardiovasculares e antropométricos em participantes de um programa de prevenção e reabilitação cardiorrespiratória. 26 participantes (68 ± 7 anos), de ambos sexos (11 mulheres), de um programa de reabilitação cardiorrespiratória realizaram exercícios combinados 2 vezes/semana, durante 11 semanas. As sessões de exercícios foram estruturadas da seguinte forma: exercício aeróbico (25 minutos) e exercícios de força (30 minutos), com intensidade controlada de acordo com a percepção subjetiva de esforço, a partir da escala de avaliação da percepção de esforço. A pressão arterial (PA) sistólica, diastólica e frequência cardíaca (FC) foi avaliada pelo método oscilométrico (Omron, HEM-742). Ademais, foram mensurados e calculados massa corporal, estatura, índice de massa corporal (IMC), circunferência de cintura (CC) e circunferência de quadril (CQ). Na análise, foi utilizado o Teste T de amostras pareadas, com $p < 0,05$. Não foi observada diferença significativa na PA sistólica (121 ± 11 vs 119 ± 12 ; $p = 0,529$) e na PA diastólica (68 ± 8 vs 67 ± 8 ; $p = 0,342$), enquanto que na FC houve uma redução após o período de treinamento (125 ± 40 vs 75 ± 16 ; $p < 0,001$). Nas variáveis antropométricas, foi observada uma redução para a massa corporal ($p = 0,016$), IMC ($p = 0,011$), CC ($p = 0,001$) e CQ ($p = 0,006$). Apesar de não ser observado redução na PA, conclui-se que um programa de treinamento combinado de 11 semanas foi capaz de reduzir a FC e as medidas antropométricas dos participantes com fatores de risco cardiovascular.

Palavras-chave: Exercício físico; Pressão arterial; Avaliação antropométrica.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Mudanças no padrão de movimento ao longo do dia na a gestação e dois anos após o parto em uma coorte brasileira

AUTORES

Andrea Wendt
Rafaela Costa Martins
Adriana Fk Machado
Luiza Ic Ricardo
Shana G Silva
Bruna Gc Silva

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, Brasil.

Descrever a atividade física (AF), tempo de sono (TS) e padrão de movimento nas 24 horas do dia durante o segundo trimestre da gestação e dois anos após o parto. Foram utilizados dados das mães dos participantes da coorte de nascimentos de 2015 (Pelotas, Brasil). Os desfechos avaliados foram atividade física total, (AFT) expressa em mg, atividade física leve (AFL), atividade física moderada à vigorosa (MVPA) e TS, expressos em minutos e mensurados por acelerômetros GT3X+ da marca Actigraph utilizados no punho. Para todas as variáveis foram analisadas as médias semanais, assim como a curva diária (média de aceleração por hora). Foram incluídas 1.293 mulheres. A média de AFT aumentou de 28.1mg na gestação para 33.1mg dois anos após o parto ($p < 0,001$). Padrão similar foi encontrado para AFL (aumento de 149min para 177min, $p < 0,001$) e AFMV (aumento de 96min para 122min, $p < 0,001$). O TS diminuiu de 466min para 452min no período avaliado ($p < 0,001$). Quanto à curva de movimento nas 24 horas avaliadas, houve aumento nas médias de aceleração por hora, porém o padrão se manteve, com dois picos de movimentação (às 11h e às 18h). Conclusões: O presente estudo identificou aumento nos níveis de AF e diminuição no TS entre a gestação e dois anos após o parto. Estratégias com foco na saúde do sono de mulheres com filhos pequenos são necessárias, incentivando e estabelecendo a construção de redes de apoio familiar e comunitário a fim de diminuir o déficit no tempo de sono dessas mães.

Palavras-chave: Exercício físico; Qualidade do sono; Coorte de nascimento; Ritmo circadiano.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comportamento das barreiras percebidas à prática de atividade física em um programa de treinamento multicomponente em adultos e idosos após infecção por COVID-19: Um ensaio clínico randomizado

AUTORES

Antonio Cleilson Nobre Bandeira
João Batista de Oliveira Junior
Marina Isolde Constantini
Maria Eduarda de Moraes Sirydakís
Aline Mendes Gerage
Rodrigo Sudatti Delevatti

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Analisar o comportamento das barreiras percebidas à prática de atividade física durante um programa de treinamento multicomponente em adultos e idosos pós infecção por COVID-19. Trata-se de dados secundários de um ensaio clínico randomizado. Foram coletadas informações sobre barreiras percebidas à prática de atividade física, nos períodos pré, durante e final da intervenção. Os participantes foram alocados no grupo intervenção e grupo controle. O GI participou de um programa de treinamento multicomponente (aeróbico, força e equilíbrio dinâmico) e o GC recebeu aconselhamento para atividade física através do Guia de Atividade Física para População Brasileira. As diferenças de barreiras entre os grupos e ao longo do tempo foi analisada a partir da Equação de Estimativa Generalizada, α : 0,05. Participaram 40 indivíduos (GI: 21, GC: 19; 52,0 \pm 12,8 anos, sendo 52% homens). Identificou-se alta frequência de barreiras percebidas pré intervenção, as barreiras mais citadas pelos dois grupos pré intervenção foram “Preguiça, cansaço ou desânimo”, “Dores, lesões ou incapacidade” e “Falta de motivação”. Observou-se diferença significativa ao longo do tempo nas barreiras “Preguiça, cansaço ou desânimo” e “Por causa da epidemia de coronavírus”. A soma das barreiras, reduziu ao longo do tempo em ambos grupos (GI: 3,1 \pm 0,5 - 2,0 \pm 0,4 vs GC: 3,3 \pm 0,6 - 1,0 \pm 0,4) ao final da intervenção. As barreiras podem ser minimizadas ao longo de um programa multicomponente, assim como por aconselhamento para atividade física. Ainda, barreiras relacionadas a COVID-19 podem ser um fator a ser considerado pelos profissionais de saúde.

Palavras-chave: Atividade Física; Barreiras; Síndrome pós-COVID-19; Exercício.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Influência da ordem de execução dos exercícios aeróbico e de força nas respostas de carga interna e externa em indivíduos com fatores de risco cardiometabólico

AUTORES

Carlos Augusto de Sousa

Mabel Diesel

Líon Bogo Silva

Cíntia de La Rocha Freitas

Aline Mendes Gerage

Rodrigo Sudatti Delevatti

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Analisar a influência da ordem de execução dos exercícios aeróbico e de força na carga interna (CI) e externa (CE) em indivíduos com fatores de risco cardiometabólico. Participantes foram randomizados em duas ordens para treinamento combinado (TC): grupo Aeróbico + Força (GAF) e grupo Força + Aeróbico (GFA). O TC, composto de familiarização e dois mesociclos (M1 e M2) de cinco semanas cada, teve frequência de duas sessões semanais. A parte aeróbia (20 minutos) foi intervalada e teve controle de intensidade através da percepção subjetiva de esforço-PSE (Borg: 6 a 20), e a de força (quatro exercícios multiarticulares) composta de duas séries de 10 a 15 repetições (M1) e oito a 12 repetições (M2). Para avaliar a CI foi utilizada a escala PSE adaptada (Borg 0 a 10) e para CE foram utilizadas a velocidade média e o produto das repetições pela quilagem. Participaram 24 indivíduos ($69,50 \pm 7,80$ anos, 10 mulheres), divididos em GAF ($n = 10$) e GFA ($n = 14$), apresentando similar aderência (GAF: $62,22 \pm 0,13\%$; GFA: $72,44 \pm 0,16\%$; $p = 0,114$). Verificaram-se aumentos para CE na velocidade média (GAF: $0,25$ km/h; GFA: $0,43$ km/h; $p = 0,012$), no exercício agachamento (GAF: 67 kg; GFA: 43 kg; $p < 0,001$) e puxada (GAF: 31 kg; GFA: 32 kg; $p < 0,001$), bem como na CI (GAF: $0,81$; GFA: $0,42$; $p < 0,001$), sem diferença entre os grupos. A ordem parece não influenciar nas respostas de CI e CE em um programa de treinamento combinado para indivíduos com fatores de risco cardiometabólico.

Palavras-chave: Treinamento físico; Doenças cardiometabólicas; Envelhecimento.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito da ordem de execução do exercício combinado na resposta glicêmica aguda em mulheres na pós-menopausa com *diabetes mellitus* tipo 2: um estudo piloto

AUTORES

Caroline Pereira Garcês
Juliana Cristina Silva
Tássia Magnabosco Sisoneto
Nadia Carla Cheik
Guilherme Morais Puga

Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia,
MG.

Avaliar o efeito da ordem de execução de uma sessão de exercício combinado na glicemia durante e após o exercício em mulheres na pós-menopausa com Diabetes tipo 2 (DM2). Ensaio clínico, cruzado e randomizado com 10 mulheres pós-menopausadas com DM2 ($62 \pm 5,5$ anos, HbA1c $6,7 \pm 0,4$ %, $11,6 \pm 6,2$ anos na menopausa) que realizaram três condições experimentais: (I) 30 minutos de exercício aeróbico (50 a 60% da frequência cardíaca de reserva) seguido de 30 minutos de exercício resistido (3 séries de 8-12 repetições) (AR); (II) Exercício resistido seguido de exercício aeróbico (RA); (III) Sessão em repouso (CON). As sessões começaram 30 minutos após café da manhã padronizado. A glicemia capilar foi avaliada nos momentos pré, meio e imediatamente no fim do exercício e durante uma hora após o exercício. Para a análise estatística foi utilizado ANOVA TWO-WAY e a área incremental sob a curva (iAUC) foi calculada (GraphPad Prism 8.0.2; SPSS 23.0), $p < 0,05$. Após 30 minutos de exercício houve maior redução na glicemia no grupo AR ($p < 0,05$). A ordem AR mostrou uma iAUC menor em comparação com RA e CON durante o exercício ($p < 0,05$). Pós-exercício todas as sessões experimentais reduziram a glicemia ($p < 0,05$) em relação ao momento pré, sem diferença entre as condições ($p > 0,05$). Maior redução da glicemia durante o exercício foi observada na sessão AR, entretanto sem diferença no período pós-exercício.

Palavras-chave: Treinamento de força; Exercício aeróbico; Diabetes tipo 2.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre estado nutricional e o nível de coordenação motora em crianças e adolescentes

AUTORES

Cássio Henrique Correia de Moura
Douglas Eduardo Ferreira Maia
Nayara de Souza Oliveira
Eduardo Magalhães Souto Maior
Tony Meireles dos Santos
Rafael dos Santos Henrique

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

O presente estudo teve como objetivo verificar a associação existente entre estado nutricional e nível de coordenação motora grossa de crianças e adolescentes. **PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS:** A amostra foi composta por 1015 crianças, com idade entre 5 e 15 anos, matriculadas na rede municipal de ensino de Lagoa do Carro - Pernambuco. Massa e estatura foram medidos e serviram como base para o cálculo do índice de massa corporal calculado (kg/m²). O estado nutricional foi identificado de acordo com os pontos de corte para eutrofia, sobrepeso e obesidade da International Obesity Task Force. Aqueles identificados com sobrepeso e obesidade foram agrupados e denominados com excesso de peso. A coordenação motora grossa foi avaliada com o Körperkoordinations test Für Kinder, e níveis de insuficiência coordenativa à coordenação motora superior foram identificados com base em pontos de corte estabelecidos para idade e sexo. A associação entre estado nutricional e os níveis de coordenação motora foi verificada pelo teste de Qui-quadrado. Houve associação inversa entre a classificação do estado nutricional e o nível de coordenação motora ($X^2 = 66,404$; $p < 0,001$), mostrando que a proporção de indivíduos com excesso de peso classificados em piores níveis de coordenação motora é maior do que os a quantidade de eutróficos. Nossos resultados permitem concluir que a chance de ser classificado em piores níveis de coordenação motora é maior entre os jovens com excesso de peso. Ações de combate à obesidade infantil são recomendadas para minimizar os prejuízos associados ao desempenho coordenativo de crianças e adolescentes.

Palavras-chave: Estado nutricional; Coordenação motora; Crianças; Adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Independent, stratified, and joint associations of sedentary time and physical activity with cardiovascular disease: a systematic review

AUTHORS

Charles Phillippe de Lucena Alves
Otávio Amaral de Andrade Leão
Felipe Mendes Delpino
Gregore Iven Mielke
Eduardo Caldas Costa
Inácio Crochemore-silva

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

Objective: to systematically review the literature on the independent, stratified, and joint associations of sedentary time (ST) and physical activity (PA) with cardiovascular disease (CVD) in adults. **Methods:** We searched in four databases for prospective cohorts examining the independent, stratified, or joint associations of ST and PA with CVD outcomes in adults. Independent associations were defined as analyses mutually adjusted for PA and ST. Stratified associations were considered when there was a reference group in each stratum, and joint associations were defined by a single reference group for all other combined categories of ST and PA levels. **Results:** Out of 45 articles included, 71% investigated the independent association of ST or PA with CVD outcomes, while 29% presented a joint or stratified approach. Eleven studies used ST as a dichotomous variable, and the rest used tertiles or quartiles. Seven studies modeled PA as a continuous variable, while eleven studies categorized it. Most studies relied on self-reported measures for ST and PA, and CVD mortality was the focus of over half of the studies. Finally, ST was positively associated with CVD outcomes, while PA was inversely associated with CVD outcomes. For stratified and joint associations, it appears that PA has a mitigating effect on the deleterious impact of high ST, although it does not eliminate it. **Conclusions:** This article suggests directions for future research in terms of methods and interpretation of independent, stratified, and joint associations of ST and PA with CVD outcomes to avoid conflicting public health messages.

Keywords: Physical Activity; Cardiovascular disease; Sedentary behavior; Exercise; Stroke.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Tendência secular positiva do excesso de peso corporal em adolescentes: estudo comparativo entre 2007 e 2017/18

AUTORES

Clair Costa Miranda
Fernanda Ulsula de Souza
Isadora Gonzaga
Luiz Rodrigo Augustemak de Lima
André de Araújo Pinto
Andreia Pelegrini

Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Identificar mudanças na prevalência de excesso de peso em adolescentes no período de uma década, e verificar a associação com o nível de atividade física, tempo de tela, força muscular e aptidão cardiorrespiratória. Foram conduzidos dois levantamentos transversais (2007 e 2017/18) em adolescentes (14 a 19 anos), de ambos os sexos, de Florianópolis/SC. O índice de massa corporal foi calculado a partir das medidas de massa corporal (kg) e estatura (m²). Aplicou-se um questionário contendo informações sobre sexo, nível econômico, maturação sexual, tempo de tela e atividade física. Testes motores foram usados para mensurar a aptidão cardiorrespiratória e força muscular. Empregou-se regressão logística, ajustando por nível econômico e maturação sexual. Observou-se tendência secular positiva do excesso de peso (sobrepeso/obesidade) nos adolescentes de 2017/18 (16,5%; IC95% = 14,2-18,8) em comparação aos de 2007 (11,1%; IC95% = 8,4-13,6). Os meninos de 2017/18 que permaneciam acima de 4h/dia em frente a tela e com aptidão cardiorrespiratória inadequada tinham, respectivamente, 1,96 (IC95% = 1,14-3,36) e 3,03 (IC95% = 1,25-7,38) vezes mais chances de excesso de peso em relação aos de 2007. Meninos e meninas com força muscular inadequada apresentaram 1,77 (IC95% = 1,09-2,88) e 1,74 (IC95% = 1,09-2,77) vezes mais chances de excesso de peso em comparação aos de 2007. Ainda, meninos e meninas de 2017/18, com aptidão cardiorrespiratória adequada apresentaram, respectivamente, 64% (IC95% = 0,17-0,77) e 90% (IC95% = 0,01-0,80) menos chances de excesso de peso do que os de 2007. Após uma década de observação ocorreu tendência secular positiva no excesso de peso nos adolescentes, associado à força muscular, aptidão cardiorrespiratória e tempo de tela.

Palavras-chave: Adolescentes; Aptidão física; Comportamento sedentário; Tendência secular; Obesidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Tempo de TV como discriminador de síndrome metabólica em quilombolas

AUTORES

Claudio Bispo de Almeida
Ricardo Franklin de Freitas Mussi
Suzi Silva Santana
Clayton Rocha Dourado
Berta Leni Costa Cardoso
Deyvis Nascimento Rodrigues

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

Os comportamentos sedentários, dentre eles o tempo de TV (TTV) um dos mais comuns, podem ser considerados um fator de risco à saúde quando realizado por longos períodos, sobretudo provocando alterações metabólicas, dentre elas a síndrome metabólica (SM). Neste sentido, objetiva-se identificar a capacidade preditiva para SM por meio do TTV em quilombolas. Trata-se de um estudo de base populacional, com amostra de 850 (18 a 59 anos, n = 684; e ≥60 anos, n = 166) residentes em comunidades quilombolas da microrregião de Guanambi, Bahia. Aprovação ética do CEP/UNEB, parecer nº 1.386.019/2016. Os dados foram coletados por: entrevista face a face; coleta sanguínea; aferições da circunferência de cintura (CC) e das pressões arterial sistólica e diastólica. A SM foi determinada pela simultaneidade de ao menos três destes fatores: triglicérides aumentado quando ≥150 mg/dL; glicemia em jejum aumentada quando ≥100 mg/dL; HDL diminuído quando < 40mg/dL (masculino) ou < 50 mg/dL (mulher); pressão arterial aumentada para valores sistólico ≥130 mmHg e/ou diastólico ≥85 mmHg - ou uso de medicamentos para tratamento específico destes fatores; CC elevada em > 90 cm para homens e > 80 cm para mulheres. A amostra apresentou: prevalência de SM = 25,8%; mediana de 45,0 anos de idade; prevaleceram mulheres (61,2%, IC95%: 57,9:64,5); e, média de TTV = 10,68 horas/dia (± 10,24). As análises foram realizadas por meio de Curvas ROC. Os resultados mostraram a área sob a curva ROC igual a 0,525 com sensibilidade de 70,11 e especificidade de 39,61. Conclui-se que, para a amostra avaliada, o TTV apresentou capacidade preditiva para SM.

Palavras-chave: Grupos com ancestrais do continente africano; Saúde das minorias étnicas; Curva ROC; Síndrome metabólica; Comportamento sedentário.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Tempo de TV como discriminador de triglicérides elevada em idosos quilombolas

AUTORES

Clayton Rocha Dourado
Claudio Bispo de Almeida
Ricardo Franklin de Freitas Mussi
Berta Leni Costa Cardoso
Marijunio Rocha Pires
Deyvis Nascimento Rodrigues

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

Este estudo objetiva identificar a capacidade preditiva para triglicérides elevados por meio do volume de tempo de TV (TTV) em quilombolas baianos. Trata-se de um estudo de base populacional, com amostra de 166 idosos, ambos os sexos, com idade maior ou igual a 60 anos, residentes em comunidades quilombolas da microrregião de Guanambi, Bahia. O presente estudo foi aprovado pelo CEP/UNEB sob parecer nº 1.386.019/2016. Os dados foram obtidos por meio de entrevista face a face e coleta sanguínea. A elevação de triglicérides foi considerada por valores superiores a 150 mg/dL circulantes, ou pela resposta positiva para tratamento farmacológico terapêutico do descontrole desta variável. Enquanto que o TTV foi coletado por meio da entrevista face a face (tempo gasto assistindo televisão em horas por dia). As análises foram realizadas por meio de Curvas ROC. Os resultados mostraram que: o TTV prevaleceu em 76,7% dos idosos; a área sob a curva ROC foi igual a 0,513 com sensibilidade de 81,58. Conclui-se que para os idosos residentes em comunidades remanescentes de quilombos da Microrregião de Guanambi o TTV apresentou capacidade preditiva para elevação de triglicérides.

Palavras-chave: Grupos com ancestrais do continente africano; Saúde das Minorias Étnicas; Curva ROC; Dislipidemias; Triglicérides.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação entre indicadores de distúrbios do sono e parâmetros cardiovasculares em policiais militares do estado de São Paulo

AUTORES

Delso Honório da Silva Junior
Gustavo Oliveira da Silva
Adão Luiz do Monte
José Roberto de Moura
Hélcio Kanegusuku
Raphael Mendes Ritti-dias
Ivani Credidio Trombetta
Marília de Almeida Correia

Universidade Nove de Julho, São Paulo, SP.

O objetivo deste estudo foi avaliar a relação entre indicadores de distúrbios do sono com parâmetros cardiovasculares em policiais militares (PMs). Neste estudo transversal participaram 26 PMs homens (39 ± 7 anos; $28.8 \pm 4,2$ kg/m²). Os indicadores de distúrbios do sono (frequência cardíaca durante o sono, duração e total de ronco, saturação de oxigênio e total de eventos apneia/hipopneia) foram estimados através da Polissonografia. Parâmetros cardiovasculares foram: pressão arterial, variabilidade da frequência cardíaca (VFC) e função vascular (FV). Correlação de Spearman foi utilizada para verificar a relação entre as variáveis. Foi observada correlação entre o total de eventos apneicos e VFC no SDNN ($\rho = -0,513$; $p = 0,042$) e VFC no PoincareSD2 ($\rho = -0,513$; $p = 0,042$). A dessaturação total e o percentual de ronco apresentaram correlação com a FV na área sob a curva da tensão de cisalhamento ($\rho = 0,900$; $p = 0,037$). A duração do ronco apresentou relação com a pressão arterial sistólica ($\rho = -0,520$; $p = 0,039$) e fluxo sanguíneo ($\rho = 0,900$; $p = 0,037$). O total de ronco foi correlacionado com a FV na tensão de cisalhamento negativa em repouso ($\rho = 0,900$; $p = 0,037$). A frequência cardíaca máxima do sono apresentou correlação com a FV na vasodilatação mediada pelo fluxo ($\rho = 0,900$; $p = 0,037$). Em conclusão, indicadores de distúrbios do sono estão relacionados a pressão arterial sistólica e indicadores de VFC e FV em PMs.

Palavras-chave: Apneia obstrutiva do sono; Estresse ocupacional; Função vascular.

Apoio: Agradeço a minha orientadora Dra. Marília de Almeida Correia, e a Dra. Ivani Credidio Trombetta. A Universidade Nove de Julho e ao Programa de pós-graduação em medicina, por ceder a bolsa de estudo na modalidade "Mestrado". Aos integrantes do grupo Gepicardio (Grupo de Estudo e Pesquisa em Intervenções Clínicas nas doenças Cardiovasculares) em que faço parte, em especial ao Co-orientador Helcio Kanegusuku, ao membro do grupo e aluno de doutorado Gustavo Oliveira da Silva que contribuiu de forma positiva na elaboração do trabalho. Agradeço a Escola de Educação Física da Polícia Militar por contribuir para a realização do estudo, e aos colaboradores voluntários da pesquisa. Agradeço a CAPES (Coordenação Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior-88887.686722/2022-00) e ao Programa Suporte a Pós-Graduação Instituição de Ensino Particulares (PROSUP) e Universidade Nove de Julho por todo apoio financeiro.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Tempo sentado como discriminador de circunferência de cintura elevada em homens quilombolas

AUTORES

Edivalda Domingues da Silva Lopes
Claudio Bispo de Almeida
Ricardo Franklin de Freitas Mussi
Suzi Silva Santana
Deyvis Nascimento Rodrigues

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

Este estudo objetiva identificar a capacidade preditiva para circunferência de cintura (CC) elevada por meio do volume de tempo sentado (TS) em quilombolas do sexo masculino. Trata-se de um estudo de base populacional, com amostra de 330 homens residentes em comunidades quilombolas da microrregião de Guanambi, Bahia. Este estudo foi aprovado pelo CEP/UNEB sob parecer nº 1.386.019/2016. Os dados foram obtidos por meio de entrevista face a face e coleta de dados antropométricos. A caracterização do TS foi estabelecida pelo tempo gasto em atividades na posição sentada em horas por dia da semana. Considerou-se como elevado, valores de CC maiores que 90 cm. As análises foram realizadas por meio de Curvas ROC. Os resultados obtidos foram a área sob a curva ROC igual a 0,539 com sensibilidade de 46,60 e especificidade igual a 63,16. Neste sentido, conclui-se que os resultados demonstram uma sensibilidade baixa na detecção da obesidade abdominal, mas que podem ser utilizados para triagem para identificar participantes quilombolas do sexo masculino, da microrregião avaliada, com maiores chances de risco.

Palavras-chave: Grupos com ancestrais do continente africano; Saúde das Minorias Étnicas; Curva ROC; Circunferência de cintura; Comportamento sedentário.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos do exercício físico combinado na saúde mental e variáveis antropométricas em adultos com sobrepeso/obesidade

AUTORES

Eduarda Valim Pereira
Marcos Paulo Campos Assis
Maria Eduarda Westrup Apolinário
Tiffany Santana do Nascimento
Débora Carla Chong-silva
Joni Marcio de Farias

Universidade do Extremo Sul Catarinense -
UNESC

O objetivo do presente estudo foi avaliar os parâmetros antropométricos e de saúde mental em indivíduos obesos a partir de um treinamento resistido e aeróbio de forma combinada. Trata-se de um estudo intervencionista, não randomizado, realizado no município de Criciúma/SC. A amostra do estudo foi composta por adultos com idade média de 54+10,43, classificados com sobrepeso/obesidade (pelo IMC). Para avaliação das variáveis de saúde mental, foram utilizados os questionários de Inventário de Depressão e Ansiedade de BECK. Para avaliação antropométrica em percentual de gordura e massa magra foi utilizada Bioimpedância Elétrica. O modelo de treinamento foi combinado (30 min. resistido e 30 minutos de corrida/caminhada), a intervenção ocorreu 3 vezes por semana no complexo esportivo com academia de musculação e pista de atletismo. Para análise estatística foi utilizado pacote estatístico SPSS versão 22.0, adotando nível de significância para todas as análises de $p < 0,05$. Todas as variáveis foram avaliadas pela diferença das médias e desvio padrão nos períodos pré e pós intervenção. O resultado do percentual de gordura teve diminuição de 41,46+9,89 / 40,26+7,90 ($p < 0,39$), aumento da massa magra de 58,54+9,89 / 59,74+7,90 ($p < 0,39$), a variável de ansiedade também revelou redução 9,78+9,69 / 5,75+5,42 ($p < 0,16$), a depressão apontou melhoras significativas 9,44+7,23 / 4,50+4,00 ($p < 0,05$). É presumível que os aumentos dos níveis de atividade física corroborem para as modificações clínicas nos índices antropométricos e reduzam as condições clínicas em saúde mental, embora apenas a depressão tenha demonstrado diferença significativa demonstrando a importância e impacto do programa de exercício físico.

Palavras-chave: Exercício Físico; Obesidade; Ansiedade; Depressão.

Apoio: Apoio financeiro UNIEDU.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito de intervenção baseada em aplicativo de celular (pressão na boa) nos níveis de atividade física de adultos hipertensos

AUTORES

Eduardo Braghini Johann
Juliana da Silveira
Marcelo Baggio do Amaral
Cleilson Antonio Bandeira
Rodrigo Sudatti Delevatti
Raphael Ritti-dias
Breno Quintino Farah
Aline Mendes Gerage

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Avaliar o efeito de intervenção baseada em aplicativo de celular nos níveis de atividade física (AF) de adultos hipertensos. Trata-se de um ensaio clínico randomizado e controlado, conduzido com adultos hipertensos, medicados (57,9 ± 12,38 anos; 40,0% mulheres), alocados em dois grupos: grupo controle (GC: n = 13) e grupo aplicativo (GA: n = 12). O GC participou de uma palestra sobre as estratégias e a importância do tratamento da hipertensão. O GA foi instruído quanto à utilização do aplicativo Pressão na Boa, que apresenta ferramentas de educação em saúde, promoção e monitoramento da atividade física, além de alertas para medida da pressão arterial, da AF, e para o uso de medicamentos, durante oito semanas. A AF foi avaliada por acelerometria (Actigraph Pensacola, FL, USA), com os dados analisados em min/dia, ajustados por número de dias e tempo diário de uso. Não foram encontradas alterações significativas para as variáveis de comportamento sedentário (GA: Pré = 621,85 ± 95,94; Pós = 636,33 ± 90,23; GC: Pré = 626,71 ± 72,36; Pós = 601,53 ± 97,41; p > 0,05), AF leve (GA: Pré = 299,23 ± 106,83; Pós = 298,00 ± 104,72; GC: Pré = 311,49 ± 72,70; Pós = 337,96 ± 99,79; p > 0,05), e AF moderada-vigorosa (GA: Pré = 38,92 ± 55,43; Pós = 25,66 ± 31,06; GC: Pré = 21,80 ± 14,77; Pós = 20,51 ± 15,71; p > 0,05). Uma intervenção baseada em aplicativo de celular não promoveu mudanças nos níveis de AF de adultos hipertensos.

Palavras-chave: Saúde móvel; Doença crônica não transmissível; Estilo de vida.

Apoio: Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Estado de Santa Catarina (FAPESC).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos da música nas respostas cardiovasculares e percepção subjetiva de esforço em adultos submetidos ao exercício aeróbico: revisão sistemática com meta-análise

AUTORES

Émerson Barata Fragoso
Samuel Vargas Munhoz
Rodrigo Leal de Menezes
Gabriela Cristina dos Santos
Josianne Rodrigues Krause
Alvaro Reischak de Oliveira

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

A música é frequentemente utilizada durante a realização de exercícios de natureza aeróbica. Estudos apontam que a música é uma variável independente e interveniente importante para os efeitos nestes exercícios sobre parâmetros como: esforço percebido (PSE) frequência cardíaca (FC), pressão arterial [PA]. : Revisar a literatura acerca dos benefícios da audição de música durante o exercício aeróbico de intensidade moderada, comparado ao exercício sem música sobre as variáveis FC, PSE, PAS e PAD em adultos jovens e meia idade, a partir de ensaios clínicos. A revisão sistemática com meta-análise seguiu o protocolo PRISMA. Foi realizada uma busca nas bases de dados, revisão de títulos, resumos e textos completos e a extração dos dados por dois revisores independentes. A medida de efeito para desfechos contínuos foi a média padronizada, exceto para PSE que se utilizou medidas estandarizadas, com intervalo de confiança de 95%. Não foi observado diferença significativa sobre a FC entre os grupos experimentais e controles. A PSE não demonstrou diferença significativa quando avaliada por diferentes instrumentos, todavia a análise de sensibilidade demonstrou que músicas de andamento lento (< 120 bpm) promovem redução da PSE quando avaliadas por escala de Borg 6-20. A PAS demonstrou redução significativa durante a audição de música, enquanto a PAD não. A música pode exercer um papel importante na redução da percepção de esforço e na PAS durante o exercício aeróbico de intensidade moderada nesta população. **Palavras-chave:** música; exercício aeróbico; frequência cardíaca; pressão arterial.

Palavras-chave: Exercício aeróbico; Música; Frequência cardíaca; Percepção subjetiva de esforço; pressão arterial.

Apoio: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança da UFRGS (ESEFID/UFRGS), CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Capacidade respiratória de iniciantes em treinamento resistido

AUTORES

Emile Rodrigues Santos
Aline Lima Guedes
Paulo Ricardo Souza Boto
Lariza Milane Costa Matos
Luiz Humberto Rodrigues Souza
Mateus Carmo Santos

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

O teste de cooper é um teste que tem como objetivo avaliar a capacidade cardiorrespiratória através da análise da distância percorrida durante 12 minutos, em uma corrida ou caminhada. Este teste permite determinar o volume de oxigênio máximo, que corresponde a capacidade máxima de captação, transporte e utilização de oxigênio durante o exercício físico. O resultado deve ser interpretado levando em consideração o resultado do VO_2 máx e fatores como composição corporal, quantidade de hemoglobina e volume sistólico máximo, que podem variar de homem para mulher. : O objetivo deste presente estudo, foi analisar e comparar a distância percorrida pelos praticantes de treinamento resistido do projeto de extensão intitulado como Centro de orientação em Atividade Física e Saúde, da Universidade do Estado da Bahia, através do teste de cooper. Trata-se de um estudo transversal com praticantes de treinamento resistido do projeto de extensão intitulado Centro de Orientação em Atividade física e saúde da Universidade do Estado da Bahia. A participação nesse projeto é por meio de inscrição aberta a comunidade interna e externa da universidade. O participante fez avaliação cineantropométrica e foi aplicado o teste de cooper. As médias foram comparadas por meio do teste t independente. Foram avaliados 97 participantes, sendo 64 (66%) mulheres, com idade média de $29,1 \pm 11,0$ anos. As distâncias médias alcançadas pelas mulheres foram 1395 ± 269 metros e pelos homens 1774 ± 450 metros ($p < 0,001$). De acordo com os dados apresentados, é possível concluir que os homens alcançaram a maior distância.

Palavras-chave: Capacidade respiratória; Composição corporal; Treinamento resistido.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Barreiras para a prática de atividade física dos participantes do centro de orientação em atividade física e saúde

AUTORES

Fábio Thomaz Melo
Cleiton Pereira dos Santos
Jairo da Silva Castro
Tarcísio Azevedo Lima
Aline Lima Guedes
Berta Leni Costa Cardoso

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

O presente estudo teve o objetivo de analisar as barreiras para a prática de AF indicadas pelos participantes do projeto de extensão COAFIS (Centro de Orientação em Atividade Física e Saúde), da UNEB Campus XII, localizada no município de Guanambi-Ba. Trata-se de uma pesquisa de campo com abordagem quantitativa e de natureza descritiva, CAAE 33553220.7.0000.0057 e parecer 5.080.654. Foi utilizado como instrumento para coleta de dados um questionário estruturado e os dados foram analisados e organizados através do Google Drive™. Um total de 51 indivíduos inscritos no COAFIS participaram da pesquisa, com idade entre 18 e 54 anos, de ambos os sexos. Os resultados evidenciaram fatores que são como barreiras para a prática regular de AF: falta de equipamento disponível, falta de conhecimento ou de orientação sobre AF, jornada de trabalho extensa, cansaço físico e falta de interesse. A percepção das barreiras destacadas pelos participantes contribui para o desenvolvimento de estratégias que diminuem os obstáculos existentes e promovem maior adesão à prática da AF.

Palavras-chave: Atividade Física; Barreiras; Projeto de extensão.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Parâmetros do sono de acordo com o risco para doença cardiovascular e a atividade física em idosos - um estudo transversal

AUTORES

Felipe Fank
Bruna da Silva Vieira Capanema
Maria Clara Trento
Gabriel de Aguiar Antunes
Ana Rafaela Rocha
Giovana Zarpellon Mazo

Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Analisar os parâmetros do sono em relação ao risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, considerando a relação cintura-quadril (RCQ) e a atividade física em idosos. Foram incluídos 58 idosos, com idade média de 71,6 anos. O sono foi avaliado por meio do Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh, da Escala de Sonolência Excessiva e do Índice de Severidade da Insônia. O risco para doenças cardiovasculares foi identificado por meio da RCQ; valores acima de 0,85 para mulheres e 1,0 para homens foram considerados como RCQ desfavorável. A atividade física foi avaliada por meio do Questionário Internacional de Atividade Física, adaptado para idosos. Idosos com RCQ desfavorável apresentaram pior qualidade subjetiva do sono, maior latência, pior qualidade geral do sono e maior sonolência em comparação com os idosos com RCQ favorável. Entre os idosos que eram ativos fisicamente, aqueles com RCQ favorável tiveram menor latência do sono e menos problemas de sono durante o dia. Por outro lado, os idosos insuficientemente ativos e com RCQ desfavorável apresentaram pior qualidade subjetiva do sono, menor duração do sono, maior sonolência e pior qualidade geral do sono em comparação com os idosos com RCQ favorável. Os resultados destacam a importância de um estilo de vida saudável, incluindo a prática regular de atividade física e a manutenção adequada da gordura corporal. Intervenções que visem melhorar tanto a atividade física quanto a RCQ podem ter benefícios significativos na saúde do sono e na prevenção de doenças cardiovasculares nessa população.

Palavras-chave: Atividade Física; Idosos; Qualidade do sono; Relação Cintura-Quadril; Risco cardiovascular.

Apoio: Os autores agradecem à Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC) e ao Centro de Ciências da Saúde e do Esporte (CEFID), à Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação de Santa Catarina (FAPESC), ao Programa de Bolsas Universitárias de Santa Catarina (UNIEDU), ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Reabilitação neurofuncional de membros superiores em pacientes com AVC crônico: um ensaio randomizado controlado

AUTHORS

Fellipe Bandeira Lima
Amanda Santos
Pedro Deprá
Walcir Ferreira-lima
Sílvia Silva-lima
Flávia Bandeira-lima
Inês Albuquerque Mesquita
João Paulo Vilas-boas
Ricardo Fernandes
Cláudia Silva

University of Porto, Portugal.

Background: Stroke leads to ~70-80% of patients presenting upper limbs dysfunction with huge implications on activities of daily living. **Objective:** To analyze the effect of an eight-week neurofunctional rehabilitation program in the upper limb's functional capacity of chronic stroke patients. **Methods:** A randomized controlled clinical trial with 15 chronic stroke patients with neuromotor dysfunction of the middle cerebral artery chronic stroke was conducted. The Fugl-Meyer Upper Extremity Assessment and the Wolf Motor Function Test were used to assess upper limbs motor impairment and set as sensory-motor impairment and speed and movement quality variables, respectively. The Modified Ashworth Scale was used to classify muscle resistance to passive movement. The Stroke-Specific Quality-of-Life Scale was used to assess the quality-of-life in stroke patients. The International Physical Activity Questionnaire evaluated the moderate-to-vigorous physical activity and sitting time. The eight-week neurofunctional rehabilitation program was based on motor function and quality-of-life scales were used in data collection. **Results:** The quality-of-life improved over time in control and intervention groups ($F_{2;42} = 5.658$; $p = 0.019$; $\eta^2 = 0.212$; Observed power = 0.694), no differences were found in sensory-motor impairment ($F_{3;63} = 0.328$; $p = 0.741$; $\eta^2 = 0.015$; Observed power = 0.101). Regarding the speed, differences were found for both groups over time ($p = 0.012$ vs 0.006 for CG and IG respectively). But only the intervention group showed improvement in movement quality (CG: $p = 0.0001$). **Conclusions:** The selected neurofunctional rehabilitation program was effective in improving upper limbs function, expressed by sensory-motor impairment, speed and movement quality. **Clinicaltrials.gov identifier** Retrospective Clinical Trial Registration: RBR-2hth8p Brazilian Registry of Clinical Trials (ReBEC) <http://www.ensaiosclinicos.gov.br/rg/RBR-2hth8p/>.

Keywords: Stroke; Upper extremity; Neurorehabilitation.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito de uma sessão de exercício aeróbico combinado com exercício resistido usando o peso corporal sobre a pressão arterial em indivíduos com hipertensão

AUTORES

Gabriel dos Santos Lemes
Lucas Betti Domingues
Vinicius Mallmann Schneider
Rodrigo Flores de Abreu
Leandro de Oliveira Carpes
Rodrigo Ferrari da Silva

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Avaliar o efeito de uma sessão de exercício aeróbico combinado com exercício resistido (EC) usando o peso corporal sobre a PA em indivíduos com hipertensão arterial. Homens e mulheres (50 - 80 anos) sedentários submetidos em ordem randomizada a uma sessão de EC e uma sessão controle (CON). A sessão de EC incluiu 5 exercícios resistidos com o peso corporal (2-4 séries; 10-15 repetições; PSE 4-5) seguidos de 30 minutos de caminhada ou corrida (PSE 5-6). A sessão controle foi realizada em repouso sentado com duração de 45 minutos. A PA foi avaliada antes (Pré-sessão) e após (Pós-sessão) em intervalos de 10 minutos por 60 minutos. O modelo de Equações de Estimativas Generalizadas foi usado para comparar os efeitos principais entre tempo e intervenção. Foram encontradas diferenças nos valores pré comparados aos valores após 1h para PAS na sessão EC (-6 mmHg; $P < 0,03$). Já na PAD não foram observadas alterações ($p = 0,69$). A sessão CON mostrou aumento entre pré e pós na PAS de 5,0 mmHg ($p = 0,04$) e PAD de 3,07 mmHg ($p = 0,03$). Não houve diferença nas magnitudes de alterações do momento pré para pós entre a sessão EC vs. CON para PAS ($p = 0,12$) e PAD ($p = 0,42$). Uma sessão de exercícios aeróbicos e resistidos combinados é eficaz para reduzir agudamente a PA em indivíduos com hipertensão.

Palavras-chave: Atividade Física; Envelhecimento; Treinamento concorrente; Sistema cardiovascular.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos de um programa de exercício físico remoto supervisionado sobre a capacidade funcional de indivíduos com *diabetes mellitus* tipo 2: dados preliminares do estudo RED

AUTORES

Giovana Silveira Machado
Samara Nickel Rodrigues
Mauricio Tatsch Ximenes Carvalho
Rodrigo Sudatti Delevatti
Cristine Lima Alberton

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

O objetivo do estudo foi analisar os efeitos de um programa de exercício físico supervisionado remotamente sobre a capacidade funcional de indivíduos com diabetes mellitus tipo 2. O estudo RED é um ensaio clínico randomizado (Clinical Trials: NCT05362071), com participantes alocados nos grupos Intervenção e Controle. O grupo Intervenção participou de um programa de 12 semanas de exercícios domiciliares com supervisão remota, enquanto o controle recebeu recomendações para a prática de atividade física. O programa de exercícios consistiu de treinamento combinado (exercícios de força e aeróbios), com frequência semanal de duas sessões nas primeiras seis semanas, e três sessões nas seis semanas restantes. A capacidade funcional foi medida a domicílio por avaliador cegado nos momentos baseline e após 12 semanas. Equações de Estimativas Generalizadas foram usadas para as análises, com testes post-hoc de Bonferroni ($\alpha = 5\%$). Os dados preliminares correspondem a vinte e cinco indivíduos de ambos os sexos ($58,08 \pm 9,79$ anos). Foram observadas interações significativas entre grupo e momento ($p < 0,05$) para os testes 30-s chair stand, Arm Curl, 2-min Step e TUG em velocidade habitual. O grupo intervenção apresentou respostas significativamente maiores comparadas ao Controle após as 12 semanas de intervenção (exceto TUG em velocidade habitual). Os testes TUG em velocidade máxima e Sentar e Alcançar não apresentaram interação significativa, assim como efeitos no tempo e grupo (todos $p > 0,05$). Concluímos que um programa de exercícios domiciliares supervisionado remotamente foi capaz de impactar positivamente a capacidade funcional de indivíduos com diabetes mellitus tipo 2.

Palavras-chave: *Diabetes mellitus* tipo 2; Exercício; Atividade Física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**
Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação entre nível de atividade física e capacidade funcional em pacientes com insuficiência venosa com ou sem úlceras

AUTORES

Gustavo Oliveira da Silva
Emely Kércia Brandão
Caroline Ferraz Simões
Marília de Almeida Correia
Raphael Mendes Ritti-dias
Wagner Jorge Ribeiro Domingues

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, AM.

O objetivo deste estudo foi avaliar a relação entre nível de atividade física e capacidade funcional em pacientes com insuficiência venosa e se essa relação é dependente de ter ou não úlceras. Trata-se de um estudo transversal que incluiu 51 pacientes com insuficiência venosa com ou sem úlceras (80% mulheres, $61,8 \pm 9,6$ anos, $32,8 \pm 6,8$ kg/m²). O nível de atividade física foi avaliado diretamente através de acelerômetro, e a capacidade funcional foi mensurada através dos testes Short Physical Performance Battery (SPPB), teste de quatro metros e do teste de caminhada de seis minutos (TC6). A Correlação de Pearson foi utilizada para analisar a relação entre o nível de atividade física e a capacidade funcional. Nos pacientes com úlceras ($n = 31$), observou-se uma correlação significativa entre o tempo em comportamento sedentário e o teste de quatro metros usual ($\rho = 0,484$; $p = 0,012$) e rápido ($\rho = 0,419$; $p = 0,033$). Além disso, houve também uma correlação significativa entre o tempo em atividade física moderada a vigorosa e o teste de quatro metros usual ($\rho = -0,535$; $p = 0,005$) e rápido ($\rho = -0,465$; $p = 0,017$), além do escore total do SPPB ($\rho = 0,533$; $p = 0,003$) e do TC6 ($\rho = 0,425$; $p = 0,030$). Não foram observadas correlações nos pacientes sem úlceras ($n = 20$). Em conclusão, maior tempo em comportamento sedentário e menor tempo em atividade física moderada a vigorosa estão associados a uma pior capacidade funcional apenas em pacientes com insuficiência venosa com úlceras.

Palavras-chave: Edema; Exercício físico; Severidade da doença.

Apoio: Fundação de Amparo a Pesquisa do Estado do Amazonas - FAPEAM (Processo #116/2022). Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES (Processo #88887.612368/2021-00).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito do método pilates solo nas variáveis neurofisiológica e morfológicas de obesas recuperadas da COVID-19

AUTORES

Gustavo Willames Pimentel Barros
Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho
José Cristiano Faustino dos Santos
Alex Felix dos Santos
Heleodório Honorato dos Santos

Universidade de Pernambuco, Recife, PE.

A COVID-19 é uma doença com caráter epidêmico com elevada taxa de mortalidade associada, tendo dentre outras consequências, a redução da capacidade de respiração e falta de ar. Para combater esta comorbidade, o método Pilates visa trabalhar força, respiração e flexibilidade, tendo o abdômen como centro de força, bem como é baseado nos princípios da concentração, controle, fluidez, precisão, respiração e integração. : avaliar o efeito do método Pilates após 36 sessões de treinamento, duas vezes por semana na capacidade respiratória, testes motores em pessoas obesas recuperadas da COVID-19. Participaram do estudo 54 sujeitos (18 a 60 anos), obesos (IMC: > 30), sem distúrbio de locomoção e com doenças pré-existentes controladas (diabetes e hipertensão); foram realocados em um grupo experimental: Grupo Pilates Solo com COVID-19 (GPS+COVID-19; n = 26) que realizaram, 2x/semana, 36 sessões do método Pilates, cujo treinamento foi dividido em duas fases: A (22 exercícios) e B (18 exercícios). Os dados foram analisados no SPSS (23.0), considerando $P \leq 0,05$. Foram observadas diferenças significantes nas variáveis da Capacidade Vital Forçada (CVF: $p = 0,001$), Volume Expiratório Forçada (VEF1: $p = 0,001$) e na relação do VEF1/CV%: $p < 0,001$ na comparação antes e após 36 sessões de exercício do GPS+COVID-19. Nos testes funcionais houve uma melhora significativa na flexibilidade ($p < 0,001$), equilíbrio ($p = 0,025$), agilidade ($p < 0,001$), capacidade cardiorrespiratória ($p = 0,002$) para o GPS+COVID-19. Os resultados mostraram que 36 sessões de Pilates tiveram efeito na recuperação da função pulmonar, da força muscular respiratória, assim como uma melhora na flexibilidade, equilíbrio, agilidade, força dos membros inferiores no GPS+COVID-19.

Palavras-chave: SARS-CoV-2; Técnicas de Exercício e de Movimento; Capacidade respiratória máxima.

Apoio: Serviço de Promoção de Saúde e Qualidade de Vida do Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Pernambuco.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre polifarmácia, atividade física e tempo sedentário em idosos: um estudo transversal

AUTORES

Isabela Karoliny Calixto de Souza

Yuri Alberto Freire

Francisco José Rosa-souza

Raissa de Melo Silva

Charles Phillippe de Lucena Alves

Eduardo Caldas Costa

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

O envelhecimento está associado ao aumento de doenças crônicas, o que implica no crescimento de uso de medicamentos. Contudo, ainda existem lacunas se a polifarmácia (+5 medicações) se associa com comportamento de movimento. : Investigamos a associação entre polifarmácia e medida objetiva de tempo sedentário (TS) Atividade física leve (AFL), Atividade física moderada-vigorosa (AFMV), passos diários e cadência de passos em pessoas idosas residentes na comunidade. Foram incluídos um total de 244 idosos ($65,8 \pm 4,9$ anos; 78,7% mulheres, $28,7\text{kg/m}^2$) sem doença cardiovascular conhecida. O TS AF leve, AF moderada-vigorosa, passos diários e cadência de passos foram mensurados por acelerômetro durante uma semana. Regressões lineares multivariadas foram utilizadas para identificar associações entre polifarmácia (exposição) e TS e AF (desfechos), ajustado por idade, sexo, índice de massa corporal, multimorbidade e aptidão física. Treze por cento da amostra ($n = 59$) foram classificados com polifarmácia. A polifarmácia não foi associada com TS ($\beta = -0,20$, IC 95%, $-0,74; 0,33$), AF leve ($\beta = 0,19$, IC 95%, $-0,32; 0,70$) e AFMV ($\beta = 5,86$, IC 95%, $-49,12; 60,85$). Ainda, a polifarmácia também não se associou aos passos/dia ($\beta = 286,87$, IC 95%, $-678,85; 1256,62$) e cadência de passos ($\beta = 3,24$, IC 95%, $-4,37; 10,86$). A polifarmácia não se associou a variáveis do comportamento de movimento em pessoas idosas sem doença cardiovascular.

Palavras-chave: Medicamentos; Exercício; Comportamento sedentário; Doenças crônicas; Envelhecimento.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Fatores associados à obesidade abdominal em adolescentes: uma perspectiva com base no modelo social-ecológico

AUTORES

Javiera Alarcón Aguilar
Maria Mylena Aguiar Lima
Carlos Moreno Moya
Carla Meneses Hardman
Daniel Rocha Queiroz
Mauro Virgílio Gomes de Barros

Universidade de Pernambuco, Recife, PE.

Na perspectiva de compreender fatores que podem estar associados à obesidade abdominal (OA), o Modelo Social Ecológico (MSE) propõe uma perspectiva holística para analisar múltiplas influências de fatores em diferentes níveis (Intrapessoal, Interpessoal, Organizacional, Comunitário e Político) com o fim de entender a interação indivíduo-ambiente; e desenvolver abordagens eficazes para melhorar comportamentos/desfechos de saúde. Identificar a partir dos estratos do MSE fatores associados à OA em adolescentes. Trata-se de um estudo epidemiológico de base escolar, realizado em 2.619 adolescentes de 14 a 19 anos (55,8% de moças), do ensino médio da rede pública estadual de Pernambuco. Os dados relacionados ao MSE foram obtidos por meio do Global School-based Student Health Survey. A OA foi avaliada através da classificação dos pontos de corte da circunferência da cintura segundo a idade e sexo. Foi utilizada a regressão logística binária adotando um $p < 0,05$. Observou-se uma associação entre variáveis do estrato intrapessoal (sexo); comunitário (espaço para aula de educação física(EF)) e político (turno da escola). Ser moças (62%; OR: 1,62; IC95% 1,27; 2,05), alunos que praticavam aulas de EF em espaços diferentes de quadra esportiva (36%; OR:1,36; IC95% 1,01; 1,82) e alunos matriculados em turno da noite (121%; OR:2,21; IC95% 1,05; 4,63), mostraram mais de chance de apresentar OA. A OA está associada a fatores de diferentes estratos do MSE. A compreensão dos fatores associados pode contribuir no desenvolvimento de ações e estratégias de detecção e prevenção da OA em adolescentes.

Palavras-chave: Obesidade abdominal; Circunferência abdominal; Adiposidade; Obesidade; Adolescentes.

Apoio: Apoio: CNPq, CAPES e FACEPE.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Pulsar: programa de reabilitação cardiovascular e metabólica

AUTORES

Jéssica Luana Dornelles da Costa

Éricles Casagrande

Carlos Leandro Tiggemann

Universidade do Vale do Taquari, Lajeado, RS.

Doenças cardiovasculares estão entre as principais causas de mortes do mundo, sendo relacionadas com comorbidades, como síndrome metabólica e sedentarismo. A reabilitação cardiovascular (RCV) baseada na atividade física regular é fundamental na prevenção e tratamento destas doenças. O objetivo deste estudo é descrever as características e rotina de um programa de RCV e metabólica, baseado no exercício físico, o PULSAR. Estudo descritivo, do tipo relato de experiência. O PULSAR é vinculado ao Laboratório de Fisiologia do Exercício da Universidade do Vale do Taquari-Univates, Lajeado - RS. A equipe é composta por profissionais e estagiários de Educação Física e médico cardiologista. Tem como principal objetivo promover a melhora da condição física, repercutindo no melhor prognóstico clínico e qualidade de vida de seus usuários. O programa atende indivíduos a partir da fase 2 da RCV, encaminhados por profissionais da saúde pública do município, e desde 2019 já se passaram 68 usuários pelo programa. A entrada se dá com anamnese, e posterior teste ergométrico com o médico cardiologista. Se não houver contra indicação, como a presença de angina instável, insuficiência cardíaca descompensada, ou outras doenças que podem ser agravadas pelo exercício físico, o mesmo dará continuidade às demais avaliações físicas. As sessões de treinamento acontecem duas vezes na semana, e sempre pré e pós, são aferidos alguns parâmetros fisiológicos de FC, PA, SatO₂% e glicemia. A sessão inclui treinamento aeróbio e exercícios de fortalecimento muscular, com prescrição individualizada e baseada nas evidências científicas. As reavaliações acontecem de forma trimestral, ou no momento de alta do serviço (máximo doze meses de permanência). Assim, pretende-se com o presente programa, aumentar o recrutamento de indivíduos que necessitem da RCV e metabólica, afim de proporcionar uma melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Reabilitação cardiovascular; Síndrome metabólica; Exercício físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito de um programa de treinamento combinado na capacidade funcional de idosos com risco cardiometabólico

AUTORES

Juliana Pinto da Silveira
Carlos Augusto de Sousa
Jackeline Correia
Líon Bogo Silva
Antônio Cleilson Nobre Bandeira
Aline Mendes Gerage

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Avaliar a capacidade funcional de adultos e idosos com fatores de risco cardiometabólicos participantes de um programa de prevenção e reabilitação cardiopulmonar. Adultos e idosos com fatores de risco cardiometabólico participantes de um projeto de extensão para a comunidade foram submetidos a 11 semanas de treinamento combinado com duas sessões de treino por semana (primeira semana de familiarização e dois mesociclos de cinco semanas). As sessões eram compostas por treino aeróbio intervalado (pista ou ergômetros) e resistido (quatro exercícios multiarticulares), com duração de 20 e 30 minutos, respectivamente, com progressão de intensidade no decorrer dos mesociclos, controlada pela mudança nas faixas de percepção de esforço (PSE-Borg 6-20). Para avaliar a capacidade funcional, foram realizados sete testes funcionais antes e após as 11 semanas. Foi aplicado o teste T de Student para amostras pareadas na comparação das médias. Participaram do estudo 24 adultos e idosos ($68,8 \pm 7,8$ anos; 14 homens). Foram observadas diferenças significativas para as variáveis de resistência muscular localizada (RML) (pré: $19,0 \pm 4,7$; pós: $21,3 \pm 5,8$; $p = 0,003$) e flexibilidade de membros superiores (pré: $-10,7 \pm 16,6$; pós: $-8,5 \pm 15,7$; $p = 0,001$). Para as demais variáveis, não foram identificadas diferenças estatisticamente significantes na comparação dos valores pré e pós 11 semanas de treinamento. Onze semanas de um programa de treinamento combinado foi capaz de aumentar a RML e flexibilidade de membros superiores e manter os demais parâmetros de capacidade funcional de adultos e idosos com fatores de risco cardiometabólico.

Palavras-chave: Exercício Físico; Doenças crônicas; Promoção da saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física e indicadores antropométricos de adultos residentes no Sudoeste da Bahia

AUTORES

Keilla Sousa Brandão
Jean Lucas Alves Caires
Marijunio Rocha Pires
Jean Sousa Almeida
Lázaro Silva Souza
Jeiza Márcia Alves Chagas

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

Identificar o nível de atividade física, estado nutricional e risco cardiovascular de adultos residentes no Sudoeste da Bahia. Estudo transversal, quantitativo, descritivo parte do projeto “Perfil epidemiológico das doenças crônicas no Sudoeste da Bahia” realizado de julho de 2017 a dezembro de 2019. Compuseram a amostra 135 adultos de ambos os sexos com idade entre 20 e 59 anos. Para classificação do nível de atividade física (NAF) foi utilizado o IPAQ versão curta. O estado nutricional foi avaliado pelo índice de massa corporal (IMC) enquanto o risco cardiovascular foi identificado pela circunferência da cintura (CC). Peso, altura e CC foram aferidos pelos pesquisadores. Os dados foram analisados no SPSS versão 25.0 para frequências e porcentagens. O projeto foi aprovado pelo CEP da FSVC com parecer n. 1.859.545 e CAAE 44876215.8.0000.5578. Da amostra, 74,8% eram do sexo feminino, 45,9% casados, 31,1% na faixa etária de 50 a 59 anos. A maioria da amostra (56,3%) foi classificada como “irregularmente ativo A” (indivíduos que atendem a um dos critérios: ou realizam 150 min/semanais ou se exercitam 5 vezes na semana). Quanto ao IMC, 42,2% estavam com o peso ideal, 23,7% sobrepeso, 11,9% abaixo do peso e 10,4% obesidade. A CC foi classificada como “faixa ideal” em 37,8%, “risco aumentado” em 24,4% e “risco muito aumentado” em 25,2%. A maioria se encontra irregularmente ativa e risco aumentado para doenças cardiovasculares. A inatividade física e acúmulo de gordura abdominal são fatores associados a doenças crônicas e precisam ser evitados.

Palavras-chave: Atividade física; Estado nutricional; Gordura abdominal.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Aplicativo de saúde móvel para hipertensos: uma proposta interdisciplinar de orientação nutricional e exercício físico

AUTORES

Layane Costa Saraiva
Izabelle Silva de Araujo
Alisson Amorim Siqueira
Wilkslam Alves de Araújo
Lis Maria Machado Ribeiro Bezerra
Ferdinando Oliveira Carvalho

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí, Parnaíba, PI.

Os aplicativos de saúde móvel são tecnologias de saúde amplamente empregadas na promoção e nos cuidados com a saúde, inclusive na prevenção e tratamento de doenças crônicas como a hipertensão. Dos aplicativos direcionados ao público hipertenso, muitos funcionam para registros da pressão arterial e peso corporal, lembretes de medicação, dicas de alimentação e de atividade física, mas a maioria caracteriza-se como brincadeira e não possui rigor científico. O estudo objetivou desenvolver um aplicativo de saúde móvel com orientações nutricionais e de exercício físico para hipertensos, baseando-se nas principais recomendações das diretrizes para hipertensão e como alternativa de tratamento não medicamentoso para minimizar os efeitos da doença. Para desenvolvimento do aplicativo de intervenção nutricional associado ao exercício físico (APPINEF) foi feito um levantamento de aplicativos de nutrição e de exercício físico na Apple Store e no Google Play, construção de um protótipo em papel, modelagem do banco de dados e utilização de tecnologias livres e amplamente difundidas na Academia e indústria de software. Após o desenvolvimento e teste do software, este foi portado para o sistema Android e composto por nove tabelas. O APPINEF apresenta uma tela inicial para acesso, tela de cadastro e menu principal com seis ícones: diário alimentar, exercícios, avaliações, contato, extra e sair. O aplicativo de saúde móvel foi desenvolvido por profissionais de saúde para orientar hipertensos na alimentação e prática de exercícios físicos, disponibilizando uma gama de funções com estratégias de mudança de comportamento e gamificação para maior atração e interação dos usuários.

Palavras-chave: Smartphone; Recomendações nutricionais; Exercício físico; Tecnologia; Hipertensão.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Uso do smartphone como alternativa para melhorar a prática de exercício físico, alimentação e aptidão física de hipertensos: ensaio clínico randomizado

AUTORES

Layane Costa Saraiva
Izabelle Silva de Araujo
Lis Maria Machado Ribeiro Bezerra
Ferdinando Oliveira Carvalho

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí, Parnaíba, PI.

O uso do smartphone tem sido muito utilizado em intervenções em saúde, inclusive por meio de aplicativos de saúde móvel e ligações telefônicas, para prevenção e tratamento de doenças crônicas como a hipertensão. O estudo objetivou investigar se o uso do smartphone, seja por aplicativo ou ligação telefônica, melhora a prática de exercício físico, alimentação e aptidão física de hipertensos. 23 adultos hipertensos foram randomizados em três grupos: grupo intervenção padrão - sem acompanhamento; grupo ligação - com acompanhamento por ligação telefônica; grupo aplicativo - com acompanhamento por mensagem no grupo do WhatsApp. Todos os grupos receberam aconselhamento nutricional e de exercício físico no início, os grupos intervenção padrão e ligação receberam um livreto e o grupo aplicativo um software com conteúdo similar ao aconselhamento inicial e para registros dos exercícios e alimentação. As variáveis de aptidão física foram avaliadas Pré e Pós um período de 12 semanas. Foi evidenciado que não houve diferença entre grupos com e sem acompanhamento profissional, e nas formas de acompanhamento com diferentes estímulos tecnológicos. Entretanto, houve melhor desempenho no teste de abdominal dos voluntários do grupo ligação e foi evidenciado que o aconselhamento nutricional e de exercício foi efetivo para mudar alguns hábitos alimentares e tornar as pessoas mais ativas fisicamente, conforme registros dos próprios voluntários. A intervenção influenciou a mudança de comportamento dos voluntários, que se tornaram mais ativos fisicamente e modificaram alguns hábitos alimentares, e melhorou a resistência abdominal do grupo ligação, contudo não houve diferença na aptidão física entre os grupos.

Palavras-chave: Exercício físico; Recomendações nutricionais; Telefone celular; Aptidão física; Hipertensão.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre os parâmetros de saúde e o desempenho físico em Policiais Rodoviários Federais do estado do Ceará

AUTORES

Layla Maciel dos Santos
Paulo de Tasso Alencar dos Santos
Maria Carolina Traina Gama
Edson Silva Soares
Cíntia Ehlers Botton

Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, CE.

O estudo objetivou analisar a associação de parâmetros de saúde com o desempenho físico de policiais rodoviários do Ceará. Em características observacional, utilizou-se o banco de dados da Superintendência da Polícia Rodoviária Federal no Ceará entre 2019 e 2020. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal do Ceará. Foram utilizados dados antropométricos (índice de massa corporal -IMC), bioquímicos (colesterol total, triglicérides e glicemia de jejum), de desempenho nos testes de aptidão física (abdominal, salto horizontal, apoio e corrida de 12 minutos) e de sexo, idade e lotação. As associações foram testadas por correlação de Spearman. A comparação entre os anos 2019 e 2020 foi realizada por teste t pareado, Wilcoxon e McNemar. Ao total foram 247 participantes (8,5% mulheres), com idade média de $43,1 \pm 6,6$ anos e 71,7% em lotação operacional. Da amostra, 57% apresentaram sobrepeso e 21,4% obesidade. Acima de 90% foram considerados aptos nos testes físicos, com exceção do teste de corrida (60%), mas houve piora no desempenho entre os anos de 2019 e 2020 (exceto salto horizontal). Houve correlação negativa fraca-moderada entre idade e todos os testes físicos ($r = -0,30$ a $-0,51$), igualmente para o IMC ($r = -0,16$ a $-0,36$), em ambos os anos. Os marcadores bioquímicos avaliados tiveram correlação fraca-negativa com a maioria dos testes físicos (exceto colesterol), mas não houve associação da lotação com os testes físicos. Concluindo, mesmo sendo aptos fisicamente, os policiais apresentaram preocupantes níveis de sobrepeso e obesidade e piora do desempenho físico durante a pandemia de COVID-19.

Palavras-chave: Aptidão Física; Saúde; Obesidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relações do excesso de peso com prematuridade, peso ao nascer e aleitamento materno em escolares de zona urbana e rural

AUTORES

Letícia de Borba Schneiders

Javier Brazo-sayavera

Anelise Reis Gaya

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Avaliar as relações do excesso de peso com peso ao nascer, prematuridade e aleitamento materno em escolares de zona urbana e rural. Procedimentos metodológicos: Estudo transversal, 1873 escolares, 6 a 17 anos, do sul do Brasil. Sexo, idade, zona de moradia, peso ao nascer, prematuridade e aleitamento materno foram obtidos por questionário. O estágio maturacional foi avaliado pelo estagiamento de Tanner. O excesso de peso foi classificado pelo índice de massa corporal (1-baixo peso/normal; 2-sobrepeso/obesidade). Aplicou-se regressão de Poisson, com razão de prevalência (RP) e intervalo de confiança de 95%, sendo diferenças significativas para $p < 0,05$. As análises foram realizadas no programa SPSS v.23.0. Nos escolares da zona urbana, o excesso de peso apresentou associação de risco com o peso ao nascer inadequado (R p = 1,066; IC = 1,028-1,105; $p = 0,001$), uso de fórmula (R p = 1,044; IC = 1,006-1,084; $p = 0,024$), peso ao nascer inadequado/aleitamento exclusivo (R p = 1,066; IC = 1,019-1,114; $p = 0,005$) e uso de fórmula/não prematuridade (R p = 1,049; IC = 1,007-1,091; $p = 0,020$), associação de proteção com o peso ao nascer adequado/uso de fórmula (R p = 0,951; IC = 0,911-0,992; $p = 0,020$) e peso ao nascer inadequado/não prematuridade (R p = 0,928; IC = 0,891-0,966; $p < 0,001$). Nos escolares da zona rural houve associação de risco com o aleitamento exclusivo/prematuridade (R p = 1,196; IC = 1,011-1,416; $p = 0,037$) e de proteção com uso de fórmula/prematuridade (R p = 0,770; IC = 0,705-0,840; $p < 0,001$). Conclusões: A zona de moradia apresenta diferentes relações entre o excesso de peso e indicadores de risco no nascimento, o peso a nascer inadequado e o uso de fórmula apresentam associações significativas de forma isolada e agrupada para escolares da zona urbana, na zona rural associações foram encontradas para o aleitamento materno/prematuridade.

Palavras-chave: Obesidade; Peso ao nascer; Aleitamento materno; Criança; Adolescente.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos agudos do exercício intervalado e exercício contínuo nos hormônios relacionados ao apetite: uma revisão sistemática

AUTORES

Letícia Uliana Brandalise
Eduardo Borges Flores
Enzo Guerra
Rochelle Rocha Costa
Luiz Fernando Martins Kruehl

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O sistema gastrointestinal regula a fome e saciedade pela secreção hormonal. Entre eles, o GLP-1, que possui efeito incretina e estimula a produção de neurotransmissores estimuladores da saciedade no hipotálamo que reduzem a motilidade gástrica; o PYY, cujos receptores quando ativados induzem inibição da fome; e a Grelina Acilada, que estimula a fome pela liberação de neurotransmissores. Embora diversos estudos tenham investigado os efeitos do exercício nesses hormônios, inconsistências podem ser notadas. Realizar uma revisão sistemática com metanálise investigando os efeitos do exercício nas concentrações plasmáticas de GLP-1, PYY e Grelina Acilada. Incluiu-se estudos sem critério de faixa etária e sexo que deviam seguir protocolos estruturados e ter grupo comparador. Para isso, foi realizada uma pesquisa eletrônica nas bases de dados MEDLINE, Scopus e EMBASE. Os resultados foram calculados a partir de escores de mudança entre pré e pós intervenção, desvio padrão e número amostral. 20 estudos foram incluídos, gerando 244 participantes. O grupo exercício apresentou aumento médio de 1,800 mg/dL (ES: 0,578; IC 95%, 0,362 - 0,795; $P < 0,001$) no GLP-1 comparado ao grupo controle, e um aumento médio de 14,952 mg/dL (ES: 0,603; IC 95%, 0,311 - 0,894; $P < 0,001$) no PYY. Quanto à Grelina Acilada, o grupo exercício apresentou redução média de -1,503 mg/dL (ES: -0,768; IC 95%, 0,311 - 0,894; $P < 0,001$) comparado aos controles. O exercício mostrou-se eficaz, reduzindo os hormônios relacionados à fome e aumentando os relacionados à saciedade, podendo ser um aliado na aderência à dieta.

Palavras-chave: GLP-1; PYY; Grelina acilada; Exercício.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Desfechos neuromusculares e respiratórios como preditores de fadiga após quadros severos a críticos de COVID-19: um estudo transversal

AUTORES

Licelli Amante Cardoso
Fernanda Rodrigues Fonseca
Mabel Diesel
Cíntia de La Rocha Freitas
Rosemeri Maurici da Silva
Rodrigo Sudatti Delevatti

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Avaliar a associação dos desfechos neuromusculares e pulmonares com a fadiga de pacientes após infecção por COVID-19. Estudo observacional, transversal com participantes sendo adultos e idosos pós-infecção moderada a crítica de COVID-19. Como variáveis independentes, foram avaliadas a força de preensão manual isométrica (FPM), força isométrica de membros inferiores (FIMMII) e superiores (FIMMSS), capacidade vital respiratória (CV) e a difusão de monóxido de carbono (DCO). Como desfechos, avaliou-se a fadiga física e geral, pela escala de Chalder. Para associação das variáveis utilizou-se a regressão linear múltipla no modelo bruto e ajustado, utilizando-se o software R. Foram analisados 34 participantes (15 mulheres, $52,14 \pm 12,99$ anos). Na análise bruta para fadiga geral nenhuma variável independente apresentou associação. No entanto, no modelo ajustado para sexo e idade ($r^2 = 56,6\%$), as variáveis CV, DCO, FPM e FIMMII apresentaram diferença significativa ($p < 0,001$ para todas as variáveis), sendo a DCO a principal preditora, representando 38% do modelo, seguida da FIMMII com 30%. Na análise bruta para fadiga física, a DCO apresentou associação ($p = 0,04$). No modelo ajustado para sexo e idade ($r^2 = 58,6\%$), a DCO também foi a principal variável preditora, representando 38% do modelo, seguida da FIMMII com 30%. Em ambos os modelos preditivos, as variáveis CV e FPM também apresentaram associação. A DCO, a FIMMII e a FPM demonstraram ser preditoras da fadiga. Sugere-se que estes mecanismos (central e periférico) devam constar nos programas de treinamento propostos para os pacientes pós-COVID-19 que apresentem fadiga persistente.

Palavras-chave: Fadiga; Síndrome Pós-COVID-19; Força muscular; Capacidade de difusão pulmonar

Apoio: Agradecemos ao Hospital Universitário da Universidade Federal de Santa Catarina, em especial ao Núcleo de Pesquisa em Asma e Inflamação das vias Aéreas e, aos participantes desta pesquisa.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física de pessoas com doenças crônicas não transmissíveis: uma revisão sistemática de estudos nacionais

AUTORES

Lucas Cordeiro Schiavon
Grace Angélica de Oliveira Gomes
Lorena Jorge Lorenzi
Isabella Regina de Souza
Paulo Henrique Guerra
Adriano Akira Ferreira Hino

Universidade Católica do Paraná, Curitiba, PR.

Sumarizar evidências sobre o nível de atividade física (AF) de pessoas com doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Esta revisão sistemática foi realizada em dezembro de 2021, e buscou artigos nas bases Sportdiscus, Web of science, PsycInfo, Lilacs, Scopus, Pubmed, e Scielo. Por meio de descritores, identificaram-se os estudos brasileiros que apresentavam o nível de AF como desfecho, em amostras de indivíduos adultos com DCNT. Foram extraídas informações referentes ao delineamento do estudo, ano de coleta de dados, instrumentos utilizados, contexto da atividade física, processamento dos dados e resultados obtidos. Dentre os estudos com metodologia similar, realizou-se a sumarização dos resultados por meio de meta-análise com auxílio do programa STATA versão 13.0. Dos 6.937 estudos inicialmente identificados, 9 atenderam aos critérios de inclusão e constituíram a síntese, a qual envolveu amostras de pessoas com obesidade, doença arterial coronariana, periférica, diabetes tipo II, hipertensão, câncer de mama e doenças mentais. Um total de 15 desfechos foram analisados, dos quais 14 foram avaliados por questionário e um por meio de pedômetro. Dentre os desfechos, cinco foram avaliados por meio do questionário IPAQ longo e compuseram a meta-análise. A meta-análise indicou que 34,5% dos participantes atenderam às recomendações de atividade física (≥ 150 min./sem.), enquanto a prevalência de alguma atividade física (> 0 min./sem.) variou de 12,8% a 27,6%. Os resultados indicam um baixo nível de AF entre pessoas com DCNT, os quais poderiam se beneficiar da adoção de um estilo de vida mais ativo. Mais estudos com pessoas com DCNT são necessários.

Palavras-chave: Doença crônica; Exercício físico; Prevalência; Atividade física; Comportamento sedentário

Apoio: O presente projeto possui financiamento do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPq - Brasil, Processo número 443193/2020-7.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Contribuição da atividade física doméstica nas associações entre atividade física e fatores de risco cardiometabólicos a partir da Pesquisa Nacional de Saúde 2019

AUTORES

Luciana Leite Silva Barboza
Ellen Caroline Mendes da Silva
Danilo Rodrigues Pereira da Silva
Luiz Guilherme Grossi Porto

Universidade de Brasília, Brasília, DF.

Analisar a contribuição da atividade física (AF) no domínio doméstico nas associações entre AF total e fatores de risco cardiometabólicos (FRCM). PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS: Foram utilizados dados de 87.678 adultos brasileiros (52,7% mulheres), provenientes da Pesquisa Nacional de Saúde 2019. Foram criados dois indicadores de AF: AF total, considerando o somatório do tempo em AF nos domínios do lazer, trabalho, deslocamento e doméstico; e AF em três domínios (lazer, trabalho e deslocamento), não incluindo a AF doméstica. Consideramos ativos os que reportaram somar ≥ 150 min/sem para cada um dos indicadores. Os FRCM investigados foram: hipertensão, diabetes, colesterol alto e obesidade. Estas variáveis foram autorrelatadas de maneira dicotômica (sim ou não), considerando o diagnóstico prévio. Foram realizados modelos brutos e ajustados de regressão logística binária, reportando valores de Odds Ratio (OR) com intervalos de confiança de 95% (IC95%), utilizando sexo, idade, cor da pele, escolaridade, consumo de tabaco, álcool, frutas e refrigerante como variáveis de ajuste, além do IMC, não incluído na obesidade. O peso amostral foi considerado em todas as análises, utilizando o software Stata 15.0. Considerando valores ajustados, ser inativo na AF total aumentou a chance de hipertensão (OR = 1,51 IC95%1,43-1,60), diabetes (OR = 1,71 IC95%1,56-1,87), colesterol alto (OR = 1,15 IC95%1,07-1,23) e obesidade (OR = 1,15 IC95%1,08-1,22), quando comparados aos ativos. As associações se mantiveram quando consideramos os três domínios e todos os FRCM: hipertensão (OR = 1,47 IC95%1,39-1,56), diabetes (OR = 1,64 IC95%1,50-1,79), colesterol alto (OR = 1,16 IC95%1,09-1,24) e obesidade (OR = 1,20 IC95%1,13-1,28). A AF no domínio doméstico não modificou as associações entre AF e os FRCM investigados.

Palavras-chave: Doenças não Transmissíveis; Estilo de vida sedentário; Razão de chances; Inquérito Nacional de Saúde; Epidemiologia e bioestatística.

Apoio: CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Maternal physical activity patterns in the 2015 Pelotas Birth Cohort: from preconception to postpartum

AUTHORS

Luciana Tornquist
Debora Tornquist
Gregore Iven Mielke
Mariângela Freitas da Silveira
Pedro Curi Hallal
Marlos Rodrigues Domingues

Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, RS.

Background: Motherhood has been associated with reduced leisure-time physical activity (LTPA) levels. **Objective:** To assess maternal LTPA patterns from preconception to four years postpartum. **Method:** The study was developed with mothers from the Pelotas 2015 Birth Cohort, southern Brazil (n = 4,273). LTPA data were self-reported for preconception, antenatal, 3, 12, 24, and 48 months postpartum. Information on LTPA referring to pre-conception (three months before pregnancy) and each gestational trimester were retrospectively collected in perinatal. The prevalence of active mothers was calculated according to recommendations (≥ 150 min/week). We described changes in LTPA between follow-ups and estimated the probability of mothers being active according to previous LTPA. We used group-based trajectory analysis to identify patterns of LTPA throughout the follow-ups. **Results:** The prevalence of active mothers during leisure time decreased in pregnancy and postpartum compared to preconception. At 12 months postpartum, LTPA levels rise again, but at 48 months the rates of active mothers still have not returned to preconception levels. Prior LTPA engagement is an important determinant of the maintenance of LTPA. Trajectory analysis identified four patterns of maternal LTPA, and ~80% of mothers were allocated to the “always inactive” group. Higher education and income, working outside the home, multiple births, and participating in the Pamela study intervention were associated with a higher probability of mothers not being included in this predominantly inactive group. **Conclusions:** Motherhood is associated with declining rates of women meeting physical activity recommendations during pregnancy and early postpartum.

Keywords: Maternal Behavior; Exercise; Pregnancy; Postpartum Period

Support: Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Estimativa do gasto de energia durante o treino funcional através de acelerômetros triaxiais usados em diferentes locais do corpo

AUTORES

Lucilia Bernardino Mangona
Guilherme Rodrigues
Wualce Monteiro
António Prista
Paulo Farinatt
Iedda Almeida Brasil

Universidade Eduardo Mondlane, Maputo,
Mozambique.

Embora a validade do uso de acelerometria para estimar o dispêndio energético (DE) em diferentes modalidades de exercício tenha sido comprovada, são escassos os estudos que investigam a sua aplicabilidade no treino funcional (TF). O presente estudo teve como objectivo determinar a validade concorrente da avaliação do DE entre acelerometria e calorimetria indirecta (VO₂). Vinte indivíduos treinados (12 homens, 28 ± 6 y realizaram 4 rondas de FT (12 exercícios, cargas completas durante 20 s) usando 3 acelerômetros triaxiais colocados na cintura, pulso e tornozelo (ActiGraph™ GT3X), e um analisador metabólico portátil (Medical Graphics™ VO2000). Um subgrupo de 9 participantes (5 homens, 25 ± 2 y) repetiu o protocolo como uma estratégia de validação cruzada. A correlação entre DE avaliado por calorimetria indirecta (DE-VO₂) e estimado a partir da magnitude do vector de movimento tridimensional (DE-ACL) foi maior para a cintura (r = 0,69, p = 0,0014) que nos restantes isolados ou combinados (r = 0,54-0,63, p < 0,013). Foi desenvolvida uma equação de regressão a partir da acelerometria da cintura: DE-VO₂ (kcal) = 0,6361 × DE-ACLwaist (kcal) + 121,8 (r² = 0,48, S_{y.x} = 45,6 kcal). Não houve diferença entre o DE avaliado e DE estimado na sessão de validação cruzada (diferença média 0,726 kcal, p > 0,05). Em conclusão, a acelerometria triaxial estimou adequadamente o DE durante a sessão de FT. A precisão da previsão do DE foi maior quando se colocou o acelerómetro na cintura vs. pulso ou tornozelo.

Palavras-chave: Atividade física; Treino de exercício; Gasto calórico; Regressão linear; Metabolismo.

Apoio: Ao Laboratório de Atividade Física e Promoção da Saúde (LABSAU), Instituto de Educação Física e Desportos, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, RJ, BR, A CAPES - Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior E Universidade Pedagógica de Mozambique, Maputo, Mozambique-



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física de adultos com doenças cardiometabólicas residentes no Sudoeste da Bahia

AUTORES

Luís Fernando Mendes Teixeira
Luiz Humberto Rodrigues Souza
Claudio Bispo de Almeida
Jean Sousa Almeida
Lázaro Silva Souza
Victória Silva Midlej Ribeiro

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

O objetivo do estudo foi identificar o nível de atividade física de adultos com diagnóstico autorreferido de doença cardiometabólica residentes no Sudoeste da Bahia. Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, descritivo parte do projeto “Perfil epidemiológico das doenças crônicas no Sudoeste da Bahia” realizado de julho de 2017 a dezembro de 2019. Compuseram a amostra 45 adultos de ambos os sexos com idade entre 20 e 59 anos com diagnóstico autorreferido de doença cardiometabólica. Para classificação do nível de atividade física (NAF) foi utilizado o International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) versão curta. Os dados foram analisados no SPSS versão 25.0 para frequências e porcentagens. O projeto foi aprovado pelo CEP da FSPVC com parecer nº 1.859.545 e CAAE 44876215.8.0000.5578. Da amostra, 82,2% eram do sexo feminino, 48,9% solteiros, 44,4% se encontravam na faixa etária de 50 a 59 anos, 57,8% tinha hipertensão arterial, 22,2% tinham obesidade e 20% tinham diabetes. A maioria da amostra foi classificada como “irregularmente ativo A” (57,7% dos hipertensos, 55,6% dos diabéticos e 50% dos obesos). Quanto a classificação “ativo”, 20% eram obesos, 22,2% diabéticos e 3,8% hipertensos. Houve um “muito ativo” e tinha diabetes. Quanto aos sedentários (n = 3), todos tinham hipertensão. A maioria da amostra tinha hipertensão arterial e teve o NAF classificado como irregularmente ativo. Este quadro precisa ser revertido visto que o baixo nível de atividade física é um fator associado ao agravamento das doenças cardiometabólicas.

Palavras-chave: Obesidade; Hipertensão; Diabetes; Doença crônica; Atividade Física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Potenciais benefícios do Açaí associado ao exercício físico na saúde do coração: uma revisão sistemática

AUTORES

Luiz Paulo Freitas Dias Junior

Lucila Silva da Silva

Lucieli de Castro Elói

Universidade Federal do Pará, Belém, PA.

O objetivo deste estudo foi investigar quais os benefícios da associação entre o açaí e o exercício físico na saúde cardiovascular. A metodologia utilizada foi uma revisão sistemática, onde foram feitas buscas no Google Scholar, Science Direct e Pubmed em Inglês e Português sem horizonte de tempo em abril de 2022 utilizando uma combinação de palavras-chave com operador booleano AND que resultaram na seguinte estratégia de busca: “Euterpe Oleracea” and “exercise training” and “Antioxidant”. Foram encontrados 180 artigos, dos quais 6 foram excluídos por repetição, 167 por falta de relação com o tema e 3 por não atenderem aos critérios de inclusão. Após a busca, 4 artigos foram considerados aptos e a classificação destes seguiu os princípios da declaração STROBE. Os resultados obtidos destacaram os benefícios da associação entre o consumo de açaí e o exercício físico na função cardiovascular. Entre os principais benefícios, estão a melhora do desempenho físico aeróbico, o aumento da função vascular, a redução do estresse oxidativo e a regulação positiva das proteínas-chave da biogênese mitocondrial. Além disso, observou-se redução da glicemia, resistência à insulina, níveis de leptina e IL-6, melhora do perfil lipídico, da função vascular, capacidade de corrida e redução do índice de adiposidade. Também foi identificada a capacidade de inibição do aumento do conteúdo de colágeno do ventrículo esquerdo. Portanto, conclui-se que a abordagem envolvendo açaí associado ao exercício pode ajudar na prevenção de doenças cardiovasculares.

Palavras-chave: *Euterpe oleracea*; Exercício físico; Coração.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física e risco cardiovascular em pessoas vivendo com HIV no estado de alagoas: análises preliminares de estudo transversal

AUTORES

Luiz Rodrigo Augustemak de Lima
Marcilene Glay Viana Pessoa
Marylia Santos Pereira
Maria Cristiane Ferreira de Souza Araújo
Luciana Costa Melo

Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Testar a associação entre prática da atividade física e o risco cardiovascular (RCV) em pessoas que vivem com o HIV (PVHIV). Procedimentos Metodológicos: Estudo transversal, realizado em 2021-2022, em Maceió-AL. Participaram PVHIV em seguimento clínico em hospitais de referência. A prática de atividade física foi avaliada pelo IPAQ versão curta. O RCV (%) foi estimado a partir do Escore de Risco de Framingham, considerando sexo, idade, colesterol total, HDL-c, pressão arterial sistólica, tabagismo, diagnóstico de diabetes melito II e hipertensão arterial. Foram realizadas análises descritivas e inferenciais (análise de variância e regressão linear multivariável) assumindo $p < 0,05$ e IC-95%. Participaram do estudo 354 PVHIV (41,2% feminino, 23,8% em uso de inibidores de protease [IP], 71,3% carga viral indetectável) com média de 42,7 anos de idade ($dp = 13,0$) e 566,4 linfócitos TCD4+ ($dp = 314,5$). Foi observado que 14,3% ($n = 50$) das PVHIV são inativas, 43,7% ($n = 153$) e 42,0% ($n = 147$) insuficientemente ativas e ativas, respectivamente. Ainda, 13,3% ($n = 47$) têm elevado RCV e 16,7% ($n = 59$) e 70,1% ($n = 248$) moderado e baixo RCV, respectivamente. Foram observadas diferenças no RCV entre as categorias de atividade física, sendo 10,5%, 9,5% e 7,1% para inativos, insuficientemente ativos e ativos, respectivamente ($F = 4,55$, $p = 0,0112$). PVHIV ativas têm menor RCV ($\beta = -3,212$; IC = -6,262; -0,162) comparado às inativas, independentemente do uso de IP ($\beta = 2,844$; IC = 0,530; 5,158), carga viral detectável ($\beta = -0,558$; IC = -2,684; 1,567) e linfócitos T CD4+ ($\beta = 0,002$; IC = -0,001; 0,005). Na amostra estudada, PVHIV fisicamente ativas demonstraram menor RCV independentemente de fatores clínicos associados ao HIV.

Palavras-chave: Atividade física; HIV; Doença cardiovascular.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos de 24 semanas treinamento multicomponente sobre a gordura corporal de indivíduos em reabilitação da COVID-19: COVID-19 and REhabilitation Study (CORE-Study)

AUTORES

Mabel Diesel
Larissa Schlösser
Mariana Papini Gabiatti
Cíntia de La Rocha Freitas
Fernanda Hansen
Rodrigo Sudatti Delevatti

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Verificar os efeitos do treinamento multicomponente sobre parâmetros de composição corporal em pacientes pós infecção moderada a severa de COVID-19. Os participantes foram randomizados em grupo de treinamento multicomponente (GTM) e grupo controle (GC), o qual recebeu orientações sobre a prática de atividade física. A intervenção de 24 semanas foi dividida em duas fases, objetivando a progressão em volume e intensidade, respectivamente. A primeira fase, composta de dois mesociclos, teve frequência de duas sessões semanais, e a segunda, de três mesociclos e de três sessões semanais. As sessões consistiram em aquecimento, equilíbrio, aeróbio (25 minutos), força (cinco exercícios) e alongamento. O controle de intensidade foi realizado através da Escala de Borg (6 a 20 pontos) e por faixa de repetições máximas. Os parâmetros de composição corporal foram avaliados por meio da densitometria computadorizada por absorciometria radiológica de dupla energia. Foram analisados 23 pacientes (55,3 ± 13,3 anos, 14 mulheres), divididos em GTM (n = 12) e GC (n = 11). Os grupos apresentaram similar % gordura antes da intervenção (GTM: 36,89 ± 8,63; GC: 35,88 ± 7,67; p = 0,7694). Verificou-se aumento para gordura corporal total (Antes: 26,31 ± 2,05 Kg; Após: 27,78 ± 2,20 Kg; p = 0,004), gordura visceral (Antes: 694,00 ± 105,99g; Após: 762,81 ± 93,02 g; p = 0,036) e relação gordura corporal/estatura (Antes: 9,96 ± 0,87; Após: 10,17 ± 0,90 kg/m²; p = 0,036) apenas no GC. O programa de treinamento multicomponente se mostrou eficaz na prevenção do aumento de parâmetros de gordura corporal em pacientes em reabilitação da COVID-19.

Palavras-chave: COVID-19; Distribuição da gordura corporal; Treinamento físico.

Apoio: Uniedu.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Massa corporal, massa muscular esquelética, percentual de gordura e área de gordura visceral: qual a relação com a aptidão cardiorrespiratória em trabalhadores rurais?

AUTORES

Maiara Helena Rusch
Elias Augusto Schaefer
Patrik Nepomuceno
Miriam Beatrís Reckziegel
Sílvia Isabel Rech Franke
Hildegard Hedwig Pohl

Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, RS.

O objetivo deste estudo foi comparar e correlacionar a aptidão cardiorrespiratória, a partir do volume máximo de oxigênio (VO_{2max}), com o índice de massa corporal (IMC), percentual de gordura (%G), massa muscular esquelética (MME), área de gordura visceral (AGV) e valores pressóricos em trabalhadores rurais. Trata-se de estudo transversal analítico realizado com trabalhadores rurais do interior do Rio Grande do Sul. Foram obtidos idade e sexo. Peso e estatura foram coletados para calcular o IMC. Através da bioimpedanciometria foram avaliados: %G, MME e AGV. O VO_{2max} foi coletado pelo protocolo ergoespirométrico de esforço de Bruce Modificado. Os valores pressóricos analisados foram pressão arterial sistólica (PAS) e diastólica (PAD) em repouso. Os trabalhadores foram divididos em dois grupos conforme o VO_{2max} : G1 (regular/bom/excelente) e G2 (fraco/muito fraco). Para verificar a normalidade utilizou-se o teste Shapiro-Wilk; para comparação os testes: t de Student ou U de Mann-Whitney; Qui-Quadrado ou Exato de Fisher; para associação a correlação de Pearson ou Spearman, considerando $p \leq 0,05$. Foram incluídos 55 trabalhadores (G1: 31; G2: 25). Não houve diferença entre os grupos para idade, sexo, IMC, %G, MME, AGV, PAS e PAD ($p > 0,05$). O VO_{2max} apresentou associação positiva com a MME ($r = 0,347$; $p = 0,009$) e negativa com a idade ($r = -0,421$; $p = 0,001$), IMC ($r = -0,318$; $p = 0,018$), %G ($r = -0,527$; $p < 0,001$), e AGV ($r = -0,444$; $p = 0,001$). Conclui-se que uma melhor aptidão cardiorrespiratória está associada a menor idade, menor IMC, menor %G e AGV e maior MME na amostra de trabalhadores rurais estudados.

Palavras-chave: Aptidão cardiorrespiratória; Trabalhadores rurais; Índice de massa corporal; Bioimpedância; Pressão arterial.

Apoio: Agradecemos à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) - código de financiamento 001; ao Programa de Pós Graduação em Promoção da Saúde (Mestrado e Doutorado) e à Universidade de Santa Cruz do Sul pelo apoio e fomento na pesquisa.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Uso da funcionalidade de monitoramento da pressão arterial e da atividade física em uma intervenção baseada em um aplicativo de celular - Pressão na Boa - em hipertensos

AUTORES

Marcelo Baggio do Amaral
Eduardo Braghini Johann
Juliana Pinto da Silveira
Antonio Cleilson Nobre Bandeira
Aline Mendes Gerage

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Identificar a prevalência e frequência de uso da funcionalidade de registro e monitoramento da pressão arterial (PA) e atividade física (AF) em um aplicativo de celular "Pressão na boa" e verificar se o sexo e faixa etária são fatores associados. Trata-se de uma análise de dados secundários de um ensaio clínico randomizado e controlado, realizado em Florianópolis - SC, em 2022, que contou com a participação de adultos e idosos hipertensos ($n = 12$; $53,8 \pm 13,4$ anos; 58,3% homens), submetidos a uma intervenção baseada em aplicativo de celular (Pressão na Boa). Foi analisado o acesso às funcionalidades que possibilitam o registro da PA e AF durante a intervenção. Estes dados foram dicotomizados com base na frequência de uso (diário, semanal, mensal, esporádico, não uso), por meio das informações disponíveis na nuvem do aplicativo. Ademais, analisou-se a associação entre o uso destas funcionalidades com o sexo e faixa etária. A prevalência do uso da funcionalidade de AF foi de 85,7% para homens e 80% para mulheres, sem associação para faixa etária ou sexo. Quanto ao monitoramento da PA, 100% da amostra realizou registros, sendo que a frequência diária e esporádica apresentou associações com a faixa etária ($p = 0,038$ e $0,018$, respectivamente), dado que idosos registraram maior frequência da PA se comparados aos adultos. A funcionalidade de monitoramento de PA e AF foram bastante utilizadas, sendo que idosos apresentaram maior uso, entre hipertensos, em uma intervenção baseada em um aplicativo de celular.

Palavras-chave: Atividade Física; Pressão arterial; Saúde móvel.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Gasto energético durante uma sessão de Pilates: revisão sistemática

AUTORES

Maria Clara Fagundes Lucio
Gleice Beatriz Batista Vitor
Rafaela Almeida Gonçalves
Laís Campos de Oliveira
Raphael Gonçalves de Oliveira

Universidade Estadual do Norte do Paraná

O conhecimento sobre gasto energético nas diversas modalidades é item fundamental para a escolha de prescrição de exercícios, por diferentes profissionais. O American College of Sports Medicine (ACSM) recomenda que sejam dispendidas 1000 kcal/sem para desfechos positivos em saúde. Deste modo, o objetivo deste trabalho foi sintetizar os trabalhos que identificaram o gasto energético de uma sessão de Pilates. Foi realizada uma revisão sistemática seguindo as recomendações da Cochrane nas bases de dados: PubMed, EMBASE, CENTRAL, CINAHAL, Web of Science, SPORTDiscus e LILACS. Utilizando descritores derivados das palavras: “Pilates”, “Energy expenditure”. Os estudos incluídos realizaram intervenção com exercícios de Pilates solo e equipamentos, sem restrição de país, idade ou sexo. O trabalho foi realizado por dois avaliadores que estratificaram os dados cegamente e quando houveram divergências um terceiro revisor foi solicitado. Para avaliar a qualidade metodológica foi utilizada uma versão adaptada da escala JBI. Foram localizados 931 estudos e após a triagem, 4 estudos atenderam aos critérios de inclusão. O total de participantes foi 71 adultos jovens. O gasto energético numa sessão variou de $64,5 \pm 10,7$ até $213,7 \pm 76,4$ Kcal. Proporcionalmente a duração da sessão, o maior gasto energético (208 kcal/sessão - 8,3 kcal/min), ocorreu na seguinte condição: Pilates em aparelhos, executados em 1x10 série/rep, com 1 minuto de descanso. Os trabalhos apresentaram pouco potencial para atingir as recomendações do ACSM. Para que as recomendações fossem atingidas, seria necessário realizar o treinamento de Pilates no mínimo 3x/sem, por 60 minutos, entre 10-15 repetições ou complementar com outros métodos de treinamento.

Palavras-chave: Gasto energético; Metabolismo; Pilates.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Tempo em exercício acima do limiar de variabilidade da frequência cardíaca durante o exercício de caminhada realizado com intensidade autoselecionada em pacientes com doença arterial periférica

AUTORES

Max Duarte de Oliveira
Hélcio Kanegusuku
Tiago Peçanha
Deivide Rafael Gomes de Faria
Nelson Wolosker
Marília de Almeida Correia
Raphael Mendes Ritti-dias

Universidade Nove de Julho, São Paulo, SP.

Analisar o tempo de exercício realizado acima do limiar de variabilidade da frequência cardíaca (VFC) durante o exercício de caminhada com a intensidade autoselecionada em pacientes com doença arterial periférica (DAP) e compará-la com a intensidade recomendada pelas diretrizes da doença. Vinte pacientes com DAP foram submetidos aleatoriamente a duas sessões experimentais (30 minutos de caminhada na esteira): prescrição recomendada pelas diretrizes (séries de 3-5 minutos com dor moderada; 2-3 minutos de recuperação); prescrição autoselecionada (velocidade, duração das séries e tempo de recuperação definido pelo paciente). Ao longo das sessões foi registrado comportamento batimento a batimento da frequência (Polar-H10). O tempo acima do limiar de VFC foi definido pelo tempo em que o desvio-padrão instantâneo 1 esteve abaixo 3ms. O teste T para amostras pareadas foi utilizado para comparar as sessões de exercício. Foi considerado como significativo $p < 0,050$. Os pacientes ($69,0 \pm 1,0$ anos; 52,6% sexo masculino, e; índice tornozelo-braço $0,58 \pm 0,15$) em ambas as sessões realizaram mais de 10 dos 30 minutos de exercício acima do limiar de VFC, no entanto, o tempo acima do limiar de VFC foi inferior na sessão com prescrição autoselecionada comparado com a prescrição recomendada pelas diretrizes (10 ± 10 vs. 14 ± 9 minutos; $p = 0,005$). O exercício com intensidade autoselecionada faz com que em média os pacientes com DAP permaneçam um terço da sessão acima do limiar de variabilidade da frequência cardíaca, o que é ligeiramente inferior do que acontece com a prescrição recomendada pelas diretrizes.

Palavras-chave: Claudicação intermitente; Exercício; Caminhada; Modulação autonômica.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Alterações comportamentais durante a pandemia de COVID-19 e o excesso de peso entre crianças e adolescentes

AUTORES

Mayva Mayana Ferreira Schran
Laís Pinto da Silva Tosta
Lívia do Nascimento Xavier
Lara Daniele Matos dos Santos Araujo
Gilmar Mercês de Jesus

Universidade Estadual de Feira de Santana, Novo Horizonte, BA.

Analisar a associação entre a o excesso de peso atual e a ocorrência de alterações comportamentais durante a pandemia de COVID-19. Estudo transversal, realizado em 2022, com amostra de 1.004 estudantes de escolas rurais, em áreas de remanescentes de quilombos de Feira de Santana, Bahia (50,3% meninos; Idade: $9,04 \pm 1,52$ anos; IMC: $17,8 \pm 3,5$ Kg/m²). Excesso de peso, com base no IMC para a idade e sexo, foi avaliado nos pontos de corte da International Obesity Taskforce (IOTF). Alterações comportamentais (alimentares, sono, psicológicas, sociais) foram avaliadas por meio de questionário preenchido pelos pais. A análise de dados incluiu estatística descritiva, bivariada e regressão de Poisson múltipla, com estimador robusto de variância, para estimar Razões de Prevalência (RP) e Intervalos de 95% de Confiança (IC95%). A significância estatística foi fixada em valores de $p < 0,05$. Co-variáveis: idade e sexo. Excesso de peso ocorreu em 24% da amostra. As alterações comportamentais durante a pandemia de COVID-19 associadas ao excesso de peso foram “Passou a comer muito mais” ($R_p = 1,60$; IC95% = 1,27-2,02), “Aumento de recusa para se alimentar” ($R_p = 0,45$; IC95% = 0,21-0,97), ajustado por “Comportamentos ansiosos”. O excesso de peso atual dos participantes associou-se a alterações comportamentais alimentares ocorridas durante a pandemia de COVID-19, independentemente dos comportamentos ansiosos. As informações contidas nesta pesquisa podem ajudar gestores municipais a formular estratégias para reduzir os efeitos causados pela pandemia em comportamentos com potencial obesogênico entre as crianças.

Palavras-chave: COVID 19; Excesso de peso; Alterações comportamentais; Crianças; Adolescentes.

Apoio: Agradecimentos à Secretaria de Educação de Feira de Santana, Diretores das escolas e pais dos estudantes participantes. Agradecimento à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelas bolsas de pós-graduação 88887.703092/2022-00 e 88887.687171/2022-00.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Percepção da imagem corporal dos acadêmicos do curso de educação física relacionado ao nível de atividade física

AUTORES

Mércia Emanuelle Santos Furtuoso

Érica Luísa Patez Coelho

Sara Santos Sousa

Clayton Rocha Dourado

Aline Costa da Cruz

Berta Leni Costa Cardoso

Universidade do Estado da Bahia

O corpo durante toda evolução da humanidade tem sofrido transformações, a busca pelo belo atualmente tem acarretado um crescimento forte de insatisfação corporal entre os sujeitos e uma prática excessiva e abusiva das atividades físicas. : Analisar a imagem corporal e nível de atividade física de universitários do curso de Educação Física, UNEB Campos XII. Trata-se de uma pesquisa quantitativa descritiva. De uma população de 118 acadêmicos, obteve-se uma amostra de 42. Utilizou-se três questionários: sociodemográfico, IPAQ - versão curta e BSQ (Questionário sobre a Imagem Corporal), enviados de forma on line pelo googledocs. Utilizou-se a estatística descritiva através da frequência absoluta e porcentagem pelo Excel. Pesquisa aprovada pelo CEP/UNEB CAAE 43789015.4.0000.0057 e Parecer 4.410.612. Dos 42 pesquisados, verificou-se que 66,7% são do sexo feminino (28) com predominância da faixa-etária de 22 anos (38,1%); 78,6% apresentaram ausência de insatisfação corporal, 9,5% mostraram possuir uma insatisfação leve, 7,1% um grau moderado de insatisfação e 4,8% universitários manifestaram grave insatisfação corporal-ambos sexos. A maioria dos universitários (45,2%) foi classificada como “muito ativos”, 14,3% em “ativos”, 16,7% como “irregularmente ativos A”, 16,7% “irregularmente ativos B” e 7,1% estão na zona de sedentarismo. Constatou-se que mais da metade dos pesquisados são praticantes de atividades físicas-homens e mulheres e mesmo sendo superior a presença de mulheres praticantes de atividade física, esse grupo se encontra com maior insatisfação corporal. O estudo foi desenvolvido durante o estado de atenção da pandemia o que pode ter desmotivado a participação dos pesquisados limitando o número destes participantes.

Palavras-chave: Imagem corporal; Atividade física; Universitários.

Apoio: Agradecimento ao PICIN pelo financiamento da bolsa de projeto de Iniciação Científica de Erica Luísa Patez Coelho.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Do obese patients undergoing bariatric surgery modify their objectively measured physical activity? A systematic review and Meta-analysis

AUTORES

Michael Pereira da Silva
Murilo Bastos
Camila Gonsalves
Bruno Pedrini de Almeida
Timothy Gustavo Cavazzotto

Universidade Federal do Rio Grande, Rio Grande, RS.

Objective: Conduct a systematic review and meta-analysis of observational studies that evaluated changes in the objectively measured physical activity in adults after bariatric surgery. **Methods:** A systematic search was carried out following the PRISMA criteria. We searched in the PUBMED, EMBASE, Web of Science, and Science Direct databases in September 2020 using the following descriptors: adult, middle-aged, bariatric surgery, bariatric medicine, motor activity, exercise, and physical activity. Eligible studies included patients aged between 18 and 65 years who underwent a bariatric surgery procedure (gastric banding, gastric bypass, sleeve gastrectomy, or biliopancreatic diversion) and provided an objective measure of physical activity (i.e., accelerometers, pedometers, and Double-label water) pre and post-BS. We performed the meta-analysis using the “meta” package and the “metacont” command in the statistical software R 3.6.0 and RStudio interface (Version 1.2.1335). Means and standard deviations of physical activity variables were extracted pre-and post-bariatric surgery and pooled using random effect models expressed by mean differences (MD). **Results:** 419 studies were found, and after excluding duplicates and applying the eligibility criteria and full reading, 10 studies remained. This meta-analysis found a significant increase in the steps by day (MD = 1340; 95%CI = 933.9; 1745.35, $p < 0,001$) and the light physical activity level (MD = 16.8 min/day; 95%CI = 2.60; 30.98, $p = 0,02$), but not in moderate to vigorous physical activity (MD = 0.24; 95%CI = -0.08; 1.57, $p = 0,92$). **Conclusions:** Patients undergoing bariatric surgery increased their daily steps and light physical activity but did not increase moderate to vigorous physical activity.

Keywords Obesity; Bariatric Surgery; Physical activity.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Prevalência de inatividade física em adultos com multimorbidade na cidade de Pelotas-RS

AUTORES

Milena Trindade Domingues
Werner de Andrade Müller
Italo Fontoura Guimarães
Lílian Munhoz Figueiredo
Felipe Mendes Delpino
Inácio Crochemore Mohnsam da Silva

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

Multimorbidade é a presença simultânea de duas ou mais doenças que acomete uma considerável parcela da população, especialmente adultos e idosos. Igualmente, a alta prevalência mundial de inatividade física é preocupante, sobretudo ao considerar a relação com essa condição. Assim, o estudo objetiva descrever a prevalência da inatividade física de acordo com o indicador de multimorbidade em adultos. Trata-se de um estudo de base populacional, realizado entre setembro e dezembro de 2021, na zona urbana de Pelotas-RS. A inatividade física foi avaliada através dos domínios de lazer e deslocamento do International Physical Activity Questionnaire - IPAQ, considerando a prática inferior de 150 minutos semanais de atividade física. Multimorbidade foi definida como a presença de duas ou mais doenças, coletadas a partir do autorrelato de 21 morbidades. Foram entrevistados 5.722 adultos, com média de idade de 50,3 anos, sendo 66,8% do sexo feminino, 78% de cor de pele autorrelatada branca, 54,5% vivendo com companheiro(a) e 35,7% com baixo ou nenhum grau de escolaridade completo. Ao todo, 60,9% não atingiram 150 minutos de atividade física semanal e 44,7% apresentaram multimorbidade (30,7% relataram nenhuma doença). As doenças mais relatadas foram hipertensão (39%), dor crônica (21,7%) e ansiedade (17,2%). A prevalência de inatividade física para aqueles que apresentaram multimorbidade foi 65,8%, enquanto para quem não apresentou a condição foi 56,9% ($p \leq 0,001$). Os resultados mostram que a inatividade física se difere de acordo com a presença de multimorbidade na amostra estudada. Análises de associação são necessárias para examinar relação de causalidade.

Palavras-chave: Atividade motora; Inquéritos populacionais; Doença crônica.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Prevalência de risco cardiovascular entre homens e mulheres praticantes de exercício físico em academia

AUTORES

Munithele Moraes Eisenhardt
Diene da Silva Schlickmann
Aline Alves da Luz
Hildegard Hedwig Pohl
Patrícia Molz
Sílvia Isabel Rech Franke

Universidade Federal de Ciências da Saúde, Porto Alegre, RS.

Avaliar a prevalência do risco cardiovascular entre homens e mulheres praticantes de exercícios físicos em academias. Realizou-se um estudo transversal descritivo com praticantes de exercícios físicos em academias, de Santa Cruz do Sul/RS, de ambos os sexos e idade igual ou superior a 18 anos. A relação cintura-quadril (RCQ) foi determinada pela relação entre as medidas da circunferência da cintura e do quadril, sendo utilizada para avaliar o risco cardiovascular. Classificou-se como presença de risco cardiovascular, mulheres com RCQ igual ou maior a 0,85 e homens com RCQ igual ou maior que 0,90. Os dados foram analisados no SPSS versão 23.0, utilizando o teste exato de Fisher e nível de significância de $p < 0,05$. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNISC (nº 5.121.729). Avaliou-se 103 indivíduos com idade média de $37,39 \pm 14,32$ anos e prevalência do sexo feminino (62%). A prevalência global de risco cardiovascular segundo o RCQ foi de 17,5%. Além disso, as mulheres apresentaram significativamente maior risco cardiovascular quando comparado com os homens (25,0% vs 11,1%; $p = 0,014$). Houve baixo risco cardiovascular entre os praticantes de exercícios físicos em academia. Entretanto, verificou-se que este risco foi mais prevalente entre as mulheres.

Palavras-chave: Composição corporal; Distribuição da gordura corporal; Circunferência da cintura; Relação Cintura-Quadril.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação da hipotensão pós-exercício de uma sessão de *beach tennis* jogada individualmente e em duplas em mulheres

AUTORES

Nathalia Nunes Jung
Leandro de Oliveira Carpes
Lucas Betti Domingues
Rodrigo Flores de Abreu
Paula de Azevedo Frank
Rodrigo Ferrari da Silva

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Levando em consideração os benefícios da prática de atividade física para a saúde, o beach tennis (BT) parece ser uma alternativa fácil, acessível e cativante para manter as pessoas em movimento. Ele pode ser jogado individualmente ou em duplas. Entretanto, são necessários estudos desta modalidade. Avaliar e comparar a hipotensão pós-exercício de uma sessão de beach tennis jogada individualmente e em duplas em mulheres. 22 mulheres (35-55 anos), normotensas, eutróficas, realizaram duas sessões experimentais, em ordem randomizada: BT jogado individualmente e em duplas. O ranking estadual das participantes foi utilizado para organizar os jogos por nível técnico. Desenho experimental: 10 minutos de repouso; aferição da pressão arterial (PA) segundo diretrizes brasileiras de hipertensão arterial; aquecimento de 5 minutos; 3 jogos de 12 minutos cada (2 minutos de intervalo); PA pós-sessão em 0, 15 e 30 minutos (aparelho oscilométrico digital). Dados expressos como média e desvio padrão, foi usado o modelo de equações de estimativas generalizadas e post hoc de Bonferroni. A PA sistólica/diastólica pré-exercício foi semelhante entre as sessões (BT individual: 115/72 mmHg; BT duplas: 116/72 mmHg, $p = 0,34/ p = 0,89$). Ocorreu uma redução da PA sistólica após a sessão jogada individualmente ($\Delta = -8 \pm 4$ mmHg, $p = 0,02$). Os valores de PA diastólica pós-sessão foram semelhantes aos pré-exercício, sem diferença no comportamento dessa variável entre a sessão de BT simples e duplas. Em mulheres fisicamente ativas, o beach tennis jogado individualmente promove maior hipotensão pós-exercício do que em duplas.

Palavras-chave: Esporte de raquete; Esportes; Cardiologia do exercício.

Apoio: Coordenação de Amparo ao Pessoal do Ensino Superior (CAPES) e Fundo de Incentivo à Pesquisa do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (FIPE-HCPA).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Gordura visceral em iniciantes de treinamento resistido

AUTORES

Paulo Ricardo Souza Boto
Aline Lima Guedes
Emile Rodrigues Santos
Andressa Pereira Costa
Marijunio Rocha Pires
Mateus Carmo Santo

Universidade Estadual da Bahia

A busca pela promoção da saúde e estética tem sido uma realidade cada vez mais frequente entre as pessoas, apesar de muitas vezes ser tratada como um problema estético a gordura corporal é uma questão de saúde e deve ser tratada com o devido cuidado. Sabemos que o sobrepeso e a obesidade está associado às inúmeras condições as quais são consideradas fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas e qualquer excesso de gordura corporal é considerado prejudicial a saúde. Com isso o Ministério da saúde constatou que a prática de atividade física é um das soluções para esse problema. : O presente estudo teve como objetivo avaliar a circunferência abdominal e classificar de acordo com composição corporal e o risco do desenvolvimento de doenças cardiovasculares em iniciantes de treinamento resistido. Trata-se de um estudo transversal com praticantes de treinamento resistido do projeto de extensão intitulado Centro de Orientação em Atividade física e saúde da Universidade do Estado da Bahia. A participação nesse projeto e por meio de inscrição aberto a comunidade interna e externa da universidade. Ao ser selecionado o participante passa por uma triagem de saúde e por uma avaliação cineantropométrica. Foi mensurado a circunferência abdominal. Foram avaliados 97 participantes, sendo 64 (66%) mulheres, com idade média de $29,1 \pm 11,0$ anos. Com o ponto de corte de 80cm para as mulheres e 94 cm para os homens, os participantes apresentaram 43,2% de risco para o surgimento de doenças cardiovasculares. Mesmo com o número amostral relativamente baixo, a amostra apresentou um percentual considerado elevado para o surgimento de doenças cardiovasculares.

Palavras-chave: Gordura corporal; Doenças cardiovasculares; Exercício físico; Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Parâmetros de saúde e estilo de vida em dois períodos da pandemia de COVID-19 na doença arterial periférica: comparação entre homens e mulheres

AUTORES

Renan Costa
Gustavo Silva
Juliana Carvalho
Gabriel Cucato
Nelson Wolosker
Raphael Mendes Ritti-dias
Marília Correia
Hélcio Kanegusuku

Universidade Nove de Julho.

O isolamento social tem sido um dos principais procedimentos adotados para mitigar a propagação do Coronavírus 2019 (COVID-19). A pandemia de COVID-19 impactou negativamente o estilo de vida e a saúde das pessoas, especialmente em indivíduos com doenças crônicas, como pacientes com doença arterial periférica (DAP). Estudos demonstraram que as mulheres sofrem mais consequências relacionadas à DAP do que os homens, apresentando pior capacidade funcional, função vascular prejudicada e níveis mais altos de marcadores inflamatórios e morbidade do que os homens. Consequentemente, o prolongamento da pandemia de COVID-19 poderia potencialmente afetar mais mulheres do que homens, o que não está claro. Este estudo analisou o impacto do sexo nos parâmetros de saúde e estilo de vida autorreferidos em dois períodos da pandemia de do Coronavírus 2019 (COVID-19) em pacientes com doença arterial periférica (DAP). Neste estudo longitudinal, 99 pacientes com DAP (53 homens e 46 mulheres) foram avaliados em dois períodos durante a pandemia de COVID-19 (i.e., no início - maio a agosto de 2020 e seguimento - maio a agosto de 2021). Os pacientes foram entrevistados por telefone e as informações sobre parâmetros da saúde e do estilo de vida foram obtidas. No início da pandemia do COVID-19, os parâmetros de saúde e hábitos foram semelhantes entre mulheres e homens, indicando 63,0 e 45,3% de fadiga frequente, 73,9 e 84,9% aumento do tempo sentado e 23,9 e 39,6%, estavam praticando atividade física, respectivamente. No seguimento, a dificuldade de mobilidade física autorreferida e a frequência de hospitalização por outro motivo que não o COVID-19 aumentaram de forma semelhante em mulheres e homens (mulheres: de 26,1 a 73,9%, $p < 0,001$; homens: de 39,6 a 71,7%, $p = 0,001$; mulheres: de 4,3 a 21,7%, $p = 0,013$; homens: de 9,4 a 24,5%, $p = 0,038$, respectivamente). Os demais parâmetros foram semelhantes entre os períodos. Em mulheres e homens com DAP houve aumento da dificuldade de mobilidade física autorreferida e na frequência de internação.

Palavras-chave: Coronavírus 2019; Isolamento social; Claudicação intermitente; Características sexuais; Saúde física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre força e qualidade muscular com a capacidade funcional em pacientes no pós cirúrgico bariátrico tardio

AUTORES

Ricardo Moreno Lima
Gustavo Neves Gomes
Marvery Peterson Duarte
Kenia Mara Baiocchi de Carvalho
Eliane Said Dutra
Martim Bottaro

Universidade de Brasília, Brasília, DF.

A cirurgia bariátrica promove perda de peso, entretanto, parte dessa redução é de massa magra (MM). Verificar a associação entre fenótipos musculares e capacidade funcional, em mulheres que realizaram gastroplastia em Y de Roux (RYGM). Um total de 133 voluntárias ($43,7 \pm 9,9$ anos) foram submetidas a avaliação da composição corporal por meio do DXA, fornecendo resultados para diferentes segmentos corporais. A força muscular dos extensores do joelho foi avaliada em dinamômetro isocinético. O torque específico foi obtido através da razão entre o pico de torque (PT) e a MM do mesmo membro. A capacidade funcional foi avaliada pelos testes de sentar e levantar, caminhada de 6 minutos e timed up and go (TUG). Diferenças significativas entre os tercios de PT e de torque específico foram observadas para os testes funcionais (todos $p < 0,01$), entretanto, significância não permaneceu após ajuste para idade. Quando comparados os tercios de PT relativo ao peso corporal, todos os testes diferiram significativamente, mesmo após ajustes. O PT absoluto se correlacionou de forma significativa com a performance no teste de sentar e levantar ($r = 0,21$; $p = 0,02$) e com o teste de caminhada de 6 minutos ($r = 0,34$; $p < 0,01$), enquanto PT relativo à massa corporal e a qualidade muscular se correlacionaram com todos os testes funcionais (valores de r entre 0,39 e 0,52; $p < 0,05$). Valores baixos de força muscular estão associados a menor desempenho funcional, sugerindo que intervenções voltadas para aumento dessa aptidão física têm potencial de melhorar o desempenho em atividades da vida diária nessa população.

Palavras-chave: Obesidade; Força Muscular; Cirurgia Bariátrica.

Apoio: CNPq, CAPES, FAPDF, UnB



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Percepção do estilo de vida de adultos no período pré cirurgia cardíaca

AUTORES

Ricardo Pauli Lautert
Ezequiel Cazarotto
Mari Ângela Gaedke
Miriam Beatris Reckziegel

Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, RS.

O presente estudo teve como objetivo avaliar o estilo de vida de sujeitos no período pré cirurgia cardíaca em um hospital de ensino, localizado no interior do Rio Grande do Sul, Brasil. Trata-se de um estudo descritivo exploratório do tipo transversal, que pretende apresentar a percepção do estilo de vida de sujeitos com Doenças Cardiovasculares. Amostra foi composta por conveniência, incluindo sujeitos internados para a realização de cirurgias cardíacas, tais como: cirurgia de revascularização do miocárdio (CRM); Correção de doenças valvares (DV); ou Correção de doenças da artéria aorta (DAA). Para avaliar o estilo de vida foi utilizado o questionário Estilo de Vida Fantástico (EVF) e um Questionário Estruturado. Para avaliar os dados categóricos foi utilizado o teste de Qui-Quadrado e para análise dos domínios foi utilizado o teste de T de Student. Amostra foi composta por 26 sujeitos com média de idade de 61 anos, a maioria do sexo feminino (n = 15). Em relação aos escores de classificação do EVF, (n = 7) foram classificados em Muito Bom, (n = 10) em Bom e (n = 9) em regular. A comparação entre os sexos pode indicar que as mulheres obtiveram melhores escores de estilo de vida (p = 0,016). Na análise dos domínios, Nutrição (p = 0,016) e Álcool (p = 0,004) evidenciaram que as mulheres possuíram pontuações mais positivas. Os resultados podem indicar que entre os participantes do estudo, as mulheres no período pré cirurgia cardíaca têm melhores hábitos de estilo de vida em relação aos homens.

Palavras-chave: Cirurgia cardíaca; Doenças cardiovasculares; Estilo de vida.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito de um mesociclo de treinamento combinado na hipotensão pós-exercício em idosos com hipertensão arterial

AUTORES

Rodrigo Flores de Abreu
Vinicius Mallmann Schneider
Lucas Betti Domingues
Gabriel dos Santos Lemes
Leandro de Oliveira Carpes
Rodrigo Ferrari

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Avaliar a hipotensão pós-exercício (HPE) no início e ao final de um mesociclo de treinamento combinado (TC) em idosos com hipertensão arterial sistêmica (HAS). Trata-se de um ensaio clínico randomizado composto por 15 participantes de ambos os sexos com HAS (idade $66,3 \pm 7,4$ anos e índice de massa corporal $27,1 \pm 3,8$ Kg/m²) que foram submetidos a um mesociclo de 6 semanas de TC realizado duas vezes por semana, sendo que, na semana dois e seis do treinamento foram alocados aleatoriamente para realizar duas intervenções com o intervalo de pelo menos 24 horas (uma sessão de exercícios combinados e uma sessão controle). A intensidade das sessões foi monitorada através da escala de percepção subjetiva de esforço (PSE) CR10 de Borg. O TC incluiu 10 minutos de aquecimento com caminhada leve, 5 exercícios resistidos (2-4 séries; 10-15 repetições; PSE 4-5) seguidos de 30 minutos de caminhada ou/e corrida (PSE 5-6). As medidas de pressão arterial sistólica (PAS) e diastólica (PAD) foram avaliadas na segunda e sexta semana através de esfigmomanômetro digital pré-sessão e pós-sessão em intervalos de 10 minutos por 60 minutos. Para comparar os efeitos entre tempo e as sessões experimentais foi utilizado Teste T pareado. Foi observado diferença entre os valores pré e pós-sessão de TC da segunda semana na PAS (-6 mmHg; $P < 0,01$), porém não observado na PAD ($p = 0,44$). Assim como, foi encontrada diferença para os valores pré e pós-sessão da sexta semana na PAS (-8 mmHg; $p = 0,02$), mas não para a PAD ($p = 0,65$). Entretanto, ao comparar as alterações pré e pós na PAS ($p = 0,18$) e PAD ($p = 0,20$) entre a segunda e sexta semana, não foi observada diferença. Após um mesociclo de TC, não foram observadas diferenças na magnitude da HPE entre a segunda e sexta semana na PAS e PAD em indivíduos com HAS.

Palavras-chave: Atividade Física; Envelhecimento; Treinamento combinado; Sistema cardiovascular; Hipertensão arterial.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O exercício aeróbico intervalado de alta intensidade atrasa a recuperação de índices da variabilidade da frequência cardíaca quando comparado ao exercício aeróbico contínuo de moderada intensidade: uma revisão sistemática com metanálise

AUTORES

Rodrigo Leal de Menezes
Josianne Rodrigues-krause
Gabriela Cristina dos Santos
Jéssica do Nascimento Queiroz
Cassiano Silva da Silva
Alvaro Reischak-oliveira

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Verificar as respostas de diferentes índices da variabilidade da frequência cardíaca (VFC) durante a recuperação ao exercício aeróbico intervalado de alta intensidade, comparando-o com o exercício aeróbico contínuo de moderada intensidade em indivíduos adultos. O protocolo foi registrado na International Prospective Register of Systematic Reviews (PROSPERO) com identificador CRD42021237027 anteriormente às buscas, que foram realizadas em 4 bases de dados e atualizadas em dezembro de 2022. Foram considerados elegíveis estudos randomizados controlados e não controlados que avaliaram índices da VFC antes e após a realização de exercício aeróbico intervalado de alta intensidade e contínuo de moderada intensidade. O risco de viés nos estudos incluídos foi avaliado a partir da ferramenta RoB 2 da colaboração Cochrane. 16 estudos foram incluídos, sendo que 9 destes constituíram a metanálise. A maior parte dos indivíduos eram saudáveis e realizaram as sessões de exercício em esteira ou cicloergômetro. Nossos resultados indicaram que indivíduos que realizam exercício intervalado de alta intensidade apresentam um atraso na recuperação dos índices do domínio frequência nos primeiros 10 minutos. Ainda, 9 estudos foram classificados com 'algumas preocupações' e 7 com 'alto' risco de viés. o exercício aeróbico intervalado de alta intensidade promove um atraso na recuperação dos índices HF e LF da VFC nos primeiros 10 minutos após a sessão em indivíduos adultos e saudáveis. Contudo, não observamos diferenças entre as intensidades após 1 hora, indicando que indivíduos saudáveis realizam a recuperação da modulação vagal neste intervalo, independente da intensidade do exercício.

Palavras-chave: Sistema nervoso autônomo; Treinamento Intervalado de Alta Intensidade; Metanálise.

Apoio: O presente trabalho foi realizado com o apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio Grande do Sul (FAPERGS) mediante contribuição com bolsas de estudo de graduação e pós-graduação.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação de hipertensos não dippers e dippers nas variáveis de pressão arterial ambulatorial, marcadores vasculares e de inflamação após diferentes protocolos de treinamento físico

AUTORES

Samuel Vargas Munhoz
Emerson Barata Fragoso
Rodrigo Leal de Menezes
Francesco Pinto Boeno
Thiago Rozales Ramis
Bruno Costa Teixeira
Álvaro Reischak de Oliveira

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Comparar o efeito de diferentes protocolos de treinamento na pressão arterial ambulatorial, marcadores vasculares e inflamação em hipertensos medicados dippers e não dippers. Procedimentos metodológicos: 43 hipertensos medicados de meia idade (45 ± 7 anos), não dippers ($n = 18$) e dippers ($n = 25$), submetidos a 12 semanas de treinamento aeróbico (não dippers = 7; dippers = 8), de força (não dippers = 6; dippers = 10) e controle (não dippers = 5; dippers = 7). Foram analisadas, PAS: Pressão arterial sistólica; PAD: Pressão arterial diastólica; PAM: Pressão arterial média; PCR: Proteína C reativa; Nox: Óxido nítrico; FMD: flow-mediated vasodilation. Entre grupos e protocolos foi realizado a anova two-way com pós hoc de LSD e entre momentos, teste t pareado. PAS entre momentos dippers nos protocolos TA: ($114,55 \pm 8,96$ vs $109,53 \pm 7,78$ $p = 0,03$), TF: ($120,65 \pm 11,76$ vs $115,21 \pm 8,42$ $p = 0,005$) e entre, protocolos TA vs GC no momento pós ($109,53 \pm 7,78$ vs $120,25 \pm 7,83$ $p = 0,02$). Na PAD, dippers nos momentos dos protocolos TA: ($68,73 \pm 9,10$ vs $65,54 \pm 9,85$ $p = 0,02$), TF: ($74,20 \pm 5,75$ vs $70,23 \pm 4,81$ $p < 0,01$) entre protocolos TA vs GC ($65,54 \pm 9,85$ vs $74,33 \pm 9,36$ $p = 0,02$). PAM, dippers nos momentos TA: ($83,99 \pm 8,27$ vs $80,24 \pm 8,75$ $p = 0,03$), TF: ($88,65 \pm 6,33$ vs $85,28 \pm 5,52$ $p < 0,01$) entre protocolos TA vs GC ($80,24 \pm 8,75$ vs $90,37 \pm 8,11$ $p = 0,006$). PCR, grupos não dippers e dippers nos protocolos GC: ($3,71 \pm 1,83$ vs $1,65 \pm 1,05$ $p = 0,03$). Entre momentos, não dippers TA: ($2,27 \pm 0,96$ vs $1,35 \pm 0,55$ $p = 0,02$) entre protocolos dippers TA vs GC ($3,71 \pm 1,83$ vs $1,55 \pm 1,34$ $p = 0,03$). Nox, momento TA: ($9,18 \pm 5,95$ vs $16,29 \pm 4,07$ $p = 0,02$). FMD, no grupo dippers TA vs GC ($10,23 \pm 2,88$ vs $6,99 \pm 3,82$ $p = 0,03$), respectivamente. Marcadores vasculares e de inflamação melhoram em hipertensos não dippers e variáveis pressóricas melhoram em hipertensos dippers.

Palavras-chave: Hipertensão arterial sistêmica; Pressão arterial; Não dippers; Dippers.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Indivíduos inativos têm pior qualidade da dieta: resultados de estudos de base populacional

AUTORES

Susana Cararo Confortin
Antônio Augusto Schäfer
Samuel de Carvalho Dumith
Fernanda Oliveira Meller

Universidade do Extremo Sul Catarinense,
Criciúma, SC.

Escolhas alimentares ruins, juntamente com a inatividade física, podem promover o desenvolvimento da obesidade, e doenças associadas. Analisar a associação da inatividade física com a pior qualidade da dieta. Estudo transversal conduzido com indivíduos de 18 anos ou mais de Criciúma (SC) e Rio Grande (RS), em 2020-21. A qualidade da dieta foi avaliada por meio do indicador de dieta que utiliza alimentos considerados saudáveis (frutas, verduras e leguminosas) e não saudáveis (doces, refrigerantes ou suco industrializado). O escore final foi classificado em quintis sendo os maiores quintis (4 e 5) considerado pior qualidade. A atividade física foi avaliada a partir do IPAQ (insuficientemente ativo: < 150 min/sem; ativo fisicamente: ≥150min/sem). Foi realizada regressão de Poisson (bruta e ajustada) para verificar a associação entre as variáveis. Foram avaliados 2.170 indivíduos, sendo 59,7% do sexo feminino, 31,2% idosos, 84,0% eram de cor de pele branca, 40,6% tinham com ensino fundamental completo. Além disso, 75,3% eram insuficientemente ativos e 38,9% tinham pior qualidade da dieta. Na análise bruta, observou-se que os indivíduos que eram insuficientemente ativos tiveram pior qualidade na dieta (RP: 1,23; IC95%: 1,07-1,40). Na análise ajustada (por sexo, idade, cor da pele, escolaridade e índice de bens), a associação se manteve: os insuficientemente ativos apresentaram 1,32 (IC95%: 1,16-1,51) vezes mais probabilidade de ter pior qualidade na dieta comparados aos ativos. Indivíduos insuficientemente ativos apresentaram pior qualidade na dieta alimentar quando comparados aos ativos fisicamente.

Palavras-chave: Atividade física; Dieta; Adultos.

Apoio: Apoio: Fundação de Amparo à pesquisa do Estado do RS (FAPERGS)



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Fatores associados à hipertensão arterial em idosos brasileiros

AUTORES

Tainane Santana Xavier
Roberto Jerônimo dos Santos Silva
Ikaro Daniel de Carvalho Barreto
Luria Melo de Lima Scher

Universidade do Estado da Bahia

Analisar as associações isoladas e combinadas do tempo de TV e da atividade física (AF) com a hipertensão arterial sistêmica (HAS) em idosos brasileiros. Estudo transversal, de caráter descritivo, com dados da Pesquisa Nacional de Saúde -2013. Foi utilizada estatística descritiva, o teste de qui-quadrado e regressão logística com seus respectivos intervalos de confiança de 95%. A amostra foi composta por 11.177 idosos (média de idade $69 \pm 7,9$ anos), 50% ($n = 5.524$) dos idosos hipertensos avaliados relataram diagnóstico prévio de HAS. Observou-se que o sexo feminino apresentou maior proporção de HAS (55 % vs. 42,6 %; $p < 0,001$), e a prevalência de HAS aferida entre os idosos foi de 32,8 % (95% IC: 31,9-33,7). Verificou-se associação da HAS com a baixa escolaridade, baixa renda, baixo nível de AF isolado, medida combinada de AF e tempo de TV. Ser ativo fisicamente, sendo sedentário (ORa: 0.61 (IC 95%: 0,41;0,89)) ou não (ORa: 0,73 (IC 95%: 0,58; 0,91)), isolado e ajustado, foram fatores associados a menores chances de ter HAS, enquanto o baixo nível de AF isolado e ajustado (ORa = 1,45 (IC 95%: 1,28;1,63)) elevaram as chances dos idosos apresentarem a HAS. Investir em ações voltadas para a promoção da saúde, sobretudo, para a prática regular de AF devem ser enfatizadas a fim de aumentar os níveis de AF e, sobretudo, melhorar a saúde geral do idoso com HAS.

Palavras-chave: Pessoas idosas; Estudo transversal; Atividade motora; Comportamento; Estilo de vida sedentário.

Apoio: Agradecemos ao Programa de Iniciação Científica (PICIN) da Universidade do Estado da Bahia (UNEB) pela bolsa de Iniciação científica.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física e fatores associados em pessoas com *diabetes mellitus* tipo 2 no interior do Amazonas

AUTORES

Tiago Assunção dos Santos Farias
Lucas Santos Fernandes
Johrdy Amilton da Costa Braga
James Dean Oliveira dos Santos Júnior
Hércules Lázaro Morais Campos
Elisa Brosina de Leon

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, AM.

O presente trabalho teve como objetivo avaliar o nível de atividade física (AF) e os fatores associados em pessoas com *Diabetes Mellitus* Tipo 2 (DM2) atendidos pela atenção primária à saúde (APS) no interior do Amazonas. Trata-se de um estudo transversal, que faz parte do SAPP- Estudo da Saúde na Atenção Primária da População Amazônica. Foram incluídas pessoas com DM2 acompanhadas pela UBS a pelo menos seis meses, e foram excluídos os que apresentassem comprometimento cognitivo. Para avaliar o nível de AF utilizou-se o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), onde os participantes foram classificados como ativos ou não ativos. Para descrever as variáveis utilizou-se a análise descritiva, e para avaliar os fatores associados utilizou-se a análise bivariada através do teste Qui-quadrado, com o nível de significância assumido de 5%. A amostra foi composta de 965 pessoas, com idade média de 61,6 (D p = 13,4) anos, sendo 67,7% (n = 653) do sexo feminino e 32,3% (n = 312) do sexo masculino. Quanto ao nível de AF a maioria foi classificada como não ativo 72,6% (n = 701). Na análise de associação bivariada, associaram-se ao nível de atividade física: idade (p = 0,002), escolaridade (p = 0,004), aposentadoria (p < 0,001), trabalho (p < 0,001), orientação para atividade física (p < 0,001) e consumo alimentar semanal de frutas e verduras (p < 0,001). O nível de AF é baixa em pessoas com DM2 atendidos pela APS no interior do Amazonas e tem como fatores associados a idade, escolaridade, aposentadoria, trabalho, orientação para AF e consumo alimentar semanal de frutas e verduras.

Palavras-chave: *Diabetes mellitus* tipo 2; Atividade física; Atenção Primária à Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física e satisfação corporal de mulheres residentes no Sudoeste da Bahia

AUTORES

Vanilda Batista Ribeiro
Matheus Fernando Pereira Alves
Berta Leni Costa Cardoso
André de Oliveira Lacerda
Rogério Amorim dos Santos
Victória Silva Midlej Ribeiro

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

Identificar o nível de atividade física e satisfação corporal em mulheres residentes no Sudoeste da Bahia. Procedimentos metodológicos: Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, descritivo parte do projeto “Perfil epidemiológico das doenças crônicas no Sudoeste da Bahia” realizado de julho de 2017 a dezembro de 2019. A amostra foi composta por 88 mulheres com idade entre 20 e 59 anos. Para classificação do nível de atividade física (NAF) foi utilizado IPAQ versão curta. Para avaliação da satisfação corporal foi utilizada a escala de silhueta de Kakeshita. Os dados foram analisados no SPSS 25.0 para frequências e porcentagens. O projeto foi aprovado pelo CEP da FSVC com parecer n. 1.859.545 e CAAE 44876215.8.0000.5578. A média de idade foi 41,73 (± 11,42) anos, 44,3% eram casadas e 44,3% solteiras, 77,3% tinham filhos, 64,8% não trabalhavam, 32,6% tinham ensino fundamental incompleto e 44,3% estavam no peso ideal (pelo índice de massa corporal). Quanto ao NAF, 56,8% foram classificadas como “irregularmente ativo A”, 14,8% “insuficientemente ativo B”, 13,6% “ativo”, 12,5% “sedentário” e 2,3% “muito ativo”. Em relação a percepção corporal, 94,1% se encontrava insatisfeitas: 76,1% pelo excesso de peso e 18,2% pela magreza, 7,6% estavam satisfeitas. Todas as sedentárias estavam insatisfeitas pelo excesso de peso e as ativas apresentaram a maior porcentagem de “insatisfeitas pela magreza” (30,8%). Das “insatisfeitas pelo excesso de peso”, 43,3% estavam no peso ideal. A maioria das mulheres são irregularmente ativas e se encontram insatisfeitas com sua aparência corporal sendo a maior parte pelo excesso de peso.

Palavras-chave: Mulheres; Insatisfação corporal; Atividade física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Diferenças entre os sexos na avaliação da percepção subjetiva de esforço em diferentes exercícios de força com o peso corporal

AUTORES

Vinícius Mallmann Schneider
Leandro de Oliveira Carpes
Lucas Betti Domingues
Rodrigo Ferrari da Silva

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Analisar e comparar a percepção subjetiva de esforço (PSE) nos exercícios de força com peso corporal (EPC) de membros superiores e inferiores em homens e mulheres. Procedimentos metodológicos: Trate-se de um estudo transversal em que 48 participantes de ambos os sexos realizaram duas sessões de exercício: uma familiarização com o EPC e a escala PSE; uma sessão de teste para determinar a PSE de cada exercício. Quatro EPC dinâmicos (membros inferiores: Agachamento e Afundo; Membros superiores: Flexão de braços ajoelhado e flexão de braços) e dois EPC isométricos (Core: Prancha Frontal e Prancha Lateral) foram realizados na mesma sessão alternado por segmento corporal. A PSE após cada exercício foi avaliada utilizando a escala CR10 de Borg. O exercício de flexão de braços apresentou o valor mais alto de PSE (Homens: 4; Mulheres: 10), e o exercício de agachamento o valor mais baixo de RPE (Homens: 1; Mulheres: 2). Comparando o RPE entre homens e mulheres, foi encontrada uma diferença significativa para o membro superior (Homens: 4; Mulheres: 10; $p < 0,001$), mas nenhuma diferença foi encontrada nos membros inferiores (Homens: 3; Mulheres: 3; $p = 0,991$) e exercícios para o core (Homens: 3; Mulheres: 3; $p = 0,856$). As mulheres demonstraram uma PSE mais elevada do que os homens nos exercícios para os membros superiores mas não para os exercícios de membros inferiores e do core. Resultados que reforçam a importância do treinamento individualizado, uma vez que a intensidade do EPC é influenciada pelo sexo.

Palavras-chave: Treinamento de força; Exercício Físico; Sexo; Adultos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A atividade física durante a gestação pode influenciar no ganho de peso gestacional e na retenção do peso após o parto? Estudo prospectivo em uma coorte de nascimentos

AUTORES

Werner de Andrade Müller
Andrea Wendt
Gregore Iven Mielke
Inácio Crochemore-silva
Marlos Rodrigues Domingues

Pontifícia Universidade Católica do Paraná,
Curitiba, PR.

O ganho de peso gestacional acima das recomendações está associado a diversos desfechos de saúde materno-infantil. Estudos longitudinais mostram que o peso adquirido na gravidez pode ser retido ao longo da vida e até mesmo acumulado com gestações futuras, contribuindo para um risco aumentado de condições negativas. A atividade física (AF) é um comportamento que pode influenciar ambos - ganho e retenção de peso. Dessa forma, o objetivo do estudo foi avaliar a associação da AF durante a gestação no ganho e manutenção de peso corporal de participantes de uma coorte de nascimentos. Regressão linear foi utilizada para explorar volume e gradiente de intensidade (GI) da AF medida por acelerômetros, no segundo trimestre da gestação, sob os desfechos ganho de peso gestacional e retenção de peso três e 12 meses após o parto. A análise incluiu informações para os desfechos e acelerometria de 1.797 participantes. O ganho de peso gestacional foi associado à AF moderada a vigorosa (AFMV) (diminuição de 27g a cada acréscimo de um minuto de AFMV; $p = 0,001$) e a retenção de peso três meses após o parto foi associada ao GI da AF (diminuição de 246g a cada acréscimo de um desvio padrão no GI de AF; $p = 0,013$). Não foi observada associação entre AF na gestação e retenção de peso 12 meses após o parto. Os resultados mostram que a AF durante a gestação ajuda a prevenir o ganho de peso gestacional acima do recomendado e a retenção de peso três meses depois do parto.

Palavras-chave: Saúde materno-infantil; Acelerometria; Manutenção do peso corporal; Atividade motora; Cuidado pré-natal.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação da prática esportiva com espessura arterial e adiposidade corporal de adolescentes: ABCD growth study

AUTORES

Wésley Torres

Jacqueline Bexiga Urban

Ana Elisa Von Ah Morano

Isabella Neto Exupério

Eduardo Duarte de Lima Mesquita

Rômulo Araújo Fernandes

Universidade Estadual Paulista, Presidente Prudente, SP.

Entre adultos, a atividade física moderada a vigorosa é um fator protetor contra doenças cardiovasculares. Porém, entre adolescentes a relação da prática esportiva (principal manifestação de exercício) com desfechos cardiovasculares ainda não é clara. : Analisar a relação entre a prática esportiva e desfechos cardiovasculares entre adolescentes de ambos os sexos. Estudo transversal parte de um estudo longitudinal em andamento (ABCD-Growth Study), conduzido na cidade de Presidente Prudente, SP, Brasil (previamente aprovado pelo CEP). A amostra foi composta por 402 adolescentes (meninos 275 e meninas 127). Prática esportiva foi auto relatada através de entrevista face-a-face. Espessura médio-intimal das artérias carótida (EMIC) e femoral (EMIF) foram mensuradas por ultrassonografia. Pressão arterial sistólica (PAS), diastólica (PAD) e frequência cardíaca de repouso (FCrep) foram mensuradas através de um aparelho automático. Gordura de tronco (GT) foi estimada pela densitometria óssea. O pico de velocidade de crescimento (PVC) foi estimado e ajustou os modelos. Correlação parcial identificou o relacionamento entre prática esportiva e desfechos cardiovasculares (Stata versão 17.0; significância pré-fixada em p-valor < 0,05). Entre as meninas houve relacionamento negativo entre a prática esportiva e gordura corporal (-0,492 [-0,614; -0,348]) e de tronco (-0,465 [-0,591; -0,316]). Entre os meninos, PAD (-0,157 [-0,270; -0,039]) e EMIF (-0,142 [-0,256; -0,024]). A prática esportiva parece estar relacionada a menor pressão, espessura e adiposidade entre adolescentes.

Palavras-chave: Adiposidade; Fatores de risco; Atividade física.

Apoio: CNPq, CAPES e Fundação Amparo a Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP [2021/08655-2]).



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física e saúde mental, desempenho escolar e cognição



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Correlação entre pressão arterial, frequência cardíaca e função cognitiva em pacientes com doença arterial periférica: um estudo transversal

AUTORES

Adão Luís do Monte
Paolo Marcello Cunha
Hélcio Kanegusuku
Marília de Almeida Correia
Nelson Wolosker
Raphael Mendes Ritti Días

Univerdade Nove de Julho, São Paulo, SP.

Analisar a correlação entre a pressão arterial, a frequência cardíaca e a função cognitiva em pacientes com Doença arterial periférica (DAP). Trata-se de um estudo transversal, incluindo 278 pacientes com DAP de ambos os sexos (Idade 67 ± 9.5). A pressão arterial e frequência cardíaca foram obtidos por meio de monitor automático de pressão arterial. O questionário Montreal Cognitive Assessment (MoCA) foi utilizado para analisar a função cognitiva global do participante. A análise estatística foi feita por meio do teste de correlação de Pearson, adotando-se um $p < 0.05$ como significativo. Houve correlação inversa entre a pressão arterial sistólica e a função cognitiva ($r = -0,19$, $p < 0,001$) e uma correlação positiva entre a frequência cardíaca e a função cognitiva ($r = 0,14$, $p = 0,01$). Não foi encontrada correlação entre a pressão arterial diastólica e função cognitiva ($r = -0,02$, $p = 0,66$). Uma maior pressão arterial sistólica e menor frequência cardíaca estão relacionados com menor função cognitiva em pacientes com DAP.

Palavras-chave: Saúde cardiovascular; Função cognitiva; Hipertensão.

Apoio: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo-FAPESP Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Ensino Superior-CAPES



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação da estrutura de rede das funções executivas e autorregulação em pré-escolares de diferentes idades: uma abordagem bayesiana

AUTORES

Ana Clara Cassimiro Nunes
Morgana Alves Correia da Silva
Janielle de Oliveira Albuquerque
Jessica Gomes Mota
Clarice Maria de Lucena Martins
Paulo Felipe Ribeiro Bandeira

Universidade Federal do Vale do São Francisco,
Petrolina, PE.

O objetivo foi analisar e comparar a estrutura de rede das funções executivas e autorregulação em crianças pré-escolares por idades, através de redes bayesianas. Participaram da pesquisa 52 crianças de 4 e 5 anos de escolas públicas de Petrolina - PE. Foi utilizado a bateria de testes Early Years Toolbox para avaliar as funções executivas, nos seus três componentes: Flexibilidade Cognitiva (FC), Memória de Trabalho (MT) e Controle Inibitório (CI) sendo dividido em Tempo de Reação (TR) e Inibição de Impulso (II). A Autorregulação (AR) foi analisada através do teste Head-Toes-Knees-Shoulders-Revised (HTKS-R). Foi calculado o Índice de Influência Esperada (IIE) para verificar os nós mais influentes, e a entropia de Shannon para comparar a auto-organização das estruturas de redes. O software Rstudio foi empregado para as análises. Os principais resultados indicaram um padrão emergente de rede semelhante nas faixas etárias com todas as relações positivas. Apenas uma diferença nas redes foi encontrada. Na rede de 4 anos a aresta de FC se associou positivamente ao TR, enquanto na rede de 5 anos a FC está relacionada a II. A MT foi a variável com maior valor de IIE para 4 anos (1.182) e 5 anos (1.586). O baixo valor da entropia afirma que a rede de 5 anos apresenta um sistema mais auto-organizado (-1,87) do que a de 4 anos (-1,64). Dessa forma, crianças com maior idade tendem a ter uma melhor tomada de decisão e controle de impulsos do que as crianças menores.

Palavras-chave: Autorregulação emocional; Cognição; Análise da complexidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associações entre qualidade de vida e controle inibitório em crianças escolares

AUTORES

Ana Paula Morais Martins Quintella

Mizael Carvalho de Souza

Mauro Roberto de Souza Domingues

Renan Wallace Guimarães da Rocha

João Bento-torres

Universidade Federal do Pará, Belém, PA.

funções executivas e qualidade de vida estão associadas na infância. Porém, permanece por ser melhor investigado como diferentes domínios da qualidade de vida contribuem para essa associação. : Investigar associações entre diferentes domínios da qualidade de vida e o controle inibitório em crianças escolares. A pesquisa foi desenvolvida em uma escola pública de Belém/PA e contou com uma amostra de 70 crianças (09 a 13 anos), sendo 34 meninas, do 4° ao 6° ano escolar. Para avaliar a qualidade de vida foi utilizado a Pediatric Quality of Life Inventory version 4.0 (PEDS-QL), dividido em 4 domínios: físico, emocional, social e escolar. O controle inibitório, foi medido a partir do teste computadorizado de Flanker, sendo utilizado a precisão das respostas para a análise. Foi observado que a qualidade de vida de crianças no domínio físico correlaciona-se com a precisão no teste de controle inibitório ($r = 0.305$, $p = 0.01$). Além disso, a análise de regressão hierárquica, ajustada por idade, mostrou que quanto maior a qualidade de vida (domínio físico), maior a precisão no controle inibitório ($F = 3.464$, $\beta = 0.30$, $p = 0.03$), não havendo efeito no modelo inverso. Demais domínios da qualidade de vida não foram associados com o controle inibitório. O domínio físico da qualidade de vida está diretamente relacionado com o controle inibitório de crianças escolares.

Palavras-chave: Qualidade de Vida; Controle executivo; Infância.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação da atividade física, do comportamento sedentário e do sono com a ansiedade social em adolescentes

AUTORES

Andresa Amorim de Lima
Karoline Barreto da Silva
Thais Maria da Silva
Shirley Jacklanny Martins de Farias
Rubenya Martins Podmelle
Carla Meneses Hardman

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

O presente estudo teve como objetivo analisar se os comportamentos de movimento estão associados com os níveis elevados de ansiedade social em adolescentes. Trata-se de um estudo transversal, realizado com adolescentes ($n = 2.129$) da rede pública estadual de ensino médio de Pernambuco. Os comportamentos de movimento foram categorizados em “atende” e “não atende” às recomendações das diretrizes canadenses das 24h. Valores acima do percentil 75 (terceiro quartil) foram considerados indicativos de níveis elevados de ansiedade social. Para a análise dos dados, foi realizada regressão logística binária (OR; IC95%), ajustada por sexo e idade. Foi identificada a presença de elevados níveis de ansiedade social em 12,5% da amostra. Observou-se que 81%, 96% e 75% não atendiam às recomendações de atividade física, comportamento sedentário e sono, respectivamente; e, 58% não atendiam nenhuma das recomendações de forma combinada. Verificou-se que adolescentes que não atendiam às recomendações de atividade física (1,57; 1,06-2,33) e sono (1,95; 1,38-2,77) tiveram maior chance de apresentarem níveis elevados de ansiedade social. Os adolescentes que não atendiam nenhuma das recomendações dos comportamentos de movimento tinham mais chances de apresentarem elevados níveis de ansiedade social (2,28; 1,09-4,78) do que aqueles que atendiam pelo menos duas das recomendações. Conclui-se que o não atendimento às recomendações de atividade física e sono foram positivamente associados a elevados níveis de ansiedade social.

Palavras-chave: Atividade física; Tempo de tela; Sono; Ansiedade social; Adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física e sintomas depressivos em mulheres residentes no Sudoeste da Bahia

AUTORES

Andressa Pereira Costa
Aline da Silva Adães Motta
Aline Costa da Cruz
Jeiza Márcia Alves Chagas
Jaianne Oliveira Leão Silva
Esther Gusmão Mendes

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

do estudo: Identificar o nível de atividade física e sintomas depressivos em mulheres residentes no Sudoeste da Bahia. Procedimentos metodológicos: Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, descritivo parte do projeto “Perfil epidemiológico das doenças crônicas no Sudoeste da Bahia” realizado de julho de 2017 a dezembro de 2019. A amostra foi composta por 88 mulheres com idade entre 20 e 59 anos. Para classificação do nível de atividade física (NAF) foi utilizado o IPAQ versão curta e dos sintomas depressivos foi utilizada a Escala de Depressão de Beck. Os dados foram analisados no SPSS 25.0 para porcentagens e teste qui-quadrado para associação. O projeto foi aprovado pelo CEP da FSVC com parecer n. 1.859.545 e CAAE 44876215.8.0000.5578. A média de idade foi 41,73 (± 11,42), 44,3% eram casadas e 44,3% solteiras, 64,8% não trabalhavam, 31,8% tinham ensino fundamental incompleto, 80,7% estudaram em escola pública. Quanto ao NAF, 56,8% foram classificadas como “irregularmente ativo A”, 14,8% “irregularmente ativo B”, 13,6% “ativo”, 12,5% “sedentário” e 2,3% “muito ativo”. Quanto aos sintomas depressivos, 91% foram classificadas como “sem depressão” e 9,1% “depressão leve”. A categoria “muito ativa” foi a única que não apresentou “depressão leve”. A maioria das “sem depressão” (57,5%) e das com “depressão leve” (50%) eram “irregularmente ativo A”. Não houve associação entre sintomas depressivos e NAF ($p = 0,924$). A maioria se encontrava irregularmente ativa e sem sintomas depressivos. No entanto, não houve “depressão leve” naquelas com maior nível de atividade física.

Palavras-chave: Depressão; Atividade Física; Mulheres.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação do estilo de vida com sintomas de ansiedade em estudantes universitários: resultados do estudo piloto MENTAL-UNI

AUTORES

Angel Fonseca da Silva
Aline Josiane Waclawovsky
Debora Tornquist
Eduarda Bitencourt dos Santos
Jênifer de Oliveira
Julia Amaral Teixeira
Felipe Barreto Schuch

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

O presente estudo objetivou identificar as associações entre estilo de vida e sintomas de ansiedade em estudantes universitários. A amostra foi composta por estudantes (≥ 18 anos) matriculados em dez universidades brasileiras, recrutados através de redes sociais, convites via e-mail institucional e em sala de aula. Os dados foram coletados pela plataforma RedCap. O estilo de vida foi medido pelo Short Multidimensional Inventory Lifestyle Evaluation (SMILE), que avalia o estilo de vida geral e por domínios, as escalas (geral e domínios) foram divididas pela mediana (baixo/alto). Os sintomas de ansiedade foram avaliados em dois níveis: 1) Escala Transversal de Sintomas de Nível 1 do DSM-5, onde todos os participantes responderam, e 2) General Anxiety Disorder-7 (GAD-7), respondidos por todos aqueles com screening positivo no nível 1. Escores ≥ 10 no nível 2 foram definidos como presença de sintomas ansiosos. As associações foram testadas por Regressão de Poisson com variância robusta. Participaram do estudo 735 universitários (53,19% mulheres; mediana de idade = 21). A prevalência de sintomas ansiosos foi de 45,03%. O grupo de alto escore de estilo de vida geral apresentou menor probabilidade de apresentar sintomas ansiosos (RP:0,52;IC 95%:0,42;0,63). Estudantes mais ativos (RP:0,75;IC 95%:0,61;0,92), com melhores estratégias de manejo do estresse (RP:0,78;IC 95%:0,64;0,95), melhor sono (RP:0,72;IC 95%:0,58;0,88), e dieta (RP:0,78;IC 95%:0,64; 0,96) apresentaram menor prevalência de sintomas de ansiedade. Conclui-se que universitários com maiores escores no instrumento de estilo de vida geral e nos domínios manejo do estresse, sono, atividade física e dieta apresentaram uma menor ocorrência de sintomas ansiosos.

Palavras-chave: Estilo de vida; Ansiedade; Saúde do estudante.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre sintomas de ansiedade, estresse e depressão e níveis de atividade física moderada/vigorosa em adultos de meia-idade e idosos

AUTORES

Bruna Perez Costa Lima
Andressa de Oliveira Araújo
Gledson Tavares de Amorim Oliveira
Maristela Linhares dos Santos
Hassan Mohamed Elsangedy

Universidade Federal do Rio Grande do Norte

Investigar a associação entre níveis de ansiedade, estresse e depressão com atividade física moderada/vigorosa em adultos de meia-idade e idosos. Cento e seis sujeitos (69% mulheres; idade $61,53 \pm 12,63$ anos; $IMC = 25,29 \pm 4,97 \text{ kg/m}^2$) foram incluídos no estudo transversal. Foi utilizado o questionário referente a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21) para avaliar os níveis de ansiedade, estresse e depressão. A atividade física moderada/vigorosa foi avaliada por acelerômetro (Actigraph, modelo GT3X) durante 7 dias consecutivos, com os valores expressos em média ponderada por semana. O modelo linear generalizado foi utilizado para associar a atividade física moderada/vigorosa com ansiedade, estresse e depressão, com ajuste por sexo e idade. Um maior nível de estresse ($\beta = -0,95, p = 0,002$), ansiedade ($\beta = -0,85, p = 0,000$) e depressão ($\beta = -0,89, p = 0,017$) foi associado com menor tempo gasto em atividade física moderada/vigorosa. Nossos resultados sugerem que a saúde mental prejudicada pode dificultar a prática da atividade física em adultos de meia-idade e idosos.

Palavras-chave: Saúde mental; Atividade física; Envelhecimento.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Uma proposta de formação docente: “Por salas de aula fisicamente ativas!”

AUTORES

Cintia Mussi Alvim Stocchero
Ângelo Cássio Magalhães Horn
Gyovanna Schmitt
Willian Axl Espíndola
Matheus Borges Manso
Arianny Bairros

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia
do Rio Grande do Sul (IFRS), Porto Alegre, RS.

Os benefícios da atividade física (AF) sobre os indicadores de saúde estão amplamente reportados na literatura, com sua prática regular demonstrando capacidade de reduzir o aparecimento e melhorar a evolução de uma série de doenças crônicas não transmissíveis. Além disso, a AF também tem um papel relevante sobre a cognição, melhorando os desempenhos cognitivo e escolar/acadêmico, os quais se traduzem na melhora do processo de aprendizagem de indivíduos em idade escolar. Desta forma, este projeto de extensão desenvolvido no Campus Porto Alegre do IFRS objetivou a criação de um modelo de formação para docentes do ensino básico, visando estimular a adoção de salas de aula fisicamente ativas. Os procedimentos metodológicos incluíram: convite a docentes de mais do que 300 escolas da rede pública e comunitária, período de inscrições e realização de seis encontros presenciais (4h cada) com o público-alvo. Na formação foram apresentados os tipos de benefícios da AF para a saúde e a aprendizagem; demonstrados exemplos de atividades energizadoras e aquelas inseridas no plano de aula; analisadas e caracterizadas atividades passíveis de serem utilizadas em sala de aula para o aumento do tempo diário de AF; e a criação de salas de aula fisicamente ativas, tendo como base a realidade do docente. Os resultados alcançados foram seis inscrições e apenas uma conclusão, além da elaboração de um modelo para a abordagem do tema. Apesar do baixo número de participantes, o modelo tem potencial para replicação e, a partir dele, pretende-se oferecer essa formação através de parcerias com escolas.

Palavras-chave: Atividade física; Saúde; Aprendizagem.

Apoio: Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul - Fomento interno.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Aptidão física auto reportada e desempenho acadêmico de adolescentes espanhóis

AUTORES

Clair Rezende Fontana
Henrique dos Santos Monteiro
Letícia de Borba Schneiders
Rafaela Cavalheiro do Espírito Santo
Anelise Reis Gaya
José Francisco Lopez-gil

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Avaliar a relação entre aptidão física auto reportada e desempenho acadêmico em adolescentes espanhóis. Procedimentos metodológicos: Estudo transversal, com 907 adolescentes entre 12 e 17 anos (53,4% meninas), do Valle de Ricote (Espanha) avaliados entre 2021 e 2022. O desempenho acadêmico foi avaliado a partir da média das notas obtidas em Linguagem, Matemática e Inglês. A aptidão física auto reportada foi avaliada pela International Fitness Scale (IFIS), a partir da percepção de aptidão física geral, aptidão cardiorrespiratória, aptidão muscular, velocidade-agilidade e flexibilidade. Para a análise dos dados a IFIS foi recategorizada em três respostas (baixa, média e alta). Utilizou-se teste de Kruskal-Wallis para identificar possíveis diferenças do desempenho acadêmico para cada categoria dos componentes de aptidão física e regressão linear foi aplicada com ajuste para sexo e idade. Foi considerado significado quando $p < 0,05$. Ao comparar os componentes da aptidão física, maior desempenho acadêmico foi observado nos adolescentes com altas aptidão física geral ($p = 0,002$), aptidão cardiorrespiratória ($p = 0,002$), flexibilidade ($p < 0,001$) e com baixa força muscular ($p = 0,038$). A análise de regressão ajustada para sexo e idade demonstrou associação positiva entre esses componentes, exceto de força muscular, em que a alta flexibilidade representa 46% do alto desempenho acadêmico e a alta condição física geral e a aptidão cardiorrespiratória, 67%. Adolescentes espanhóis que auto reportam alta aptidão física nos componentes de condição física geral, aptidão cardiorrespiratória e flexibilidade apresentam melhor desempenho acadêmico.

Palavras-chave: Aptidão física; Desempenho acadêmico; Adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física e sintomas depressivos em adolescentes do Instituto Federal do Maranhão

AUTORES

Cláudia Maria da Silva Vieira
Mateus Barros Frota de Carvalho
Eilane Emanuelle Rodrigues da Silva Maria
Carolyne Jacauna Oliveira Silva
Ana Luiza de Castro Cruz
Mara Jordana Magalhães Costa

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia
do Maranhão-Campus Pedreiras

A presença de sintomas depressivos entre adolescentes é cada vez mais evidente nas mídias e na ciência e vem sendo comumente associada à inatividade física. : Avaliar a presença de sintomas depressivos e sua associação com nível de atividade física em escolares adolescentes do Instituto Federal do Maranhão. Estudo transversal descritivo e analítico, realizado com 124 escolares adolescentes do Instituto Federal do Maranhão-Campus Pedreiras no período remoto. Avaliou-se a prática de atividade física autorrelatada e os sintomas depressivos pelo Beck's Depression Inventory. As informações foram obtidas por meio de questionário eletrônico no google forms. As análises foram efetuadas no programa Stata 12.0. e o estudo foi aprovado do CEP-FACEMA, parecer nº 4.291.749. Predominou o sexo feminino 78 (62,9%), em relação a atividade física 99 (79,84%) foram classificados como insuficientemente ativos, com 86 (69,35%) sem sintomas depressivos. Não houve associação estatística entre sintomas depressivos e prática de atividade física ($p = 0,762$). A maioria dos adolescentes investigados são insuficientemente ativos, não possuem sintomas depressivos e não foram constatadas associações entre prática de atividade física e sintomas depressivos.

Palavras-chave: Sintomas depressivos; Atividade Física; Saúde do adolescente.

Apoio: Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Maranhão.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação do estilo de vida com sintomas depressivos em estudantes universitários: achados do estudo piloto MENTAL-UNI

AUTORES

Debora Tornquist
Aline Josiane Waclawovsky
Maria Eduarda Adornes Guimarães
Jênifer de Oliveira
Julia Amaral Teixeira
Felipe Barreto Schuch

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

O estudo objetivou verificar associações transversais do estilo de vida com a ocorrência de sintomas depressivos em estudantes universitários. A população-alvo foi composta por estudantes (≥ 18 anos) matriculados em dez universidades brasileiras, recrutados por meio de redes sociais e convites online via e-mail institucional. Os dados foram coletados pela plataforma REDCap. O estilo de vida foi medido pelo The Short Multidimensional Inventory Lifestyle Evaluation, e as escalas (geral e domínios) foram divididos pela mediana (baixo/alto). Os sintomas de depressão foram investigados em dois níveis: os participantes responderam inicialmente a Escala Transversal de Sintomas de Nível 1 do DSM-5, indivíduos com escore leve ou maior para depressão responderam a avaliação de nível 2 por meio do Patient Health Questionnaire-9 e valores ≥ 10 foram definidos como presença de sintomas depressivos. Associações foram testadas por Regressão de Poisson com variância robusta. A amostra foi composta por 743 universitários (44,28% homens; mediana de idade = 21). A prevalência de sintomas depressivos foi de 52,76%. O grupo de alto escore de estilo de vida geral apresentou menor probabilidade de apresentar sintomas depressivos (RP:0,43; IC95%:0,36;0,52), assim como os diferentes domínios de estilo de vida avaliados isoladamente: exposição ambiental (RP:0,77; IC95%:0,65; 0,90), manejo do estresse (RP:0,73; IC95%: 0,62; 0,87), suporte social (RP:0,71; IC95%:0,60; 0,84), sono (RP:0,76; IC95%:0,64; 0,91), atividade física (RP:0,81; IC95%: 0,68; 0,97), alimentação (RP:0,83; IC95%:0,70; 0,98) e uso de substâncias (RP:0,87; IC95%:0,76; 0,99). Conclui-se que universitários com maiores escores dos diferentes domínios de estilo de vida apresentaram uma menor probabilidade de ocorrência de sintomas depressivos.

Palavras-chave: Estilo de vida; Depressão; Saúde do estudante.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre sintomas depressivos e comportamento sedentário mentalmente ativo e passivo em pessoas com sintomatologia depressiva

AUTORES

Deborah Kazimoto Alves
Cecília Bertuol
Victor Celestino Pires
Antônio Cleilson Nobre Bandeira
Juliana Pinto da Silveira
Giovani Firpo Del Duca

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

O objetivo do estudo foi verificar a associação entre os sintomas depressivos e comportamento sedentário (CS) mentalmente passivo e mentalmente ativo em pessoas com sintomatologia depressiva. Este foi um estudo transversal com dados de baseline de um ensaio clínico randomizado, realizado com 78 adultos, de ambos os sexos, com sintomas depressivos. Os desfechos do estudo foram: CS mentalmente ativo e passivo durante a semana, avaliados por questionário validado por Mielke et al., (2020). Foram considerados CS mentalmente ativos as atividades que exigissem algum esforço cognitivo: tempo sentado no trabalho e no estudo. Para CS mentalmente passivo, foram consideradas as ações de usar o celular em redes sociais e jogos e assistir televisão. A exposição, ligada aos sintomas depressivos, foi avaliada pelo Patient Health Questionnaire-9, com os seguintes pontos de corte para os sintomas de depressão: leve (9 a 14 pontos) e moderada a grave (≥ 15 pontos). Considerou-se o ponto de corte ≥ 4 horas/dia de tempo excessivo em CS. Na análise de dados, empregou-se a regressão logística binária ajustada para variáveis sociodemográficas (sexo, idade, situação conjugal, cor da pele e escolaridade), com resultados expressos em razões de odds (RO) e intervalos de confiança de 95% (IC95%). Indivíduos com sintomas de depressão moderada a grave apresentaram maiores chances de um tempo excessivo em CS mentalmente passivo (RO = 1,16; IC95%: 1,04; 1,30; $p = 0,010$). Não foi encontrada associação entre sintomatologia depressiva e CS mentalmente ativo. Conclui-se que CS mentalmente passivo não possui características cognitivas estimulantes, podendo contribuir para o agravamento dos sintomas da doença.

Palavras-chave: Comportamento sedentário; Depressão; Saúde mental; Adultos; Ensaio clínico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Mediação da aptidão cardiorespiratória na relação entre índice de massa corporal e desempenho acadêmico

AUTORES

Douglas Eduardo Ferreira Maia
Noadia Noadia Maria Guimarães da Silva
Victor Ferreira Lima
Gabrielle Ceci Costa Couceiro
Thaliane Mayara Pessoa dos Prazeres
Rafael dos Santos Henrique

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

O presente estudo teve como objetivo investigar o papel da aptidão cardiorespiratória como mediadora da relação entre o índice de massa corporal (IMC) e o desempenho acadêmico em português e matemática. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS: A amostra foi composta por 834 jovens (5 a 15 anos) de doze escolas públicas de Lagoa do Carro - PE. Os dados de desempenho acadêmico em Matemática e Português foram obtidos pela prova do Sistema de Avaliação Educacional de Pernambuco, fornecidos pela Secretaria de Educação. Massa corporal e estatura foram utilizadas para calcular o IMC (kg/m^2). A aptidão cardiorespiratória foi avaliada utilizando o teste Progressive Aerobic Cardiovascular Endurance Run (PACER). As análises foram realizadas utilizando a extensão PROCESS, do pacote estatístico SPSS 21. Foi observado um efeito de mediação parcial estatisticamente significativo tanto para Matemática ($\beta = 3,759, p < 0,001$ [95%IC = 2,637 a 5,001]), quanto para Português ($\beta = 4,046, p < 0,001$ [95%IC = 2,870 a 5,287]). A aptidão cardiorespiratória explicou cerca de 41% da relação entre o IMC e o desempenho escolar em matemática, e 49% em português. Nossos resultados demonstram que a relação entre IMC e desempenho acadêmico em escolares é parcialmente mediada pela aptidão cardiorespiratória.

Palavras-chave: Cognição; Desempenho acadêmico; Obesidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Estilo de vida e problemas de sono em estudantes universitários

AUTORES

Eduarda Bitencourt dos Santos
Aline Josiane Waclawovsky
Angel Fonseca da Silva
Julia Amaral Teixeira
Maria Eduarda Adornes Guimarrães
Felipe Barreto Schuch

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

Buscou-se identificar se há associação entre o estilo de vida e os níveis de atividade física e problemas do sono em estudantes universitários. Trata-se de um estudo transversal da linha de base de um estudo de coorte prospectiva. O estudo foi uma survey online por meio da plataforma RedCap e recrutou os participantes através das redes sociais. Foram convidados para participar estudantes (≥ 18 anos), matriculados no ensino superior das universidades participantes do estudo. Para avaliar o estilo de vida e os níveis de atividade física foi utilizado o instrumento The Short Multidimensional Inventory Lifestyle Evaluation (SMILE-C) que avalia o estilo de vida geral e por domínios, as escalas (geral e domínios) foram divididas pela mediana (baixo/alto). Para avaliação dos problemas de sono foi utilizado o instrumento Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Associações foram testadas por regressão logística ajustadas para sexo, idade e índice de massa corporal. A amostra foi composta por 455 indivíduos, sendo 241 (53%) mulheres, com idade média de 23,73 ($\pm 6,4$) anos e majoritariamente brancos (216 = 47,5%). Além disso, 16,5% dos estudantes tinham diagnóstico prévio de algum transtorno mental. Participantes com piores estilos de vida apresentaram maior probabilidade de apresentar problemas de sono (OR = 3,36; IC95% = 2,23-5,07; $p < 0,001$). Indivíduos que relataram menores níveis de atividade física apresentaram duas vezes mais chances de ter problemas de sono (OR = 2,078; IC95% = 1,391; 3,106; $p < 0,001$). Estudantes universitários com estilo de vida não saudável e menores níveis de atividade física apresentaram maior probabilidade de apresentar problemas de sono.

Palavras-chave: Estilo de vida; Atividade física; Estudantes universitários; Problemas de sono.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Revisão de estudos epidemiológicos sobre atividade física e saúde mental na pandemia de COVID-19

AUTORES

Eduarda Bitencourt dos Santos
Aline Josiane Waclawovsky
Felipe Barreto Schuch

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

Buscou-se realizar uma revisão rápida de estudos epidemiológicos brasileiros que avaliaram a associação entre atividade física e saúde mental durante a pandemia de COVID-19. A busca pelos estudos foi realizada nas bases Scielo, Scielo Preprints e PubMed até o dia 27 de janeiro de 2021. Inclui-se estudos que: avaliaram e/ou relataram níveis de atividade física dos participantes; relataram sintomas de depressão e ansiedade através de instrumentos validados; testaram a associação entre atividade física e depressão ou ansiedade utilizando modelos de regressão ou que compararam a diferença entre as médias; com adultos brasileiros (≥ 18 anos) durante a pandemia de COVID-19; em português ou inglês. Foram utilizadas palavras para atividade física, depressão, ansiedade, COVID-19 e brasileiros. Em vista da heterogeneidade dos dados, não foi possível realizar meta-análise. A busca retornou 79 artigos dos quais seis estudos foram incluídos. Os estudos avaliaram 64.473 brasileiros. Quatro estudos testaram a associação entre atividade física e sintomas de depressão e ansiedade, um testou apenas a associação entre atividade física e depressão e um a associação entre atividade física e ansiedade. Ser fisicamente inativo durante a pandemia da COVID-19 estava associado a um risco 152% maior de apresentar depressão e 118% maior de ansiedade. Realizar 30 minutos ou mais de atividade física moderada a vigorosa por dia está associado a uma diminuição de 29% na chance de apresentar sintomas depressivos, 28% ansiosos e 29% na co-ocorrência de sintomas. Praticar atividade física esteve associada com melhores desfechos de saúde mental da população brasileira durante a pandemia.

Palavras-chave: Atividade física; Depressão; Ansiedade; COVID-19



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação da teoria da autodeterminação entre universitários praticantes e não praticantes de exercício físico

AUTORES

Eduarda Eugenia Dias de Jesus
Pedro Jorge Cortes Morales

Universidade da Região de Joinville - Univille,
Joinville, SC.

O objetivo foi comparar os níveis de autodeterminação entre universitários que praticam exercício físico e os que não praticam. Participaram universitários (de qualquer graduação) da região de Joinville/SC, de ambos os sexos. Foram aplicados dois questionários com questões fechadas: o BREQ-3, com 23 questões, e o BPNES, com 12 questões. Os universitários responderam as questões por completo. Os dados foram analisados por meio da estatística descritiva e do teste de correlação de Pearson. Dos 274 participantes da pesquisa, 76,64% (n = 210) eram praticantes de exercício físico. Os resultados mostraram que os universitários que praticam exercício são mais autodeterminados. No grupo que não pratica exercício, foi encontrada uma correlação (0,831/p < 0,05) com a necessidade de relacionamentos, indicando que os alunos não se sentem tão bem com as pessoas que praticam exercício. Além disso, foi encontrada uma correlação (0,73/p < 0,05) com a necessidade de autonomia, evidenciando que a forma como o exercício é realizado nem sempre é do agrado deles. No grupo que pratica exercício físico, foram observadas correlações (0,757/p < 0,05) para a regulação intrínseca, indicando que o exercício é percebido como prazeroso e divertido, e correlações (0,81/p < 0,05) para a regulação integrada, revelando que o exercício faz parte da identidade deles. Diante disso, foi possível concluir que os níveis de autodeterminação são maiores entre universitários que praticam exercício físico, comparado com os universitários que não praticam. O grupo que pratica exercício enxerga a prática como algo fundamental para sua identidade, enquanto o grupo que não pratica enfrenta dificuldades em relação ao relacionamento e à autonomia.

Palavras-chave: Autodeterminação; Universitários; Exercício Físico; Motivação.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental e física em estudantes Sul-brasileiros de Pós-graduação

AUTORES

Elisa Bertoletti
Adroaldo Cezar Araújo Gaya
Mauro Castro Ignácio

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

A pandemia de COVID-19 intensificou a preocupação com a saúde mental e física devido à alta incidência global de sintomas de ansiedade e ao aumento do comportamento sedentário, requerendo estudos mais aprofundados. Com o objetivo de investigar os determinantes individuais e ambientais que influenciam a saúde mental e física dos estudantes de pós-graduação sul-brasileiros durante a pandemia de COVID-19, foi realizado um estudo transversal e exploratório. Utilizando questionários online anônimos divulgados em redes sociais, para uma amostra de 810 participantes ao longo do mês de junho de 2022, compreendendo mestrandos e doutorandos de mais de 100 programas de pós-graduação. A análise temática revelou que aproximadamente 707 estudantes relataram experimentar impactos negativos em sua saúde mental e física. Fatores como demandas excessivas, pressão por resultados, prazos curtos, comparação com colegas, aprendizado virtual, relacionamento com orientadores, preocupações com bolsas e perspectivas de emprego pós-pandemia foram identificados como causas de ansiedade, depressão, burnout, baixa autoestima, insônia, medo, pânico, culpa e sintomas psicossomáticos. Essas descobertas contribuem para o conhecimento dos impactos da pandemia na saúde mental e física dos estudantes de pós-graduação, fornecendo dados relevantes para pesquisas futuras. Além disso, evidenciam a necessidade de desenvolvimento de políticas e programas de promoção e atenção à saúde pública que abordem esses fatores desencadeantes. A compreensão dessas consequências é fundamental para a implementação de intervenções eficazes e o oferecimento de suporte adequado aos estudantes de pós-graduação durante e após a pandemia de COVID-19.

Palavras-chave: Pandemia por COVID-19; Ansiedade; Comportamento sedentário.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre atividade física e domínio cognitivo do letramento corporal de escolares de Lagoa do Carro - PE

AUTORES

Elissandra Cavalcante Brasil
Maria Eduarda Vidal da Silva
Ilana Santos Oliveira
Gabrielle Ceci Costa Couceiro
Dryelle Saile Santos Melo
Rafael dos Santos Henrique

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Examinar a associação entre atividade física e do domínio cognitivo de letramento corporal de escolares. Procedimentos metodológicos: A amostra deste estudo envolve 457 crianças e adolescentes de 10 a 14 anos de idade ($12,09 \pm 0,78$ anos), de ambos os sexos, matriculadas em escolas da rede pública de ensino de Lagoa do Carro, Pernambuco. A atividade física foi avaliada com o uso do Physical Activity Questionnaire for Adolescents (PAQ-A), tendo o escore médio como indicador de atividade física. O domínio cognitivo do letramento corporal foi avaliado com a versão adaptada do questionário de conhecimento e compreensão do Canadian Assessment of Physical Literacy-2. Associações entre as variáveis foram verificadas com a correlação de Pearson. Para a análise estatística foi utilizado o SPSS 21.0, adotando o nível de significância de $p \leq 0,05$. A correlação entre o escore geral de atividade física e o domínio cognitivo do letramento corporal não foi significativa ($r = 0,08$, $p > 0,05$). Nossos resultados permitem concluir que não existe associação entre atividade física e o conhecimento e compreensão, do domínio cognitivo de letramento corporal, de escolares.

Palavras-chave: Atividade Física; Letramento corporal; Escolares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



“Examinando los efectos agudos de la natación en el rendimiento cognitivo: el papel del nivel de experiencia”

AUTORES

Fernanda Henriquez
Rodrigo Cauas
Ignacio Castillo
Carlos Cristi-montero

Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile

El objetivo de este ensayo clínico es investigar el impacto inmediato de una sola sesión de natación en el rendimiento cognitivo entre participantes con diferentes niveles de experiencia en la disciplina. El estudio involucró a cuatro grupos participantes ($n = 12$ en cada grupo, con 50% de mujeres): Grupo1) Sujetos inactivos físicamente (grupo control), 2) Nadadores novatos, 3) Nadadores de nivel universitario, 4) Nadadores de nivel nacionales de alto nivel. Antes e inmediatamente después de una sesión de natación de intensidad moderada de 30 minutos, se evaluaron funciones ejecutivas utilizando una batería CogniFit realizada en una Tablet. La edad, el sexo, el nivel socioeconómico, la frecuencia cardiaca en reposo, la suma de los pliegues cutáneos, y la modalidad de natación se incluyeron como covariables en el análisis. La significación estadística se fijó en $p < 0.05$. Se realizó una imputación con R y además un análisis de normalización de las variables con Shapiro-Wilk. El hallazgo principal indicó que los nadadores de nivel universitario se desempeñaron significativamente en comparación con el grupo control (201.8 frente a 30.9 puntos; $p = 0.040$) y grupo de nadadores de nivel nacional (201.8 frente a -106.2 puntos; $p = 0.044$) en la tarea memoria corto plazo. Conclusión: Una sola sesión de natación si hace que los resultados cognitivos sean mejores en comparación con personas inactivas físicamente. Sin embargo, los nadadores de nivel nacional obtuvieron un menor resultado comparando nadadores de nivel universitario, posiblemente a los elevados niveles de estrés e inflamación que experimentan los atletas de elite. Se necesita más investigación para validar estos hallazgos.

Palavras-clave: Natación; Actividad física; Cognitivo.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre imagem corporal e saúde mental em adolescentes: uma questão social

AUTORES

Frederico Schutz Rabelo
Sandro Legey
Sérgio Machado
Patrícia Sardinha Leonardo
Iransé Oliveira Silva
Alberto Souza de Sá Filho

Universidade Evangélica de Goiás, Anápolis, MG

A construção da beleza estética é cultural e socialmente determinada e amplamente divulgada pela mídia. A insatisfação com a imagem corporal (BID), considerada um problema de saúde pública, é um importante fator de risco para transtornos relacionados à saúde mental que apresenta alta prevalência em adolescentes e impacta sobre o comportamento social. Objetivamos avaliar a possível associação entre BID e os aspectos de saúde mental da depressão e risco de transtornos alimentares e identificar a prevalência em meninos e meninas adolescentes. A amostra foi composta por 308 adolescentes escolares: 167 meninas (54,2%) e 141 meninos (45,8%). O BID foi identificado pela escala de silhueta. A Escala de Depressão na Infância (CDS) e o Teste de Atitudes Alimentares (EAT-26) foram utilizados para avaliar a HM. O teste de contingência qui-quadrado mostrou associação entre a imagem corporal e as variáveis de saúde mental em ambos os sexos. 70,1% das meninas e 76,6% dos meninos apresentaram BID. As meninas demonstraram associação significativa entre imagem corporal e sintomas depressivos ($X(1) = 8,523$; $p = 0,004$) e risco de TA ($X(1) = 14,281$; $p = 0,000$). No entanto, os meninos não exibiram interações entre a imagem corporal e os fatores relacionados à saúde mental. Conclui-se que embora o BID tenha sido elevado em adolescentes de ambos os sexos, pode ser um marcador de depressão e transtornos alimentares em meninas.

Palavras-chave: Insatisfação com a imagem corporal; Depressão; Transtornos alimentares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação do controle inibitório de acordo com o atendimento das diretrizes de comportamentos de movimento de 24 horas em universitários

AUTORES

Gabriel Motta Albertuni
Leonardo Alex Volpato
Mileny Caroline Menezes de Freitas
Julio Cesar da Costa
Marcelo Romanzini
Enio Ricardo Vaz Ronque

Universidade Estadual de Londrina, Londrina, PR.

O objetivo do presente estudo foi comparar o controle inibitório (CI) de acordo com o atendimento das diretrizes de 24 horas de movimento integrando o comportamento sedentário (CS), a atividade física moderada a vigorosa (AFMV) e o período de sono (PS) em universitários. Amostra constituída por 63 universitários (28 mulheres) de uma Universidade Pública do Paraná. O CI foi mensurado por meio do Stroop Task e foi considerada o % de acertos incongruentes para as análises. Para os componentes de 24 horas do movimento CS e PS foram estimados de forma subjetiva e a AFMV por meio de acelerometria e, posteriormente, dicotomizados conforme o atendimento às seguintes recomendações: a) tempo de tela recreacional ≤ 3 horas/dia; b) AFMV ≥ 150 min/semana; c) PS 7-9 horas/dia. A variável de exposição foi composta por três categorias de atendimento das diretrizes: um atendimento (1); dois atendimentos (2); total atendimento (3). Para a comparação do CI de acordo com as categorias de atendimento das diretrizes de 24 horas de movimento utilizou-se a ANCOVA. Quando comparados os grupos 3 (44,4% prevalência) e 1 (19% prevalência) foi encontrada uma diferença significativa (Diferença Média = 18,8, 95%CI 2,1; 35,5, $p = 0,021$). Para os outros grupos não houve diferença significativa. Os resultados mostraram que o total atendimento das diretrizes de 24 horas de movimento foi associado com um maior CI quando comparados com aqueles que atendem apenas um dos comportamentos, assim fortalecendo a importância do atendimento das diretrizes de movimento para a saúde pública dessa população.

Palavras-chave: Saúde pública; Adesão a diretrizes; Função executiva.

Apoio: CNPq e CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos agudos de exercícios na função executiva em jovens adultos universitários

AUTORES

Geovana Pires Rodrigues
Marcelo Couto Jorge Rodrigues
Tauany Garcia Marra
Else Saliés Fonseca
Eduardo de Paula Amorim Borges
Gustavo de Conti Teixeira Costa

Universidade Federal de Goiás, Goiânia, GO

A cognição refere-se ao conjunto de processos mentais que contribuem para a percepção, memória, intelecto e a ação de um indivíduo. Dentro da cognição está a função executiva, um subconjunto de operações mentais responsáveis pela obtenção e compreensão do conhecimento, por ajustes nos processos de percepção, tomada de decisão e manutenção da informação contextual, sendo a capacidade de iniciar, adaptar, regular, monitorar e controlar o processamento de informações e o comportamento. Analisar os efeitos agudos da prática de esportes, prática holística, uso de redes sociais e a tarefa cognitiva específica, nas funções executivas de jovens adultos universitários. Consistiu-se como amostra, 42 alunos de ambos os sexos, com idades entre 20 e 28 anos, que foram divididos em cinco grupos: Grupo 1 (G1) n = 8 - redes sociais; Grupo 2 (G2) n = 10 - Yoga; Grupo 3 (G3) n = 8 - Basquete; Grupo 4 (G4) n = 8 - tarefa cognitiva e o Grupo Controle (GC) n = 8. As intervenções tiveram a duração de 40 minutos e para medir a função executiva utilizou-se o teste de Stroop antes e depois das intervenções. A ANOVA com medidas repetidas mostrou que não houve diferença entre o fator grupo. Entretanto houve diferença no fator tempo [$F(1,7) = 76,880$; $p < 0,05$], sendo que todas as funções executivas foram melhores no pós teste. Realizar tarefas motoras e cognitivas melhoram a função executiva de jovens adultos universitários.

Palavras-chave: Saúde mental; Psicometria; Cognição; Esportes.

Apoio: CNPq, CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre atividade física, comportamento sedentário e a função executiva em pré-escolares com boa e má qualidade de sono, à luz dos sistemas de redes complexas

AUTORES

Géssica de Oliveira Silva
Lucas Leodônio Sousa da Silva
Pedro Henrique de Oliveira Silva
Augusto Predetti
Anastácio Neco de Souza Filho
Thaynã Alves Bezerra

Universidade Regional do Cariri, Crato, CE.

Analisar a associação entre atividade física (AF), comportamento sedentário (CS) e função executiva (FE) em pré-escolares baixa renda com boa (BS) e má qualidade de sono (MS), sob a perspectiva dos sistemas complexos. Foram analisados 53 pré-escolares. AF e CS foram medidos durante o período escolar por acelerometria. Para fins de análise, considerou-se AF leve (AFL), moderada (AFM) e vigorosa (AFV). Para a qualidade do sono idade e sexo, as mães foram questionadas. A FE foi avaliada através dos testes de Controle Inibitório (CI) e Memória de Trabalho (MT) da bateria EYT. As associações foram verificadas por meio das análises de rede. Entre crianças com MS, observou-se positivas associações entre CI e AFV (0,784) e negativa para AFL (-0,656), AFM (-0,884) e CS (-0,711). Em contrapartida, a MT se associou positivamente com AFL (0,652), AFM (0,818) e CS (0,764) e negativamente com AFV (-0,675). Para esse grupo, as variáveis mais sensíveis da rede foram MT (IE = 1.628) e AFV (IE = 1.609). Para crianças com BS verificou-se associação negativa entre CI e AFL (-0,239), AFM (-0,242), AFV (-0,150) e CS (-0,291). Para MT observou-se associações positivas para AFL (0,447), AFM (0,385), AFV (0,044) e CS (0,446). Nessa rede a variável mais sensível foi MT (IE = 1.785). A rede de associações é diferente entre crianças com BS e MS. Além disso, MT deve ser considerada para futuras intervenções com foco na FE de pré-escolares de baixa renda.

Palavras-chave: Função executiva; Pré-escolares; Sono.

Apoio: A todos que contribuíram para realização deste trabalho, participando direta ou indiretamente do desenvolvimento da pesquisa, em especial a professora doutora Thaynã Alves Bezerra.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação da atividade física no lazer com indicadores de saúde mental em adolescentes brasileiros - Pense 2019

AUTORES

Gillianne Crystina dos Anjos Cardoso
Rafael Martins da Costa
Rafaela Batista Brasil
Maria Lionela do Nascimento Froz
Roseanne Gomes Autran

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, AM

Verificar a associação entre atividade física no lazer (AFL) com indicadores de saúde mental (SM) de adolescentes brasileiros. Foram analisados dados de 145.843 adolescentes participantes da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar de 2019. A SM foi mensurada através de dois indicadores: 1) “Nos últimos 30 dias, com que frequência você se sentiu triste?”; 2) “Nos últimos 30 dias, com que frequência você sentiu que a vida não vale a pena ser vivida?”. As respostas para ambas as perguntas foram dicotomizadas em “pouca” e “muita frequência” (categoria de referência). A AFL foi obtida pela multiplicação da frequência semanal e pela duração diária e foi categorizada como “não pratica” (categoria de referência), “não atende” (1-299 min/sem) e “atende” (≥ 300 min/sem). Regressão logística binária foi realizada para verificar a relação da AFL com os indicadores de SM. Os resultados foram apresentados em Odds Ratio (OR) e intervalos de confiança de 95% (IC95%), e o valor de $p < 0,05$ foi considerado. As análises foram ajustadas por sexo, idade e escolaridade da mãe. Adolescentes que praticam AFL tem mais chances de relatarem com pouca frequência o sentimento de tristeza (Atende: OR = 1,29; IC95% = 1,16; 1,44; Não atende: OR = 1,31; IC95% = 1,25; 1,39) e de que a vida não vale a pena ser vivida (Atende: OR = 1,21; IC95% = 1,07; 1,38; Não atende: OR = 1,27; IC95% = 1,20; 1,35) comparado aos adolescentes que não praticam AFL. A AFL está relacionada com melhor saúde mental de adolescentes brasileiros. Futuros estudos precisam analisar outros domínios da atividade física, fatores de estilo de vida e outros indicadores de saúde mental nessa população.

Palavras-chave: Adolescente; Exercício físico; Saúde mental.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Entropia de rede das funções executivas de meninos e meninas: um estudo comparativo

AUTORES

Hudson Morais Sousa
Glacithane Lins da Cunha
Morgana Alves Correia da Silva
Natali Pereira da Silva
Tamires Mendes Silva
Paulo Felipe Ribeiro Bandeira

Universidade Regional do Cariri

Descrever e comparar a estrutura de rede das funções executivas em pré-escolares com idade entre 4 e 5 anos. Trata-se de um estudo transversal. A amostra foi composta por 30 crianças (16 meninos e 14 meninas). O instrumento utilizado foi a bateria de testes Early Years Toolbox, que avalia: Memória de Trabalho (MT), Controle Inibitório (CI) (Go e No Go) e Flexibilidade Cognitiva (FC). A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética N° 4.330.160. A análise dos dados foi realizada no software Rstudio utilizando os pacotes qgraph e EGAnet. O estimador Ebicglasso foi utilizado para calcular a rede e a matriz de correlação. A medida de centralidade influência esperada (IE), que identifica os nós mais influentes foi calculada e o valor de entropia foi estimado para comparar a auto-organização de cada rede. A melhora da MT está associada com o aumento das variáveis de CI, Go e No Go, na rede do grupo masculino (0.28 e 0.34) e feminino (0.60 e 0.44), respectivamente. A FC se relacionou negativamente com a memória de trabalho nas meninas (-0.26) enquanto nos meninos tal relação não foi estabelecida. A MT foi a variável com maior valor de IE no grupo masculino (1.210) e feminino (0.856). Em relação a entropia, o grupo feminino apresentou um valor menor (1.67) em comparação aos meninos (2.14). As relações se estabelecem mais fortemente nas meninas, como também a entropia reduzida, indicando que as meninas apresentam uma estrutura de rede mais auto-organizada.

Palavras-chave: Função executiva; Crianças; Network.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito do exercício físico em casa na qualidade de vida e do sono de estudantes do sexo feminino durante o distanciamento social da COVID-19

AUTORES

Jéssica Caroline Silva Aguiar
Aline Santana Bomfim
Angelica Miki Stein
Iane de Paiva Novais

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, BA.

Analisar o efeito de um programa de intervenção com exercício físico (EF) em casa na qualidade de vida e do sono de estudantes universitárias do sexo feminino durante o distanciamento social da COVID-19. Estudo quasi-experimental realizado com 53 alunas de uma universidade na Bahia, alocadas nos grupos: Exercício (GE; n = 28; 22,7 ± 4,6 anos) e Controle (GC; n = 25; 24,6 ± 3,9 anos). O GE foi submetido a 24 sessões de EF remoto síncrono e supervisionado, 2 vezes/semana, 60 minutos/sessão, durante 12 semanas, enquanto o GC não realizou nenhum tipo de EF sistematizado. A qualidade de vida foi avaliada pelo questionário 36-Item Short Form Health Survey (SF-36) e a qualidade do sono foi avaliada pelo Índice de Pittsburgh nos momentos basal e pós-treinamento através de formulário online. A distribuição de normalidade foi verificada pelo teste de Shapiro-Wilk e realizados testes de Wilcoxon e U de Mann-Whitney (Δ), adotando nível de significância de 5%. O GE apresentou redução significativa de 45,7% na pontuação do domínio dor e melhora de 27,0% na saúde mental, ambos avaliados pelo SF-36, após o protocolo com 12 semanas de EF em casa. Além disso, houve redução de 41,3% na pontuação da qualidade do sono no GE. A intervenção com 12 semanas de EF em casa durante o distanciamento social da COVID-19 foi efetiva em produzir alterações positivas na qualidade de vida e de sono de estudantes universitárias, sugerindo que a atividade praticada de maneira remota parece ser uma estratégia com benefícios para o bem-estar nesta população.

Palavras-chave: Práticas corporais; Promoção da saúde; Programas de bem-estar; Saúde mental; Fenômenos psicológicos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Mídia jornalística e questões relacionadas a qualidade de vida, atividade física e saúde mental de adolescentes diante do cenário da pandemia da COVID-19

AUTORES

João Francisco Lins Brayner Rangel Junior
Marcela Claudia de Paula Oliveira
Emilia Chagas Costa
Lygia Maria Pereira da Silva
Livia Novaes Vieira Barbosa
Mauro Virgilio Gomes de Barros
José Henrique Cavalcanti Mota Filho
Marco Aurelio de Valois Correia Junior

Universidade de Pernambuco, Recife, PE.

A adolescência é marcada por transformações biológicas, psicológicas e sociais. O isolamento social e o medo da COVID-19 podem predispor a problemas relacionados a diminuição da atividade física, qualidade de vida e saúde mental desse público. O objetivo deste estudo foi analisar se os jornais brasileiros escritos destacam a qualidade de vida, atividade física e saúde mental de adolescentes frente a pandemia da COVID-19. Trata-se de estudo qualitativo que utilizou a análise de conteúdo. Foram analisadas 62 publicações jornalísticas do total de 8.211 veiculadas pelos jornais mais lidos de cada região brasileira entre dezembro de 2019 a agosto de 2021. Os resultados foram agrupados em três categorias: qualidade de vida (n = 11), nível de atividade física (n = 9) e saúde mental (n = 42). Utilizou-se o software IRAMUTEQ® no qual o conteúdo foi organizado e sumarizado. Foi realizada uma análise de prevalência de palavras em classificação de mais prevalente para menos prevalente das publicações encontradas. Destas, apenas 3% eram sobre qualidade de vida, nível de atividade física e saúde mental, enquanto que durante o período pandêmico os adolescentes apresentaram maior tempo de exposição frente a telas contribuindo para uma alimentação inadequada, insegurança alimentar, diminuição da atividade física e prejuízos na qualidade de vida. A pandemia também contribuiu com aumento da ansiedade, depressão, solidão e medo resultantes da desorganização mental e emocional causadas pela mudança abrupta de rotina. As publicações jornalísticas não enfatizaram os adolescentes sobre as consequências negativas relacionadas a pandemia na qualidade de vida, nível de atividade física e saúde mental.

Palavras-chave: Adolescente; COVID-19; Saúde mental; Nível de atividade física; Qualidade de vida.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Uso do tempo livre e indicativos de Transtorno do Desenvolvimento da Coordenação (TDC): estudo preliminar entre escolares

AUTORES

João Lima de Oliveira Filho
Sarah Moreira da Silva
Kariane Rocha Menezes
Valdinei de Freitas Rodrigues
Maria de Fátima Jesus dos Santos
Jorge Lopes Cavalcante Neto

Universidade do Estado da Bahia

O objetivo do estudo foi avaliar o uso do tempo livre entre escolares com e sem indicativos de Transtorno do Desenvolvimento da Coordenação - TDC. Trata-se de um estudo transversal preliminar realizado com 42 escolares entre 09-13 anos de idade (Média: 11,42 ± 1,34), ambos os sexos (22 meninas) de Jacobina, Bahia. Os responsáveis dos escolares preencheram questionário sociodemográfico, com informações sobre o tempo livre da criança: (i) brincando sozinha, (ii) com outras crianças, (iv) em casa, (v) fora de casa, (vi) ajudando os afazeres de casa, (vii) praticando esportes, e (viii) estudando/fazendo tarefas. Os sinais indicativos de TDC foram avaliados com o Developmental Coordination Disorder Questionnaire (DCDQ). Escolares com médias ≤ 57 no DCDQ foram classificados com indicados para TDC (DCDQ+) e àqueles > 57 sem tais indicativos (DCDQ-). O teste U de Mann-Whitney foi utilizado para avaliação do tempo livre entre os grupos, com nível de significância de 5%. No geral, as crianças com DCDQ- apresentaram maior tempo livre dispendido comparadas às crianças DCDQ+. Diferença significativa foi observada apenas no tempo livre 'estudando/fazendo tarefas' (p = 0,016) com maior tempo dispendido entre àquelas DCDQ- (Mediana: 60,0; Média: 58,84; DP: 28,75 minutos) comparadas às DCDQ+ (Mediana: 30,00; Média: 41,25; DP: 24,18 minutos). Conclui-se que, escolares com indicativos de TDC dispõem menor tempo livre, com diferença significativa para realização de estudos/tarefas comparados àqueles sem indicativos de TDC. Nossos achados indicam menor aproveitamento do tempo livre por crianças com indicativos de TDC. Estudos futuros são necessários para se ampliar a compreensão desses comportamentos.

Palavras-chave: Transtornos das habilidades motoras; Atividade física; Criança.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A trajetória de atividade física está associada à incidência de comprometimento cognitivo leve? Resultados da coorte EpiFloripa Idoso

AUTORES

Joel de Almeida Siqueira Junior
Francisco Timbó de Paiva Neto
Eleonora D'orsi
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Este estudo tem como objetivo investigar a associação entre a trajetória de atividade física no lazer e incidência de comprometimento cognitivo leve (CCL) em idosos. Trata-se de uma análise longitudinal com dados da coorte EpiFloripa Idoso (2009-2019). O CCL foi verificado pelo Mini-Mental State Examination (MMSE) e a incidência como casos novos a partir da linha de base. A atividade física foi avaliada por meio do International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), domínio de lazer, categorizada em “ativo” e “inativo”. Para a trajetória de atividade física, idosos inativos para Atividade Física Moderada e Vigorosa (AFMV) ou caminhada foram categorizados como ‘trajetória inativa’, aqueles que mudaram de categoria no acompanhamento foram considerados como “trajetória irregular” e, aqueles que mantiveram pelo menos 10 min/sem de AFMV ou caminhada foram considerados como “trajetória ativa”. Regressão logística binária foi utilizada para testar a relação entre as variáveis. Participaram do estudo 731 idosos (66,6% mulheres) que apresentaram uma incidência de 18,5% de CCL. Durante o acompanhamento, 12,2% e 10,8% tiveram trajetória ativa de AFMV e caminhada no lazer, respectivamente. Idosos com trajetória ativa de AFMV e caminhada no lazer tiveram 60% (IRR = 0,40; IC95%: 0,15-0,99) e 67% (IRR = 0,33; IC95%: 0,12-0,89) menor risco de desenvolver CCL, respectivamente, quando comparados aos idosos com trajetória inativa. Manter uma trajetória ativa de atividade física esteve associada ao menor risco de desenvolver CCL, após 10 anos de acompanhamento. Ações e programas de AFMV e caminhada no lazer podem ser estratégias promissoras para promover a função cognitiva de idosos.

Palavras-chave: Envelhecimento; Cognição; Epidemiologia; Atividade motora.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Mediação da qualidade de vida na relação entre a insatisfação com a imagem corporal e o transtorno de ansiedade em mulheres em hormonioterapia para o câncer de mama

AUTORES

Josefina Bertoli
Sueyla Ferreira da Silva dos Santos
Cíntia de La Rocha Freitas
Licelli Amante Cardoso
Ismael Forte Freitas Júnior

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Analisar a relação da imagem corporal (IC) e o transtorno de ansiedade de mulheres em hormonioterapia para o câncer de mama (CM), via a mediação de componentes da qualidade de vida (QV). Participaram 43 mulheres com CM ($55 \pm 7,1$ anos; $72,9 \pm 7,0$ kg; $29,4 \pm 4,4$ IMC). As variáveis primárias analisadas no modelo foram a IC (Body Image Scale) e o transtorno de ansiedade (ESCALA HAD). A QV foi medida pelo SF-36, composto pelo componente físico, capacidade funcional, fadiga, dor, emoções, função cognitiva, função social e as finanças. Utilizou-se a estatística descritiva e a regressão logística binária com mediação explorada (PROCESS v3.3). A hipótese de mediação foi testada pelo modelo bootstrapping para estimar o efeito total, direto e indireto. A ansiedade foi preditora da autopercepção negativa da IC (Efeito Total: $\beta = 4,71$; Erro Padrão: 1,53; $p = 0,004$). Na análise do efeito direto dos mediadores, os componentes da dor ($p = 0,027$) e finanças ($p = 0,025$) apresentaram associação positiva e, o componente físico ($p = 0,007$); papel funcional ($p = 0,018$); emoções ($p = 0,001$) e função social ($p = 0,036$) uma associação negativa na mediação entre a ansiedade e IC. Apenas o desfecho de função social ($\beta = -0,09$; Erro Padrão: 0,04; $p = 0,048$) mediou parcialmente a relação entre a ansiedade e insatisfação com a IC no modelo final. A IC das mulheres com CM foi mediada por fatores psicológicos (ansiedade), físicos (dor) e financeiros, relacionados à QV. Assim sendo, intervenções com atividade física e acompanhamento psicológico poderiam melhorar o grau de satisfação com a IC.

Palavras-chave: Neoplasia maligna de mama; Imagem corporal; Qualidade de vida; Ansiedade.

Apoio: O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Avaliação do paradigma fit but fat e seu impacto no rendimento cognitivo acadêmico em adolescentes chilenos

AUTORES

Juan Pablo Espinoza Puelles

Humberto Peña

Sofia de La Maza

Carlos Cristi-montero

Universidad Católica de Valparaíso, Valparaíso,
Chile

Evaluar el paradigma "fit but fat" (cumplir o no las recomendaciones de aptitud cardiorrespiratoria [VO₂max] y el índice de masa corporal [IMC]) y establecer su relación con el rendimiento cognitivo y académico en adolescentes chilenos. Participaron de este estudio transversal un total de 1.296 adolescentes entre 10-14 años (50% niñas). Se midió el IMC (peso/estatura²), el VO₂max mediante el test "20 metros ida y vuelta", las funciones ejecutivas por una batería cognitiva (control inhibitorio, memoria de trabajo, razonamiento fluido y flexibilidad cognitiva) y el rendimiento académico a través de los resultados escolares. Se crearon 4 grupos a partir de los cumplimientos de los puntos de corte para el VO₂max y el IMC (Fit/Normopeso - Fit/Sobrepeso-Obesidad - Unfit/Normopeso - Unfit/Sobrepeso-Obesidad). Se utilizaron ANCOVAS ajustadas a sexo, maduración, índice de vulnerabilidad, colegio y haber tomado desayuno para establecer las diferencias entre los grupos. Respecto al rendimiento cognitivo, los estudiantes Fit (tanto normopeso [p = 0.011] como con sobrepeso/obesidad [p = 0.015]) mostraron un mejor rendimiento que los estudiantes Unfit/sobrepeso-obesidad. En relación al rendimiento académico, los estudiantes Fit/normopeso mostraron un mejor rendimiento que los estudiantes Fit/sobrepeso-obesidad (p = 0.008) y Unfit/sobrepeso-obesidad (p = 0.002). Los adolescentes con una mejor aptitud cardiorrespiratoria muestran un mejor rendimiento académico y cognitivo, incluso cuando presentan sobrepeso u obesidad. Esto viene a apoyar el paradigma "fit but fat" y a enfatizar en la necesidad de mejorar la aptitud cardiorrespiratoria y los niveles de actividad física desde dentro de las escuelas.

Palavras-clave: Instituciones Académicas; Educación Física; Composición Corporal; Estudiantes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação do estilo de vida e risco de suicídio em estudantes universitários: resultados do estudo piloto MENTAL-UNI

AUTORES

Julia Amaral Teixeira
Débora Tornquist
Aline Josiane Waclawovsky
Maria Eduarda Guimarães
Jênifer de Oliveira
Felipe Barreto Schuch

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

Buscou-se verificar associações transversais do estilo de vida com a apresentação de risco de suicídio em universitários. Foram incluídos estudantes (≥ 18 anos) matriculados em dez universidades brasileiras, recrutados através de convites via e-mail e redes sociais. Dados foram coletados pela plataforma REDCap. Avaliou-se o estilo de vida pelo The Short Multidimensional Inventory Lifestyle Evaluation em: score total e domínios (uso de substâncias, alimentação, atividade física, sono, suporte social, manejo do estresse e exposição ambiental). Participantes foram divididos pela mediana (baixo/alto). Avaliou-se o risco de por uma questão na Escala Transversal de Sintomas de Nível 1 (DSM-5) e uma do Patient Health Questionnaire-9. Definiu-se como risco de suicídio pontuações maiores/iguais a 1 no somatório das questões. As associações foram testadas por Regressão de Poisson com variância robusta. A amostra foi de 766 universitários (56,14% mulheres; mediana de idade = 21) com prevalência de risco de suicídio de 31,46%. Ajustando por idade, sexo, renda, profissão, escolaridade e histórico familiar de transtorno mental; um melhor estilo de vida geral foi associado com menor probabilidade de apresentar risco de suicídio (RP: 0,40; IC95%: 0,31; 0,51), assim como manejo do estresse (RP:0,64; IC95%: 0,50; 0,83) e suporte social (RP:0,66; IC95%:0,51; 0,86). Maiores níveis de atividade física, melhor qualidade do sono e alimentação associaram-se a menor probabilidade de risco de suicídio apenas para análises não ajustadas RP:0,68 (IC95% = 0,54; 0,86), RP:0,61 (IC95% = 0,48; 0,76) e RP:0,59 (IC95% = 0,47; 0,74) respectivamente. Conclui-se que universitários com melhor estilo de vida no geral, tem menor probabilidade de apresentar risco de suicídio.

Palavras-chave: Estilo de vida; Risco de suicídio; Saúde do estudante.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comportamento de sintomas depressivos e qualidade do sono de praticantes de modalidade convencional versus praticantes de duas modalidades não convencionais em 16 semanas (MALTS)

AUTORES

Juliane Bregalda
Angelica Danielevicz
Maria Eduarda de Moraes Sirydakís
Herber Orlando Benitez
Cíntia de La Rocha Freitas
Rodrigo Sudatti Delevatti

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Comparar os sintomas depressivos e a qualidade do sono de praticantes de modalidades convencionais (MC) e de modalidades não convencionais (MNC) ao longo de um período de 16 semanas. A amostra composta por ambos os sexos foi selecionada por conveniência na cidade de Florianópolis-Brasil, a partir de praticantes de MC (musculação e aeróbico em esteiras e ciclo ergômetros) e duas MNC (Pilates e Mova-se). A avaliação foi realizada por meio dos questionários Patient Health Questionnaire-9 (PHQ9) e Índice de Qualidade de Sono de Pittsburgh. Os dados foram analisados por equações de estimativas generalizadas; α : 5%. A amostra compreendeu trinta e dois participantes (20 mulheres), sendo 12 praticantes de Pilates ($36,25 \pm 10,54$ anos), 13 de Mova-se ($30,69 \pm 10,36$ anos) e 7 da MC ($27,57 \pm 7,67$ anos). Os sintomas depressivos foram similares entre as modalidades ($p = 0,48$) e não modificaram ao longo das 16 semanas ($p = 0,48$). Os participantes também não tiveram diferenças significativas entre os grupos ($p = 0,29$) na qualidade do sono, entretanto todas as modalidades apresentaram resultados positivos no índice de qualidade do sono após 16 semanas ($p < 0,01$). Os escores de sintomas depressivos foram mantidos no período avaliado. Já a qualidade do sono apresentou melhores resultados após 16 semanas, portanto as três modalidades parecem apresentar efeitos positivos na qualidade do sono de seus praticantes em 16 semanas.

Palavras-chave: Exercício Físico; Qualidade do sono; Depressão; Musculação.

Apoio: Uniedu, Centro de Desportos CDS- UFSC.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Is it enough just to move? The moderation role of gross motor development level in the association between girls physical activity and cognition

AUTHORS

Júlio Brugnara Mello
Nataly Guerra
Benjamín Anguita
Catalina Lobos
Juan Hurtado
Jacqueline Paez

Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile

Our objective is to describe the moderating effect of the level of gross motor development on the relationship between physical activity and visual perception/memory in children. This is a quantitative cross-sectional study part of the project "Motricidad y Aprendizaje en Primera Infancia" approved by the Ethic Committee of Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile (BIOPU-CV-H-456-2021). Participated in this study 85 girls (mean age $7,11 \pm 0,74$; sample size power of the test ($1 - \beta$): 0.84) from Valparaíso region, Chile. From a theoretical model, the following models have been tested: interaction between physical activity (PA) assessed by accelerometers (light: model 1; moderate-vigorous: model 2; vigorous: model 3; and total PA: model 4) and gross motor quotient assessed by the Test of Gross Motor Development - second edition associated with visual perception/memory assessed by Benton Visual Retention Test. Variables that presented interaction were tested according to the Johnson-Newman, in which gross motor development was classified according to 16th, 50th and 84th percentiles. All analyses were adjusted for age. The level of statistical significance was established as $p < 0.05$. The results point to a statistically significant effect in the interaction between moderate-vigorous PA and gross motor quotient (model 2 explains 13% of outcome variability) and in the interaction between total PA and gross motor quotient (model 4 explains 15% of outcome variability). Indicating that the gross motor quotient moderates the relationship between the total time of PA and visual perception/memory, but also in the relationship with moderate-vigorous physical activity. Collectively, our results demonstrate that girls with a high level of gross motor skills have a stronger relationship between total PA (and also only moderate-vigorous activity) and visual perception/memory.

Palavras-chave: Motor activity; Executive function; Child development; Children; School physical education.

Apoio: We thank the Pontificia Universidad Católica de Valparaíso for funding this investigation with an internal interdisciplinary fund (Concurso DI Investigación Innovadora Interdisciplinaria de la PUCV).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física reduziu a incidência de sintomas de ansiedade durante a pandemia de COVID-19: dados da coorte PAMPA, Brasil

AUTORES

Larissa Leal da Cunha
Natan Feter
Eduardo Lucia Caputo
Jayne Santos Leite
Airton José Rombaldi

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Verificar a associação entre atividade física com sintomas de ansiedade durante a pandemia de COVID-19 em adultos do sul do Brasil. Este estudo analisou dados da coorte PAMPA (Prospective Study About Mental and Physical Health), um estudo longitudinal sobre a saúde de adultos do sul do Brasil. Sintomas de ansiedade foram avaliados através da Hospital Anxiety and Depression Scale. Os dados analisados foram coletados através de questionários autoaplicados, respondidos em junho/2020 (onda 1) e junho/2021 (onda 3). Na onda 1, atividade física e sintomas de ansiedade foram acessados usando também o período pré-pandemia como referência (retrospectivo). A incidência de ansiedade foi examinada através de modelos ajustados de riscos proporcionais de Cox. Um total de 1,799 indivíduos foram analisados (75,8% mulheres; idade média: 38,1 [13,5] anos). Durante o acompanhamento, 64,9% da amostra desenvolveu sintomas de ansiedade. Participantes ativos durante a onda 1 apresentaram menor risco para sintomas de ansiedade moderada à grave durante a pandemia (RR: 0.74; IC95%: 0.64, 0.87). Participantes que permaneceram (RR: 0.80; IC95%: 0.66, 0.96) ou se tornaram ativos (RR: 0.65; IC95%: 0.48, 0.87) durante a pandemia apresentaram menor risco para sintomas moderados a graves de ansiedade comparado com quem permaneceu inativo. O tipo de atividade física e o local que ela foi praticada não foram associados ao risco para sintomas de ansiedade. A prática de atividade física foi associada a menor incidência de sintomas moderados e graves de ansiedade durante a pandemia de COVID-19.

Palavras-chave: Exercício físico; Transtornos de ansiedade; COVID-19.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS

Fatores associados à saúde mental de estudantes do ensino médio de uma Instituição Federal de Ensino



AUTORES

Lázaro Furtado Carrilho Neto
Michele Fernandes Valadão
Woska Pires da Costa
Priscilla Noll
Matias Noll

Instituto Federal Goiano. Campus Ceres, GO.

O objetivo do estudo foi avaliar associação dos sintomas depressivos com fatores do contexto familiar e escolar, indicadores de saúde mental, violência, imagem corporal, ao contexto da pandemia da COVID-19. O público-alvo foram estudantes do Ensino Médio Integrado (EMI) de uma instituição da Rede Federal de Educação Profissional, Científica e Tecnológica, que estavam regularmente matriculados em 2021. 343 participaram da pesquisa por meio do preenchimento de um questionário online semiestruturado (Children's Depression Inventory). Análise estatística foi realizada pelo método de regressão de Poisson. Os resultados foram associados aos fatores, tais como: faltar à escola sem autorização dos responsáveis (RP: 1,86; IC 95%: 1,42-2,45), ausência de apoio emocional dos responsáveis (RP: 2,84; IC 95%: 1,98 -2,06), *bullying* (RP: 2,17; IC 95%: 1,59-2,95), não ter amigos próximos (RP: 2,76; IC 95%: 1,90-3,99), solidão (RP: 7,81; IC 95%: 3,34-18,25), dificuldades para dormir a noite (RP: 4,57; IC 95%: 2,47-8,46), violência (RP: 1,79; IC 95%: 1,28-2,52), insatisfação com a imagem corporal (RP: 3,11; IC 95%: 2,02-4,80). Os sintomas depressivos entre os estudantes estiveram associados fatores de risco presentes no contexto familiar e escolar. Dentre os fatores estão: número de faltas escolares, apoio emocional limitado dos responsáveis, *bullying*, não ter amigos próximos, sentir-se sozinho, ter dificuldades para dormir, violência intra/extrafamiliar, forçado a ter relação sexual, insatisfação com o próprio corpo, e isolamento social durante a pandemia.

Palavras-chave: Saúde mental; Qualidade de vida; Adolescente.

Apoio: Ao Instituto Federal Goiano - Campus Ceres e ao Grupo de Pesquisa sobre Saúde da Criança e do Adolescente (GPSaCA).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A associação da atividade física à melhor percepção da memória em trabalhadores de uma universidade pública

AUTORES

Leandro Quadro Corrêa
Pâmela Moraes Volz
Rinelly Pazinato Dutra
Yasmin Marques Castro
Natan Feter

Universidade Federal do Rio Grande, Rio Grande,
RS.

O objetivo deste estudo foi verificar a associação entre a percepção subjetiva da memória e o nível de atividade física (AF) como lazer e sintomas psicológicos de trabalhadores de uma universidade pública do sul do Rio Grande do Sul no ano de 2022. Trata-se de um estudo transversal, conduzido com participantes da Universidade Federal do Rio Grande. A percepção subjetiva da memória foi avaliada por meio da questão “Como você classifica sua memória hoje?” e categorizada em excelente/muito boa, boa/razoável ou ruim. Foram considerados com pior percepção aqueles que apontaram sua memória como ruim. Participantes que reportaram fazer 150 minutos ou mais de AF por semana foram classificados como ativos. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse foram avaliados por meio da escala DASS-21, dividindo a gravidade de cada sintoma em duas categorias, conforme pontuações obtidas em questionário: sem sintomas e com sintomas. Foi realizada regressão logística ordinal, em análises bruta e ajustada. Participaram do estudo 297 trabalhadores com média de 42,9 anos ($Dp = 10,8$). A prevalência de percepção da memória ruim foi de 6,4% (IC95%: 5,8;6,9). Ser ativo fisicamente reduziu em 63% (RO: 0,37; IC95%: 0,2;0,7) a chance de percepção de memória ruim. No entanto, ter sintomas de depressão aumentou 11,2 vezes (RO: 11,2; IC95%: 4,6;27,3) a chance de percepção negativa. Com base nos achados, concluiu-se que ter percepção de memória ruim esteve significativamente associada à falta de AF e presença de sintomas de depressão nos trabalhadores avaliados.

Palavras-chave: Memória; Atividade física; Trabalhador; Universidade; Sintomas psicológicos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre tempo despendido nos comportamentos de movimento fora da escola e a função executiva de pré-escolares de baixa renda

AUTORES

Lucas Leodônio Sousa da Silva
Géssica de Oliveira Silva
Maria José de Souza Neta
Pâmela Hérica Nunes Martins
Anastácio Neco de Souza Filho
Thaynã Alves Bezerra

Universidade Regional do Cariri

Diversos fatores parecem influenciar a Função Executiva (FE) de crianças pré-escolares, inclusive os comportamentos de movimento. Contudo, entre crianças brasileiras e de baixa renda, pouco ainda se sabe sobre essa relação. : Analisar a associação entre os comportamentos de movimento e a FE de pré-escolares de baixa renda. Este estudo do tipo transversal, foi realizado com 105 pré-escolares (50,5% meninas; $53,8 \pm 12,5$ meses de idade), de quatro pré-escolas públicas da cidade do Crato-CE. Para o sono considerou-se o tempo médio durante a noite. Para tempo de tela considerou-se o tempo despendido em TVs, celulares, tablets e computadores. Para tempo de atividade física, considerou-se as atividades realizadas ao ar livre e em locais fechados. As variáveis foram coletadas através de formulários eletrônicos com mães/responsáveis. A FE foi analisada por meio da bateria EYT. Foi utilizado o Modelo Lineares Generalizados para verificar as associações. Durante a semana, observou-se uma associação positiva com tempo em AF ao ar livre ($\beta = 2,082$; $p < 0,001$), e em locais fechados, para a tela e sono, não foram encontradas associações significativas. Para os comportamentos nos finais de semana, verificou-se uma associação positiva com o tempo de tela ($\beta = 0,762$; $p < 0,001$), e AF ao ar livre ($\beta = 1,565$; $p = 0,009$). Os demais comportamentos nos dias de final de semana não apresentaram associações significativas. Durante a semana e fins de semana, crianças que despendem mais tempo em atividades ao ar livre e tempo de tela apresentaram melhor FE.

Palavras-chave: Função executiva; atividade física; tempo de tela; sono; pré-escolares



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A associação da inatividade física com a dor e sintomas depressivos em alunos universitários

AUTORES

Lucas Saboya Amora

Ana Beatriz Chaves de Oliveira

Felipe Barreto Schuch

Fabianna Resende de Jesus Moraleida

Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, CE.

A inatividade física é um problema de saúde pública nos diferentes ciclos de vida. Atualmente 1,4 bilhão de adultos são considerados fisicamente inativos. Dor e depressão estão fortemente associadas entre si e com incapacidade, podendo contribuir para a inatividade física. O objetivo deste estudo foi investigar se a inatividade física está associada a dores e sintomas depressivos em estudantes universitários. Trata-se de um estudo transversal, piloto do estudo “Trajetórias do Estilo de Vida e Saúde Mental do Estudante Universitário: A Coorte Prospectiva (UNILIFE-M)”. Foram avaliados inatividade física (questão 8 da SMILE > 2 pontos); dor inexplicável, com o registro daqueles que reportaram sentir dor/sofrimento sem explicação em alguma parte do corpo (mais de um ou dois dias nas últimas duas semanas); sintomas depressivos (PHQ-9 > 9 pontos). A associação destas medidas com inatividade física foi através da construção de modelos regressão logística, com ajuste pelas covariáveis idade e sexo. Participaram do estudo 670 universitários (23,3 anos, ± 6,92). Destes, 62% eram suficientemente ativos, 43% apresentavam dor inexplicável e 62% sintomas depressivos. Após o ajuste do modelo, ter dor inexplicável e sintomas depressivos foram associados a uma maior probabilidade de ser inativo fisicamente (Odds Ratios de 1,66, 95% IC 1,13-2,44; e 2,49, 1,65-3,73), respectivamente. Assim, a inatividade física apresentou associação com dor e sintomas depressivos em estudantes universitários, indicando a relevância de estudos exploratórios com estes fatores nesta população.

Palavras-chave: Inatividade Física; Dor; Depressão.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS

Relação entre nível de atividade física e estresse em homens residentes no interior da Bahia



AUTORES

Luís Fernando Mendes Teixeira
Fábio Thomaz Melo
Berta Leni Costa Cardoso
André de Oliveira Lacerda
Rebeca Aragão Gomes de Jesus
Gildásio Oliveira Araújo

Instituto de Pesquisa e Extensão em Saúde Pública,
Vitória da Conquista, BA.

O objetivo do trabalho foi identificar a relação entre nível de atividade física e ansiedade de homens residentes no Sudoeste da Bahia. Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, descritivo parte do projeto “Perfil epidemiológico das doenças crônicas no Sudoeste da Bahia” realizado de julho de 2017 a dezembro de 2019. A amostra foi composta por 50 homens com idade entre 20 e 59 anos. Para classificação do nível de atividade física (NAF) foi utilizado o IPAQ versão curta. O nível de ansiedade foi avaliado pela Escala de Ansiedade de Beck. Os dados foram analisados no SPSS versão 25.0 para porcentagens e realizado o teste qui-quadrado para associação. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da FSVC com parecer n. 1.859.545 e CAAE 44876215.8.0000.5578. Da amostra, 32,1% tinha idade entre 20 e 29 anos e 50% eram casados. Quanto ao NAF, 46% foi classificado como “irregularmente ativo A” e 20% como “ativo”. Quanto ao nível de ansiedade, 82% foi classificado como “nível mínimo de ansiedade” e 16% com “leve ansiedade”. Um indivíduo apresentou ansiedade moderada e era “sedentário”. A maioria dos que apresentaram “ansiedade leve” e “nível mínimo de ansiedade eram “irregularmente ativo A” (50% e 46,3% respectivamente). A maioria dos ativos apresentaram nível mínimo de ansiedade (70%). Houve associação entre nível de atividade física e ansiedade com valor de 0,016. A maioria da amostra era irregularmente ativo e possuía nível mínimo de ansiedade. A prática de atividade física ainda que irregular pode ter prevenido a ansiedade.

Palavras-chave: Atividade física; Ansiedade; Saúde do homem.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito agudo de dois protocolos de HIIT no controle inibitório em crianças com sobrepeso e eutrofos: estudo randomizado cruzado

AUTORES

Luiz Paulo Freitas Dias Junior
Ellen Rose Leandro Ponce de Leão
Lucila Silva da Silva
Luan Bezerra Moraes
Anderson Levy Mardock Corrêa Júnior
João Bento Torres

Universidade Federal do Pará, Belém, PA.

Este estudo comparou os efeitos de dois protocolos de treinamento intervalado de alta intensidade (HIIT) no controle inibitório de crianças escolares. A pesquisa foi realizada em uma escola pública em Belém, PA, com alunos do 4º ano ($n = 23$, idade: 9-10 anos). Os participantes foram divididos em grupos de acordo com o IMC: sobrepeso/obesidade e normal. O ensaio clínico randomizado cruzado foi adotado, com cada criança realizando duas visitas e sendo submetidos a um protocolo de HIIT distinto. O protocolo Tabata consistia em 4 minutos de exercício, com 8 séries de 20 segundos de esforço máximo e 10 segundos de descanso. O protocolo Progressivo tinha 5 minutos de duração, com 5 séries de 20 segundos de treino máximo, seguidos de períodos progressivos de repouso. O controle inibitório foi avaliado usando o teste computadorizado de Flanker, medindo o tempo de resposta congruente e incongruente. Observou-se que apenas as crianças com IMC normal apresentaram uma redução significativa na latência da condição incongruente após o HIIT com descanso progressivo ($g = -0,198$; $p = 0,033$; IC 95% $-0,379, -0,0524$). Não houve melhora significativa para o grupo de sobrepeso/obesidade ($g = -0,638$; $p = 0,141$; IC 95% $-1,38, 0,052$). Não foram encontradas diferenças significativas para o tempo de reação congruente. Conclui-se que, uma sessão aguda de exercício de alta intensidade com descanso progressivo pode ter um impacto positivo no tempo de reação em crianças com IMC normal em testes de controle inibitório, não acontecendo o mesmo para crianças com sobrepeso/obesidade.

Palavras-chave: Cognição; Crianças; Treinamento intervalado de alta intensidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação da aptidão física com sintomas de ansiedade em estudantes universitários: achados do estudo piloto MENTAL-UNI

AUTORES

Maria Eduarda Adornes Guimarães
Debora Tornquist
Eduarda Bitencourt dos Santos
Jênifer de Oliveira
Angel Fonseca da Silva
Felipe Barreto Schuch

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS

Estudantes universitários são uma população de risco para problemas de saúde mental. A aptidão física parece estar associada com sintomas de ansiedade na população geral, mas ainda é desconhecida se esta associação se replica em estudantes. O presente estudo objetivou avaliar as associações transversais entre sintomas de ansiedade e aptidão física em estudantes universitários (≥ 18 anos) matriculados em dez universidades brasileiras. Os voluntários participaram de uma survey online, onde responderam a Escala Transversal de Sintomas de Nível 1 do DSM-5 e os que apresentavam sintomas leves ou maiores para ansiedade foram direcionados para a escala General Anxiety Disorder-7 e classificados quanto a ocorrência de sintomas ansiosos (≥ 10). Os participantes foram então convidados para participar dos testes de aptidão física: prensão manual (mão direita e mão esquerda), salto vertical e VO₂máximo estimado (Teste de Leger). Os valores foram divididos pela mediana (baixo/alto) estratificados por sexo e uma variável de aptidão física geral foi gerada a partir da classificação nas quatro avaliações. Associações foram testadas por Regressão de Poisson com variância robusta, ajustadas para idade, sexo, estado civil, renda, nível de educação e histórico familiar de transtornos mentais. A amostra foi composta por 190 universitários (52,63% mulheres; mediana de idade = 21). Estudantes com maiores valores para salto vertical ($R_p = 0,57$; IC95% = 0,35-0,91), força de prensão manual na mão esquerda ($R_p = 0,50$; IC95% = 0,26-0,97) e maiores valores para 3/4 testes ($R_p = 0,37$; IC95% = 0,71-0,79) apresentaram menor probabilidade de ter sintomas de ansiedade. Maiores níveis de aptidão física estão associados com menor probabilidade de ocorrência de ansiedade em estudantes universitários.

Palavras-chave: Aptidão física; Ansiedade; Saúde do estudante.

Apoio: O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física e domínio psicológico do letramento corporal de escolares de Lagoa do Carro - PE

AUTORES

Maria Eduarda Vidal da Silva
Elissandra Cavalcante Brasil
Jéssica Gomes Gonçalves
Victor Ferreira Lima
Rostand de Souza Lira Filho
Rafael dos Santos Henrique

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Examinar a associação entre atividade física e o domínio psicológico de letramento corporal de escolares. Procedimentos metodológicos: Esses dados fazem parte da pesquisa Vida Saudável em Lagoa do Carro: Impacto da pandemia sobre indicadores de saúde de escolares. A amostra abrange 457 crianças e adolescentes de 10 a 14 anos de idade ($12,09 \pm 0,78$ anos), de ambos os sexos, sendo 52,08% meninas, matriculadas em escolas da rede pública de ensino de Lagoa do Carro, Pernambuco. Para avaliar a atividade física e o domínio psicológico (motivação intrínseca, adequação e predileção) do letramento corporal foram utilizadas as versões adaptadas dos questionários Physical Activity Questionnaire for Adolescents (PAQ-A) e do Canadian Assessment of Physical Literacy, respectivamente. Associações entre as variáveis foram verificadas com a correlação de Pearson. Para a análise estatística foi utilizado o SPSS 21.0, adotando o nível de significância de $p \leq 0,05$. A associação entre o escore geral de atividade física e do domínio psicológico foi positiva e estatisticamente significativa ($r = 0,34$, $p < 0,001$). Nossos resultados permitem concluir que motivação e confiança, do domínio psicológico de letramento corporal, estiveram associados à atividade física de escolares.

Palavras-chave: Letramento Corporal; Motivação; Escolares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Estrutura de redes da associação entre funções executivas e competência motora percebida em pré-escolares

AUTORES

Maria Izabel da Silva Costa
Francisco Mateus Almeida Oliveira
Morgana Alves Correia da Silva
Glacithane Lins da Cunha
Janielle de Oliveira Albuquerque
Paulo Felipe Ribeiro Bandeira

Universidade Regional do Cariri, Crato, CE.

Analisar associações entre funções executivas (FE) e competência motora percebida em pré-escolares. Participaram 24 crianças com idade entre 4 a 6 anos. As habilidades de FE foram avaliadas a partir dos componentes de FE, Controle Inibitório (CI), Memória de Trabalho (MT) e Flexibilidade Cognitiva (FC) utilizando a bateria Early Years Toolbox. Para avaliar a competência percebida, foi utilizado a Escala Pictórica de Percepção de Competência das Habilidades Motoras de locomoção (LO), controle de objeto (CO) e brincadeiras livres, validado para a população brasileira. A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética em pesquisa, nº protocolo 4.330.160. A análise foi realizada no software Rstudio utilizando os pacotes qgraph e EGAnet. O estimador Ebicglasso foi utilizado para calcular a rede e a matriz de correlação. A medida de centralidade influência esperada, que identifica os nós mais influentes foi calculada. O aumento do CI está relacionado com o aumento do CO para os meninos (0.46), já para as meninas a relação é negativa (?0.38). A melhora da MT está associada com o aumento da FC em meninos (0.51), já para as meninas há uma relação negativa (?0.20). Os maiores valores de influência esperada na rede dos meninos foi a MT, e nas meninas foi a locomoção (1.192). Considera-se por meio desses achados que as atividades cognitivas (MT e CI) em meninos, e a atividade de locomoção nas meninas conseguem influenciar melhor o desenvolvimento na primeira infância, visto que esses construtos correlacionam-se e compartilham de processos cognitivos que se sobrepõem.

Palavras-chave: Função executiva; Habilidades motoras; Pré-escolares; Análise da complexidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre características sociodemográficas, sono e função executiva em pré-escolares de baixa renda

AUTORES

Maria José Maciel de Souza Neta
Pâmela Hérica Nunes Martins
Pedro Henrique de Oliveira Silva
Willian Alves da Silva
Anastácio Neco de Souza Filho
Thaynã Alves Bezerra

Universidade Regional do Cariri, Crato, CE.

A função executiva tem como base de sustentação cerebral o córtex pré-frontal. Na infância essa região do cérebro encontra-se em rápido desenvolvimento e pode ser influenciada por diversos fatores, tais como sociodemográficos e comportamentais. No entanto, poucos são os estudos que avaliaram essas relações em pré-escolares de países com alta desigualdade social, como é o caso do Brasil. : Analisar a associação entre as características sociodemográficas, o sono e a função executiva em pré-escolares. Método Este estudo transversal foi conduzido com 103 crianças de 3 a 5 anos de idade de escolas periféricas (51,5% do sexo feminino; $53,6 \pm 12,4$ meses de idade). Modelos lineares generalizados (GZLM) foram utilizados para avaliar a associação entre o sono e a função executiva. Resultados Associações positivas foram observadas entre a idade, qualidade de sono e a função executiva ($\beta = 0,59$; $p < 0,001$; $\beta = 1,187$; $p = 0,039$, respectivamente). Foram identificadas também associações negativas, entre sexo, escolaridade da mãe e cor da pele com a função executiva ($\beta = -5,72$; $p = 0,001$; $\beta = -4,09$; $p = 0,022$; $\beta = -3,92$; $p = 0,024$, respectivamente). Não foram observadas associações significativas entre o tempo de sono na semana e no final de semana e a função executiva dos pré-escolares. Conclusão. Crianças mais velhas e com maior qualidade do sono apresentaram melhor função executiva, no entanto, crianças não brancas e do sexo feminino, além disso, crianças que as mães têm maior escolaridade apresentaram menor eficiência para a função executiva.

Palavras-chave: Função executiva; Pré-escolares; Sono.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação da prática de atividade física e saúde mental entre estudantes universitários: estudo PADU-Multicêntrico

AUTORES

Mariana Cassemira Aparecida Vidigal
Luiz Antônio Alves de Menezes Júnior
Waléria de Paula
Adriana Lúcia Meireles

Universidade Federal de Ouro Preto

Analisar a prevalência da prática de atividade física e sua associação com a classificação de maior gravidade para sintomas de ansiedade, depressão e estresse. Trata-se de um inquérito epidemiológico multicêntrico, de caráter transversal, realizado com estudantes de cursos de graduação de oito Instituições Federais de Ensino Superior de Minas Gerais, entre os meses de outubro de 2021 a fevereiro de 2022. A coleta de dados ocorreu por e-mail através do envio de um questionário on-line e confidencial. A atividade física foi avaliada pela pergunta: “Nos últimos três meses, você praticou algum tipo de exercício físico ou esporte?”, baseada na pesquisa “Vigilância de doenças crônicas por inquérito telefônico” (VIGITEL). A variável foi categorizada em “sim” e “não”. Os sintomas de ansiedade, depressão e estresse foram avaliados pela escala validada DASS-21 (Depression Anxiety Stress Scale-21), obtendo as classificações: “normal”, “leve”, “moderada”, “grave” e “extremamente grave”. Foram realizadas análises descritiva e de regressão logística no software STATA®, com significância 5%. Participaram 8.650 estudantes, sendo que 64,0% praticavam atividade física e 33,9%, 32,5% e 19,7% foram classificados com sintomas “extremamente grave” para ansiedade, depressão e estresse, respectivamente. Ser ativo fisicamente demonstrou associação com nível “extremamente grave” nos três sintomas: ansiedade (OR: 0,57; IC95%: 0,51-0,63; p: < 0,001), depressão (OR: 0,46; IC95%: 0,41-0,52; p: < 0,001) e estresse (OR: 0,57; IC95%: 0,50-0,65; p: < 0,001), evidenciando um efeito protetor. Os resultados destacam, portanto, relação entre atividade física e saúde mental, exercendo papel importante na classificação que apresenta maior gravidade dos sintomas.

Palavras-chave: Saúde; Estilo de vida; Transtornos mentais; Universidade; Adulto jovem.

Apoio: Agradeço a Universidade Federal de Ouro Preto por promover educação pública e de qualidade. O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e prática de atividade física: um estudo quanti-qualitativo

AUTORES

Mariana Serafim Nascimbem
Cássio de Miranda Meira Junior

Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.

O transtorno de ansiedade generalizada (TAG) é uma condição psiquiátrica que vem crescendo e seus sintomas (angústia e pensamentos negativos sobre o futuro) afetam a qualidade de vida, especialmente em relações interpessoais e realizações próprias. Estudos indicam efeitos benéficos da atividade física (AF) regular, sobretudo a aeróbica, como a melhor estratégia para a diminuição e tratamento dos sintomas do TAG. O objetivo do presente estudo foi entender, por meio de uma técnica qualitativa de discurso do sujeito coletivo (DSC), os efeitos da prática de AF em sujeitos com TAG que praticam AF e não praticam AF. Dez adultos selecionados intencionalmente e diagnosticados com TAG foram organizados em dois grupos: 5 que praticavam AF regular e 5 sedentários. As entrevistas foram realizadas de forma presencial, com um gravador de áudio, e transcritas na íntegra. A partir dos DSCs obtidos, foi possível constatar que: (1) a ajuda profissional de um médico só é procurada quando a qualidade de vida piora em função do TAG, (2) os sintomas mais relatados de TAG foram distúrbio do sono, tensão muscular, taquicardia e sudorese, (3) os gatilhos mais relatados para desencadear o início de uma crise de ansiedade foram eventos traumáticos e preocupações excessivas, (4) a AF é uma importante aliada para o tratamento de TAG, junto com tratamento farmacológico e psicoterapêutico, (5) AF aeróbica e musculação parecem trazer benefícios para o tratamento de TAG, (6) a prática de AF regular auxilia para a diminuição dos níveis de ansiedade, (7) quem não pratica AF relata a crença que AF possa ajudar no controle das crises de ansiedade e tem vontade de praticar AF, mas não pratica mais por razões de tempo, motivação, lesão e por gostar do corpo da forma que está.

Palavras-chave: Ansioso; Exercício Físico; Saúde mental; Depressão.

Apoio: A todos que se voluntariaram a participar da pesquisa, permitindo com que esse trabalho fosse possível. Ao professor Cássio, por ter sido meu orientador e ter desempenhado tal função com muita dedicação e paciência. E à minha mãe e amigos, que sempre estiveram ao meu lado e me apoiaram no período da graduação.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre controle inibitório, atividade física moderada e vigorosa e volume de passos em sujeitos fisicamente inativos

AUTORES

Maristela Linhares dos Santos
Bruna Perez Costa Lima
Hassan Mohamed Elsangedy
Gledson Tavares de Amorim

Universidade Federal do Rio Grande do Norte

Analisar a associação entre controle inibitório, atividade física moderada e vigorosa e volume de passos/dia. Homens e mulheres (n = 106; 30,50 (26,00–41,00)) foram incluídos nesse estudo transversal. Os valores estão expressos em coeficientes betas (β) e intervalo de confiança de 95% (IC 95%). A avaliação do controle inibitório foi realizada por meio de um computador e o teste de Stroop Color and Word Test (SCWT) em software da marca Testinpac[®]. O tempo de reação e o número de acertos foram medidos. A atividade física e o volume de passos/dia foi obtido através do acelerômetro Actigraph, modelo GT3X-BT (ActiGraph LLC, Pensacola, FL, EUA). Os voluntários utilizaram o aparelho durante 7 dias. Para a classificação dos níveis de atividade física moderada counts/min entre 1952 a 5724; AFV counts/min igual ou superior a 5725 (Freedson et al., 1998). Foi utilizada a média ponderada (média da semana*5) + (média do final de semana*2)/7 para representar em minutos médios por dia da semana os níveis de AFMV. Os passos/dia foram calculados individualmente como: $\frac{\text{passos/dia}}{\text{número de dias válidos do acelerômetro}}$. O valor médio de passos/dia obtidos durante o período de 1 semana foi considerado para análise dos dados. Os passos/dia foram analisados utilizando o software ActiLife versão 6.13.3.2. Portanto, concluímos que um melhor controle inibitório está relacionado a maiores níveis de atividade física moderada e vigorosa e maior volume de passos em adultos fisicamente inativos.

Palavras-chave: Controle inibitório; Aptidão física; Saúde mental.

Apoio: Universidade Federal do Rio grande do Norte.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre inatividade física, tempo prolongado de tela e indicadores percebidos saúde e qualidade de vida entre professores na pandemia da COVID-19: um estudo transversal

AUTORES

Mayra Nascimento Matias de Lima
Gledson Tavares Amorim Oliveira
Andressa de Oliveira Araújo
Lucas Camilo Pereira
Thais Cevada
Nayra Suze Souza e Silva
Ricardo Santos Oliveira
Rosângela Ramos Veloso Silva
Felipe Vogt Cureau
Hassan Mohamed Elsangedy

Universidade Federal do Rio Grande do Norte

Investigar a associação independente e conjunta da inatividade física e tempo de tela excessivo com autopercepção de saúde, qualidade de vida, ansiedade e tristeza entre professores em home office durante a pandemia de COVID-19. Estudo transversal online com 14.979 professores de escolas públicas de Minas Gerais. Frequência e duração da atividade física, tempo assistindo TV ou usando computador/tablet foram autorreferidos. Desfechos de saúde foram reportados em escala Likert e categorizados em três níveis. Modelos de regressão logística multinomial foram usados nas análises ajustados para fatores de confusão. 81% dos professores eram inativos (< 150min/sem) e 10% passavam mais de 5h/dia assistindo TV e 80% usando computador/tablet. As prevalências dos desfechos variaram de 2,3% para percepção de saúde ruim até 58% para ansiedade frequente. Após ajuste, a inatividade física foi fator de risco para todos os desfechos (percepção de saúde ruim: OR = 5,55; IC95%:3,29-9,35; baixa qualidade de vida: OR = 2,89; IC95%:1,98-4,23; tristeza: OR = 1,65; IC95%:1,43-1,91; ansiedade: OR = 1,48; IC95%:1,26-1,74). O tempo excessivo usando computador/tablet associou-se com baixa qualidade de vida (OR = 1,67; IC95%:1,21-2,32), tristeza (OR = 1,52; IC95%:1,32-1,75) e ansiedade (OR = 1,57; IC95%:1,34-1,84). O maior tempo assistindo TV foi associado com maior frequência de tristeza (OR = 1,37; IC95%:1,11-1,69) e ansiedade (OR = 1,40; IC95%:1,09-1,79). Houve interação entre inatividade física e tempo excessivo assistindo TV, aumentando as chances para todos os desfechos. Inatividade física e tempo de tela prolongado foram associados independentemente, e a combinação de inatividade física e maior tempo de TV aumentou a chance de uma autoavaliação de saúde precária pelos professores na pandemia.

Palavras-chave: Atividade motora; Comportamento sedentário; Indicadores de qualidade de vida; Ansiedade; Tristeza.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação longitudinal de depressão e a prática de atividades físicas de lazer e trabalho em adultos residentes em São Paulo, SP, Brasil

AUTORES

Michele Santos da Cruz
Margarethe Thaisi Garro Knebel
Alex Antonio Florindo

Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.

Verificar associação longitudinal entre depressão e atividades físicas de lazer e trabalho em adultos do município de São Paulo. Coorte com 1.241 adultos do “Inquérito de Saúde de São Paulo (ISA), Atividade Física e Ambiente”. Atividades físicas (AF) de lazer e trabalho foram avaliadas utilizando International Physical Activity Questionnaire versão longa na linha de base (agosto/2014 a dezembro/2015) e depressão avaliada com questão sobre presença de depressão diagnosticada por médico na segunda onda (outubro/2020 a fevereiro/2021). Foram utilizados modelos de regressão logística multivariados separadamente para homens e mulheres, ajustados por idade, escolaridade e presença de sintomas de transtornos mentais comuns (TMC) inespecíficos na linha de base. A prevalência de depressão foi de 12,2% (IC95% 10,5;14,1), sendo maior entre as mulheres e em pessoas que apresentaram sintomas de TMC na linha de base. Observou-se associações significativas apenas para homens, aqueles que praticaram AF moderadas ou vigorosas no lazer (OR = 0,21 IC95% 0,05; 0,96), ou qualquer AF no lazer (moderadas/vigorosas e caminhada) (OR = 0,32 IC95% 0,12; 0,89) tiveram menos chances de ter depressão. Enquanto aqueles que realizaram pelo menos 150 minutos semanais de AF de trabalho tiveram 4,79 vezes mais chances de ter depressão comparados aos não praticantes (IC95% 1,27; 18,11). AF de lazer para os homens contribuiu preventivamente para a depressão, enquanto a AF de trabalho figurou como fator de risco. Os resultados reforçam evidências que melhoram o entendimento do efeito desses domínios de atividades físicas na saúde mental de adultos que vivem em países de renda média como o Brasil.

Palavras-chave: Transtornos mentais; Depressão; Atividade Física.

Apoio: À Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP) pelo apoio financeiro à pesquisa temático intitulada “Inquérito de Saúde de São Paulo (ISA), Atividade Física e Ambiente”, processo número 2017/17049-3.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre comportamento de movimento 24 horas e funções executivas em crianças pré-escolares de baixa renda: uma perspectiva de redes bayesianas

AUTORES

Michelly Arruda Alencar
Morgana Alves Correia da Silva
Maria Izabel da Silva Costa
Ana Clara Cassimiro Nunes
Tamires Mendes Silva
Paulo Felipe Ribeiro Bandeira

Universidade Regional do Cariri

O objetivo do estudo foi analisar a estrutura de rede do comportamento de movimento em 24 horas (CM24H), funções executivas (FE) e idade em pré-escolares de baixa renda. Trata-se de um estudo associativo. Participaram 16 crianças de ambos os sexos com idade entre 3 a 6 anos. Para avaliar o CM24H, foi enviado aos pais/responsáveis um questionário adaptado sobre atividade física (AF), comportamento sedentário (CS) em telas e sono (S) na semana e no final de semana. As FE foram avaliadas a partir da bateria Early Years Toolbox das habilidades cognitivas de controle inibitório (CI) e memória de trabalho (MT). A análise de redes bayesianas foi conduzida no programa RStudio. O índice de influência esperada foi utilizado para identificar as variáveis mais sensíveis a mudanças na rede. A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética com n° de protocolo 4.330.160. Os principais resultados indicaram que crianças mais velhas não aderem à AF na semana (0,093), mas aderem ao CS em telas na semana (0,501) e tem melhor CI (GO) (0,703) e memória de trabalho (0,527) em relação às crianças mais novas. A influência esperada indicou que o S no final de semana (1,484), a idade (1,131) e CI (GO) (0,740) são mais sensíveis a mudanças na rede. Sugere-se que as intervenções sejam voltadas em AF e CI para melhorar a aderência nos CM24H e FE em crianças mais novas.

Palavras-chave: Atividade física; Comportamento sedentário; Habilidade cognitiva.

Apoio: Grupo de Estudo, Aplicação e Pesquisa em Avaliação Motora - GEAPAM.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação da estrutura de redes das habilidades cognitivas e autorregulação entre meninos e meninas: análises de redes bayesianas

AUTORES

Morgana Alves Correia da Silva

Michelly Arruda Alencar

Maria Izabel da Silva Costa

Tamires Mendes Silva

Clarice Maria de Lucena Martins

Paulo Felipe Ribeiro Bandeira

Universidade Regional do Cariri, Petrolina, PE.

O objetivo foi comparar a estrutura de redes das habilidades cognitivas e autorregulação entre meninos e meninas a partir da análise de redes Bayesianas. Participaram 56 crianças de ambos os sexos com idade entre 3 a 5 anos, matriculadas em escolas públicas de Petrolina - PE. As habilidades cognitivas de Memória de Trabalho (MT), Flexibilidade Cognitiva (FC), Fluência Verbal (FV), Números (NUM) e Controle Inibitório (CI), foram avaliadas a partir da bateria Early Years Toolbox. Para a avaliação da Autorregulação (AR), foi utilizado o teste Head-Toes-Knees-Shoulders-Revised (HTKS-R). Uma análise de redes Bayesiana foi conduzida para estimar as redes. A medida de centralidade influência esperada foi utilizada para analisar a variável mais influente da rede e a entropia de Shannon para comparar as estruturas gerais das redes. As análises foram realizadas no programa RStudio. O padrão de relação entre as variáveis VOC, TR e MT foram positivas nos dois grupos. Nos meninos, o aumento da FV está relacionado com uma melhor habilidade em NUM (0.57) e quanto maior a AR melhor MT (0.5). Nas meninas, a melhora da FC indica uma melhora da FV (0.47) e NUM (0.43). A variável mais influente para os meninos foi a MT (1.715) e para as meninas foi CI (1.355). O valor de entropia das redes dos meninos foi de (-3,11) e das meninas (-2.75). Meninos e meninas apresentaram topologias de rede diferentes, as meninas apresentaram maior número de conexões com as habilidades cognitivas de ordem superior.

Palavras-chave: Autorregulação emocional; Função executiva; Análise da complexidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Baixa aptidão cardiorrespiratória é fator de risco independente para comprometimento cognitivo: achados do estudo ELSA-Brasil

AUTORES

Natan Feter
Danilo de Paula
Bruce Bartholow Duncan
Maria Inês Schmidt

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS

Objective: This study aimed to examine the combined association between physical activity and cardiorespiratory fitness (CRF) with cognitive impairment risk. **Methods:** We analyzed data from the ELSA-Brasil study, a multicentric, prospective cohort of Brazilian adults. Participants were classified as unfit (lowest quintile) and fit (80% of participants) based on sex and age-specific quintiles. Physical activity was assessed using the IPAQ - long form. Non-exercise prediction equation was used to estimate CRF. Cognitive impairment was determined based on memory and executive function from waves 1 to 3. Proportional hazard regression models estimated the adjusted hazard ratios (aHR) for incident cognitive impairment related to CRF and physical activity. **Results:** Data from 10,391 participants (57.0% women; age: 50.8 [8.7] years) were analyzed. During a median follow-up of 8.1 years, there were 1,604 incident cases of cognitive impairment. Unfit participants showed a higher risk of cognitive impairment (aHR: 1.53; 95%CI: 1.34, 1.74) than the fit group. CRF was a stronger predictor of incident cognitive impairment than physical inactivity (aHR: 1.14; 95%CI: 1.00, 1.31). Active but unfit participants showed a higher risk of cognitive impairment than active and fit groups (HR: 1.37; 95%CI: 1.21, 1.56). Each metabolic equivalent of task increase was associated with an 8.8% (95%CI: 4.4%, 13.1%) reduction in the risk of incident cognitive impairment. **Conclusion:** Low estimated CRF is a strong and independent risk factor for cognitive impairment in middle-aged and older adults. Our findings strengthen the importance of assessing CRF during health assessment in adults at risk for cognitive impairment.

Palavras-chave: Cognição; Disfunção cognitiva; Estudos de coortes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Fisiologia do exercício: orientações de tipos de atividade física para tratamento da depressão

AUTORES

Nayane Barbosa de Jesus
Marlaine Lopes de Almeida

Centro Universitário Leonardo da Vinci, Aracajú,
SE.

Na fisiopatologia da depressão, os indivíduos acometidos possuem elevadas taxas de citocinas pró-inflamatórias, que facilitam divergências na produção e recaptação de neurotransmissores, assim, o cérebro passa a ter disfunções fisiológicas e neuroquímicas com menores índices de serotonina, dopamina e noradrenalina, abrindo uma janela para as doenças autoimunes, neurológicas e psíquicas. A constância de exercícios físicos é reconhecida como uma estratégia não-farmacológica para prevenir e tratar doenças de caráter metabólico, físico e psicológico. É a partir deste prisma que o trabalho apresenta o objetivo de sugerir orientações nas formas de intervir a partir da identificação de exercícios físicos específicos de tipificação aeróbia e de treinamento de força para auxiliar na prevenção e tratamento da depressão. A pesquisa é bibliográfica, de caráter descritivo, com a problemática voltada para entender quais tipos de exercícios físicos podem fazer parte do protocolo de cuidados voltados a prevenção e reabilitação da depressão. Para tanto foi realizada uma pesquisa bibliográfica, selecionando artigos na base de dados do Google Acadêmico e Scielo, com produções publicadas em revistas científicas de saúde, utilizando descritores como depressão, exercícios físicos, e saúde mental. As conclusões apontam para a prescrição de inibidores seletivos de recaptação de serotonina e noradrenalina, acompanhado por sugestiva prática de exercício físico moderados e vigorosos, e boa alimentação. Quanto ao tipo de exercício, a literatura orienta exercícios aeróbicos como caminhada, corrida e hidroginástica em intensidade moderada e vigorosa, em volume suficiente para elevar a temperatura corporal. Já os exercícios de força apresentam efeito contínuos quando associados a atividade aeróbica.

Palavras-chave: Atividade Física; Depressão; Saúde mental.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre índice de massa corporal e desempenho acadêmico em crianças e adolescentes: o papel da coordenação motora como mediadora

AUTORES

Noadia Maria Guimarães da Silva
Douglas Eduardo Ferreira Maia
Cleydson Alexandre da Silva
Douglas Marques Cavalcanti
Igor Rodrigues de Souza Sobral
Rafael dos Santos Henrique

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Investigar a associação entre índice de massa corporal (IMC) e desempenho acadêmico, considerando a coordenação motora (CM) como um possível mediador. A amostra incluiu 759 estudantes, com idade entre 5 e 15 anos, de 12 escolas públicas de Lagoa do Carro-PE. O desempenho acadêmico foi avaliado a partir dos testes do Sistema de Avaliação Educacional de Pernambuco (SAEPE), para as disciplinas de português e matemática. A CM foi avaliada com o Körperkoordinationstest für Kinder, composto pelos testes de equilíbrio na trave, saltos laterais, saltos monopodais e transposição lateral. O IMC (kg/m^2) foi calculado com base nos dados de estatura e massa corporal. Análises de correlação e mediação foram utilizadas para avaliar a associação entre as variáveis, considerando a idade cronológica e o sexo como variáveis de ajuste. As análises foram realizadas utilizando a extensão PROCESS, do pacote estatístico SPSS 21. Foi verificado um significativo e completo efeito mediador da coordenação motora para a relação entre IMC e desempenho acadêmico em português ($B = -1,68$; $\text{IC}_{95\%} = -2,91$ a $-0,51$) e matemática ($B = -1,19$; $\text{IC}_{95\%} = -2,35$ a $-0,54$), uma que a relação direta entre as variáveis IMC e desempenho acadêmico deixou de existir na presença da CM como mediadora. Nossos resultados permitem concluir que a CM atua como mediadora da relação entre IMC e desempenho acadêmico. Tais resultados auxiliam na compreensão dos mecanismos associados ao desempenho acadêmico de escolares, podendo ser útil para o planejamento de ações de educação e saúde.

Palavras-chave: IMC; Desempenho acadêmico; Crianças; Adolescentes; Coordenação motora.

Apoio: Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Pernambuco.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito mediador da qualidade de vida na associação entre a atividade física e o sofrimento mental em estudantes de graduação

AUTORES

Pâmela Moraes Volz
Michael Pereira da Silva
Thiago Sousa Matias
Lauro Miranda Demenech
Samuel de Carvalho Dumith

Universidade Federal do Rio Grande, Rio Grande, RS.

O objetivo deste estudo foi analisar a mediação da qualidade de vida na associação entre atividade física e o sofrimento mental em estudantes de uma Universidade Pública do Rio Grande do Sul. Trata-se de um estudo transversal, conduzido com uma amostra aleatória de estudantes da Universidade Federal do Rio Grande. A coleta de dados foi realizada em 2019 utilizando um questionário autoaplicado. Os sintomas de depressão, ansiedade e estresse, avaliados através do PHQ-9, GAD-7 e PSS, foram agrupados em três clusters (muito alto, alto e baixo risco de sofrimento mental). Os quatro domínios da qualidade de vida (físico, psicológico, social e ambiental) foram avaliados através da versão curta do QoL. Participantes que reportaram fazer ≥ 150 min/sem de atividade física foram classificados como fisicamente ativos. A Regressão Logística Multinomial foi utilizada para testar a associação entre grupos de atividade física e clusters de sofrimento mental e o modelo de equação estrutural foi utilizado para verificar como a qualidade de vida mediava essa associação. Foram analisados os dados de 766 estudantes (66% da amostra elegível). A prevalência de indivíduos ativos foi 2,5 vezes maior para o grupo de menor risco de sofrimento mental comparado ao de maior risco. Os domínios físicos (OR = 1,34; IC95% = 1,14; 1,53; 53,0%) e psicológicos (OR = 1,55; IC95% = 1,20; 1,89; 62,4%) da qualidade de vida mediaram parcialmente a associação entre a prática de atividade física e a saúde mental. Conclui-se que a atividade física exerce um efeito protetor sobre o sofrimento mental, sendo mediada pelos domínios da qualidade de vida.

Palavras-chave: Atividade física; Qualidade de vida; Saúde mental.

Apoio: Agradecemos ao CNPq.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Será o tempo despendido em atividade física dentro da pré-escola relacionado com a função executiva dos pré-escolares?

AUTORES

Pâmela Hérica Nunes Martins
Willian Alves da Silva
Maria José Maciel de Souza Neta
Augusto Pedretti
Thaynã Alves Bezerra
Anastácio Neco de Souza Filho

Universidade Regional do Cariri

A primeira infância se caracteriza como um período importante de desenvolvimento, no qual suas habilidades motoras, cognitivas e sociais estão se desenvolvendo rapidamente, e a atividade física (AF) desempenha um papel importante no bem-estar geral e no desenvolvimento saudável das crianças, pois pode estimular o cérebro promovendo maior neuroplasticidade e melhorando a conectividade neuronal. : Analisar a associação entre as diferentes intensidades de AF despendida dentro da pré-escola e a função executiva (FE) dos pré-escolares. Esse estudo é do tipo transversal. Analisou 57 crianças de 3 a 5 anos de idade (50,9% do sexo feminino e idade média de $51,2 \pm 10,8$ meses) de quatro pré-escolares públicas da cidade de Crato-CE. A AF foi analisada via acelerômetro (actigraph GT3X), utilizado durante o período escolar. A FE foi analisada por meio da bateria Early Years Toolbox, por meio do paradigma Go No Go. As variáveis sexo, idade e escolaridade materna foram coletadas por meio de questionário com as mães das crianças. Para analisar a associação utilizou-se a análise Modelos lineares generalizados (GZLM), ajustadas para idade, sexo e escolaridade da mãe/responsável. Foi possível verificar uma associação negativa entre a FE e a AF vigorosa ($\beta = -0.9963$; $p = 0,043$) e positiva com AF leve ($\beta = 0.0880$; $p = 0.026$). Para a AF moderada não foram encontradas associações significativas. Crianças que dentro da pré-escola despendem mais tempo em AF leve apresentaram maior FE, por outro lado, aquelas que despendem mais tempo em AF vigorosa apresentaram menor FE.

Palavras-chave: Atividade física; Função executiva;; Pré-escolares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre fatores biológicos e a função executiva de pré-escolares

AUTORES

Pedro Henrique de Oliveira Silva
Pâmela Hérica Nunes Martins
Lucas Leodonio Sousa da Silva
Géssica de Oliveira Silva
Thaynã Alves Bezerra
Anastácio Neco de Souza Filho

Universidade Regional do Cariri, Crato, CE.

A função executiva (FE) encontra-se num processo de desenvolvimento durante a primeira infância e pode influenciar o desempenho acadêmico, a saúde e a qualidade de vida desde a infância até a idade adulta. Dada a alta plasticidade do córtex pré-frontal nessa fase da vida, a FE pode ser facilmente influenciada por diversos fatores. : Analisar a relação entre os fatores biológicos a e a FE de pré-escolares. Esse estudo é do tipo transversal, realizado com 63 crianças de 3 a 5 anos de idade de ambos os sexos (50,8% meninas; $54,7 \pm 11,8$ meses de idade). Os fatores biológicos analisados foram, idade, sexo, prematuridade, tipo de parto, cor da pele (coletados via questionário realizado com as mães), aptidão cardiorrespiratória (APC - teste de 20m da bateria PreFit) Índice de Massa Corporal (IMC - peso/estatura²). Para analisar a associação entre esses fatores e a FE, utilizou-se o Modelo Linear Generalizado (GZLM), realizado no programa Jamovi (2.3.26.0). A FE associou-se positivamente com APC ($\beta = 0,013$; $p = 0,034$) e idade ($\beta = 0,070$; $p < 0,001$). Associações negativas foram observadas entre FE e sexo ($\beta = -9,000$; $p < 0,001$), cor da pele ($\beta = -4,536$; $p = 0,034$) e IMC ($\beta = -5,873$; $p < 0,001$). Para nascimento prematuro, peso ao nascer e tipo de parto não foram observadas associações significativas. Crianças com maior APC e mais velhas apresentaram melhor FE. Por outro lado, crianças do sexo feminino, não brancas e com maior IMC apresentaram pior FE.

Palavras-chave: Fatores biológicos; Função executiva; Pré-escolares.

Apoio: A todos que contribuíram para realização deste trabalho, participando direta ou indiretamente do desenvolvimento da pesquisa, em especial aos professores Dr. Thaynã Alves Bezerra e Dr. Anastácio Neco de Souza Filho.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Contribuição substancial da mediação paralela por domínios cognitivos na relação entre a aptidão física e o rendimento acadêmico de adolescentes: o Projeto Cogni-Ação

AUTORES

Ricardo Antonio Martínez Flores

Carlos Cristi Montero

Pontificia Universidad Católica de Valparaíso,
Valparaíso, Chile.

Antecedentes: La literatura científica ha establecido una asociación significativa entre la condición física de niños y adolescentes y el rendimiento académico, sin embargo, no está claro cómo los diversos dominios cognitivos están contribuyendo a esta relación. : Establecer el papel mediador de varios dominios cognitivos en la asociación entre varios componentes del fitness y su puntaje global (GFC) con diferentes asignaciones escolares y su rendimiento académico general (AR) en adolescentes. En este estudio participaron 1296 adolescentes entre 10 y 14 años. El CFG se calculó utilizando tres componentes de la aptitud física (fuerza, aptitud cardiorrespiratoria y velocidad/agilidad) a través de la batería ALPHA de pruebas de aptitud física. El rendimiento académico se determinó en base a cinco grados escolares (Lengua, Inglés, Matemáticas, Ciencias e Historia), y puntajes académicos: a) “Academic Score” (cinco grados) y b) “Academic-PISA” (Lenguaje, Matemáticas y Ciencias) . Se realizó un análisis de componentes principales para establecer cuatro factores (memoria de trabajo [MT], flexibilidad cognitiva [FC], control inhibitorio [CI] y razonamiento fluido [RF]). Se implementó un enfoque de mediación paralelo con 5000 muestras de arranque controladas por sexo, madurez, obesidad central, desayuno antes de tareas cognitivas, escuelas y vulnerabilidad escolar. Se estimaron los efectos totales, directos e indirectos y los porcentajes de mediación. En general, el hallazgo mostró un efecto de mediación paralelo completo para el rendimiento cognitivo en la relación entre CFG y Lenguaje (92,5%) e Inglés (53,9%), mientras que se observó una mediación parcial en Matemáticas (43,0%), Ciencias (43,8%). %, Historia (45,9%), “Título Académico” (50,6%) y “Académico-PISA” (51,5%). En concreto, MT, CI y RF contribuyeron a mediar en todas las materias escolares, excepto Matemáticas, donde el IC no fue significativo. HR no media ninguna relación entre el fitness y el rendimiento académico. Por otro lado, tres de los cuatro factores cognitivos (MT, CI y RF) mostrarán un efecto indirecto significativo. Estos sellos fueron significativos incluso teniendo importantes factores de confusión. Conclusiones: La asociación entre la aptitud física de los adolescentes y el rendimiento académico parece ser el resultado de propiedades convergentes relacionadas con varios dominios cognitivos. Por tanto, futuras estrategias centradas en promover la condición física de los adolescentes podrían ver resultados favorables sobre el rendimiento académico siempre que se produzca una mejora a nivel cognitivo.

Palavras-clave: Niños; Actividad física; ejercicio; salud mental; Desempeño académico



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação do nível de atividade física e exposição ao comportamento sedentário com sintomas de depressão e ansiedade em universitários durante e após as aulas remotas na COVID-19

AUTORES

Rizia Rocha Silva

Lucas dos Santos

Naiane Silva Morais

Douglas de Assis Teles Santos

Mila Alves de Matos Rodrigues

Claudio Andre Barbosa de Lira

Universidade Federal de Goiás, Goiânia, GO.

O objetivo do presente estudo foi analisar a associação do nível de atividade física (AF) e da exposição ao comportamento sedentário (CS) com sintomas de ansiedade e depressão em universitários durante e após as aulas remotas na COVID-19. Estudo epidemiológico, com delineamento transversal, realizado com 448 universitários (65,8% do sexo feminino; idade $25,29 \pm 7,6$ anos; 51.3% em aulas presenciais). Os estudantes responderam a um questionário autoadministrado com questões sociodemográficas (sexo; idade) e referiram o tempo despendido em AF e CS por meio do Questionário Internacional de Atividade Física. Os participantes foram classificados em função do nível de AF como muito ativo, ativo, irregularmente ativo e não ativo. A exposição elevada ao CS foi determinada utilizando-se o percentil 75 (540 minutos/dia). Os sintomas depressivos foram avaliados por meio do Patient Health Questionnaire-9 (> 9 pontos); enquanto os sintomas de transtornos de ansiedade foram averiguados pelo General Anxiety Disorder (≥ 10 pontos). Verificou-se com base nos resultados que os participantes irregularmente ativos, inativos e com elevado CS apresentaram maior probabilidade para os desfechos analisados apenas durante as aulas remotas (irregularmente ativos: sintomas depressivos = RP:1,88; IC95%: 1,29-2,62; sintomas de ansiedade = RP: 1,64; IC95%: 1,06-2,52; inativos: sintomas depressivos = RP 2,24. IC95% 1,50-3,34; sintomas de ansiedade = RP 1,89; IC95% 1,07-3,35; com elevada exposição ao CS: sintomas depressivos = RP: 1,27; IC95%: 1,03-1,56; ansiedade = RP: 1,37; RP: 1,06-1,78). As evidências sugerem que os universitários irregularmente ativos e não ativos, assim como os estudantes com maior CS estiveram associados aos sintomas de depressão e ansiedade durante as aulas remotas.

Palavras-chave: Pandemia; Saúde do estudante; Coronavírus; Transtornos mentais



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre sentimento de tristeza, ideação suicida e a aderência à recomendação para atividade física em adolescentes

AUTORES

Rubenyta Martins Podmelle
Thaís Maria da Silva
Diego de Melo Lima
Carlos Alberto Moreno Moya
Daniel da Rocha Queiroz
Jorge Bezerra

Universidade de Pernambuco, Recife, PE

O objetivo do presente estudo é analisar a associação entre sentimento de tristeza (ST), juntamente com ideação suicida (IS), e a aderência à recomendação de atividade física (AF) entre adolescentes estudantes do Ensino Médio de Pernambuco. Foi utilizada uma amostra de 2129 adolescentes (14 a 17 anos) participantes do Projeto Atitude, que se trata de um estudo epidemiológico transversal de base escolar com abrangência estadual que aborda a exposição de estudantes do ensino médio a fatores de risco à saúde. Os dados sobre as variáveis dependente (AF) e independentes (ST e IS) foram extraídos do Global School-based Student Health Survey. As respostas sobre IS, ST e AF (≥ 60 min/dia) foram dicotomizadas para a análise estatística dos dados, realizada através da regressão logística binária no Stata versão 17.0. Os resultados encontrados indicaram que os adolescentes que não apresentam ST têm 38% de chance de apresentar AF (OR = 1,38; $p < 0,01$), enquanto os que não apresentam IS não apresentam associação. A análise ajustada para sexo, idade e cor (simultaneamente) não apresenta significância ($p > 0,05$); no entanto, quando se corrige separadamente a análise para cada variável, há perda de significância somente na análise para sexo ($p > 0,05$). A partir deste estudo, é possível concluir que os adolescentes que não apresentam sentimento de tristeza têm mais chance de atender às recomendações para atividade física, independentemente da cor e da idade que apresentam.

Palavras-chave: Tristeza; Ideação suicida; Atividade Física; Saúde do adolescente.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Ensino remoto do componente voleibol em um curso de graduação em educação física do interior baiano: possibilidades e limitações

AUTORES

Ronei Batista Lobato; Amanda Oliveira do Nascimento; Daniel de Jesus Torres; Deiviani Santos Gallo Silva; Berta Lenir Costa Cardoso; Marijunio Rocha Pires

. Universidade do Estado da Bahia-campus XII

Verificar quais impactos e desafios encontrados pelos discentes no aprendizado do conteúdo voleibol em uma universidade do interior baiano. Estudo transversal, quantitativo e descritivo, realizado em 2021, com estudantes do curso de educação física do 6º. bloco, de uma universidade baiana, com população de 45 e amostra de 28 estudantes, usando para coleta de dados um questionário virtual desenvolvido pelos autores. Esta pesquisa faz parte do projeto guarda-chuva "Indicadores de saúde, qualidade de vida e formação de docentes, discentes e profissionais da educação: estudo comparativo entre gêneros". Aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisas sob parecer 4.410. 612. Os dados foram tabulados no programa Microsoft Office Excel 2016 e as análises realizadas no software SPSS for Windows® versão 20.0. As variáveis foram analisadas através da distribuição de frequência simples. 25% possuíam acesso à internet estável, 89,3% consideraram não vivenciar a prática como a maior limitação para a aprendizagem, 60,7% avaliaram que os conteúdos tratados, poderiam contribuir para formação profissional, 25,9% sugeriram mais aulas práticas, mesmo remotamente, 18,5% recomendaram o uso de vídeos como ferramenta de aprendizagem e 7,4% recomendaram convidar palestrantes da área para as aulas. O ensino remoto de um componente majoritariamente composto por aulas práticas, aliado a dificuldade de acesso à internet contribuiu negativamente para o aprendizado, pois as vivências de gestos técnicos foram comprometidas, porém mesmo com as limitações a maioria conseguiu absorver os conteúdos abordados, teoricamente, portanto, sugere-se que no ensino de componentes como voleibol as aulas práticas sejam garantidas.

Palavras-clave: Voleibol; Ensino; COVID-19; Trabalho Remoto



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Adesão combinada aos comportamentos de movimento e a função executiva em pré-escolares: um olhar sobre as variáveis mais influentes em um sistema de redes

AUTORES

Thaynã Alves Bezerra
Anastácio Neco de Souza Filho
Clarice Maria de Lucena Martins

Universidade Regional do Cariri, Crato, CE.

Atender simultaneamente as recomendações de atividade física (AF), comportamento sedentário (CS) e sono, tem sido uma dificuldade para crianças em idade pré-escolar, reforçando a ideia de que tais variáveis fazem parte de um sistema complexo. : identificar as variáveis mais influentes na rede de associações entre combinações de adesão aos comportamentos de movimento e função executiva (FE) de crianças pré-escolares. foram analisadas 83 crianças (50,6% meninos; média de idade 53,5 ± 8,1 meses). Foram coletados dados de AF por meio do uso de acelerômetro durante sete dias consecutivos, o CS (avaliado por meio do tempo de tela) e o sono, bem como sexo e idade foram fornecidos pelos pais das crianças por meio de entrevista face a face. Para se verificar as variáveis mais influentes, foi realizada uma análise de rede e o indicador de centralidade Influência esperada foi considerado. A partir da rede emergente, observou-se que a variável com maior Influência Esperada foi a adesão combinada às recomendações de AF + sono (1,964). as variáveis mais sensíveis da rede foram a adesão combinada às recomendações de AF e sono. Estes resultados sugerem que futuras intervenções que objetivem melhorar a FE em pré-escolares devem considerar a promoção destes comportamentos saudáveis em suas estratégias.

Palavras-chave: Comportamentos de movimento; Função executiva; Pré-escolares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Estilo de vida e depressão em adolescentes: uma análise de rede

AUTORES

Thiago Lucchina Pinto
Maiara da Silva Martins
Victor Matheus Lopes Martinez
Luis Eduardo Wearick-silva
Thiago Wendt Viola

Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O objetivo desse estudo foi investigar a associação entre o estilo de vida com sintomas de depressão em adolescentes escolares. Participaram deste estudo 98 adolescentes (34 meninos e 64 meninas) com idades entre 11 e 17 anos, em Porto Alegre/RS. Avaliamos o estilo de vida pela SMILE-C, os níveis de atividade física e tempo sentado pelo IPAQ e os sintomas de depressão pela DASS-21. Realizamos uma análise de rede entre as variáveis utilizando o modelo EBIC-LASSO e tendo como parâmetro de centralidade a influência esperada (IE). Os resultados apontam que os domínios do estilo de vida com maior IE na rede foram dieta e nutrição (DN) (IE = 1.423), caminhada (IE = 1.123) e manejo do estresse (ME) (IE = 1.015). Além disso, as variáveis com maior correlação parcial negativa direta com a depressão foram suporte social (SS) (edge = -0.307) e atividade física moderada-vigorosa (AFMV) (edge = -0.244). Isso indica uma relação bi-direcional entre maior APMV, melhores relações sociais, com menores sintomas de humor depressivo em adolescentes. Ademais, a APMV parece relacionar-se diretamente com a DN (edge = 0.074), o domínio com maior IE da rede, o que sugere que aumentando a quantidade de APMV poderia melhorar aspectos de DN, o que, por sua vez e por sua alta IE, tenderia a ocasionar uma melhora no conjunto de variáveis da rede que reduzem os sintomas de depressão, sendo estes potenciais alvos para intervenções futuras e estudos longitudinais em hábitos de vida e sua relação com sintomas depressivos em adolescentes.

Palavras-chave: Estilo de vida; Atividade física; Depressão.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Fatores associados ao desempenho acadêmico de crianças e adolescentes de Lagoa do Carro-PE

AUTORES

Victor Ferreira Lima
Marcus de Alencar Matos
João Vitor de Araújo Silva
Pedro Henrique Elias da Silva
Priscila Kelly Moura Vasconcelos
Tércio Araújo do Rêgo Barros

Universidade Federal de Pernambuco

Identificar os fatores associados ao desempenho acadêmico de crianças e adolescentes. Trata-se de um estudo observacional, transversal, que avaliou 712 crianças e adolescentes, com idade entre 5 e 15 anos ($9,52 \pm 2,67$), de 12 escolas públicas de Lagoa do Carro-PE. O desempenho acadêmico (DA) foi obtido a partir da pontuação alcançada na prova do Sistema de Avaliação Educacional de Pernambuco, para as disciplinas de Português e Matemática. A aptidão física foi avaliada com os testes PACER, prensão manual, salto horizontal, sentar e alcançar, shuttle run e corrida de 20m, enquanto que a coordenação motora grossa foi avaliada com o KTK. Dados antropométricos de estatura, massa corporal foram medidos para o cálculo do índice de massa corporal. A identificação dos fatores associados foi conduzida com análises de regressão múltipla, considerando os preditores anteriormente citados, e o desempenho acadêmico em Português e Matemática, como desfechos de interesse. Foram observadas associações negativas da idade e da velocidade com o DA em Português ($\beta = -62,43$, $p < 0,001$; $\beta = 30,46$, $p = 0,02$, respectivamente) e Matemática ($\beta = -61,26$, $p < 0,001$; e $\beta = 24,57$, $p = 0,04$, respectivamente), enquanto que a coordenação motora grossa foi positivamente associada apenas com o DA em Português ($\beta = 0,59$, $p = 0,01$). Nossos resultados permitem concluir que escolares mais velhos e menos velozes possuem pior DA tanto em português quanto em matemática. Entretanto, independentemente de outros fatores, jovens mais coordenados alcançam melhor DA em Português. Sendo assim, estratégias que estimulem o aumento da coordenação motora grossa são estimulados para melhorar o DA desta população.

Palavras-chave: Desempenho Escolar; Cognição; Coordenação motora.

Apoio: Fundação de Amparo à Ciência e Tecnologia de Pernambuco.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Uso problemático de smartphones como mediador da associação entre atividade física e sintomas depressivos em universitários durante a pandemia da COVID-19

AUTORES

Yasmin Marques Castro
Maria Eduarda Santos de Almeida
Patrícia Johannsen Pereira
Nicoli Bravo Trindade
Abraão Rosa Lima Machado
Michael Pereira da Silva

Universidade Federal do Rio Grande, Rio Grande, RS.

Este estudo verificou o uso problemático de smartphones (UPS) como mediador da associação entre a atividade física de moderada a vigorosa intensidade (AFMV) e sintomas depressivos (SD) em universitários durante a pandemia da COVID-19. Realizou-se um estudo transversal com 128 universitários da área da saúde da UNICENTRO-PR através de questionários on-line. A AFMV foi avaliada pela versão curta do Questionário Internacional de Atividade Física. O UPS compreendeu seis sintomas aditivos (perda de controle, interrupção, desconsideração, abandono, preocupação e tolerância) avaliados pela Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV). Os SD foram avaliados pelo Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9). A análise de mediação foi realizada utilizando modelos de equações estruturais controlada para sexo, índice de massa corporal, etapa do curso e consumo excessivo de bebidas alcoólicas. A amostra apresentou idade média de $21,7 \pm 3,4$ anos e foi de maioria feminina (78,9%). A média de AFMV foi de $4,5 \pm 6,5$ h/semana, dos escores do SAS-SV de $31,5 \pm 10,6$ e do PHQ-9 de $12,4 \pm 6,6$. O modelo de mediação apresentou $R^2 = 0,22$. Os universitários mais ativos apresentaram menores escores de SD (efeito direto: $\beta = -0,19$, IC95% = $-0,34$; $-0,03$, $p = 0,02$) e de UPS (efeito direto: $\beta = -0,46$, IC95% = $-0,73$; $-0,18$, $p = 0,01$). A associação entre a AFMV e SD foi parcialmente mediada pelo UPS (efeito indireto: $\beta = -0,10$, IC95% = $-0,17$; $-0,02$, $p = 0,01$), sendo que maiores escores do PHQ-9 e SAS-SV indicam maior ocorrência de SD e UPS, respectivamente. Além de seus efeitos diretos, a prática de AFMV parece impactar os SD por intermédio da redução do uso problemático de smartphones.

Palavras-chave: Atividade física; Depressão; Smartphones; Pandemia; Estudantes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física para a população idosa



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito do treinamento multicomponente nos indicadores antropométricos de mulheres na pós-menopausa

AUTORES

Aline Santana Bomfim
Vanessa dos Santos França Lima
Claudirene Souza dos Santos
Laiz Galvão Castro Mendes
Iane de Paiva Novais

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, BA.

Avaliar o efeito do treinamento multicomponente (TM) nos indicadores antropométricos de mulheres na pós-menopausa. Estudo quasi-experimental realizado com 38 mulheres na pós-menopausa ($57,5 \pm 5,1$ anos) cadastradas no projeto de extensão universitária Programa de Exercício para a Saúde da Mulher (PROEM). O grupo foi submetido a 12 semanas de TM supervisionado, 2 vezes/semana, 60 minutos/sessão, totalizando 24 sessões, utilizando poucos recursos materiais e com possibilidade de implementação nas Unidades Básicas de Saúde. As medidas de massa corporal, dobra cutânea tricipital, circunferências de braço, panturrilha e abdominal e o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) foram realizados pré e pós-treinamento. Os dados são apresentados em média \pm desvio padrão e a normalidade foi averiguada pelo teste de Shapiro-Wilk. Foi realizado o teste t de Student para amostras pareadas e adotou-se um nível de significância de 5%. Após 12 semanas de treinamento, foi observada manutenção da massa corporal (Pré: $72,5 \pm 13,2$; Pós: $72,1 \pm 13,0$ kg; $p = 0,237$), circunferência abdominal (Pré: $97,4 \pm 10,4$; Pós: $98,1 \pm 10,5$ cm; $p = 0,256$) e IMC (Pré: $29,5 \pm 4,7$; Pós: $29,5 \pm 4,7$ kg/m²; $p = 0,855$). Por outro lado, houve redução significativa de 12,9% na dobra tricipital (Pré: $31,7 \pm 8,8$; Pós: $27,6 \pm 6,8$ mm; D: $-4,1 \pm 5,4$; $p < 0,001$) e 2,5% na circunferência de braço (Pré: $32,4 \pm 3,6$; Pós: $31,6 \pm 3,8$ cm; D: $-0,8 \pm 1,0$; $p < 0,001$), além de aumento de 1,1% na circunferência de panturrilha (Pré: $36,8 \pm 3,0$; Pós: $37,2 \pm 3,0$ cm; D: $0,3 \pm 0,7$; $p = 0,009$). Nossos dados mostram que 12 semanas de treinamento multicomponente supervisionado foram efetivas em melhorar alguns indicadores antropométricos, sugerindo que essa modalidade parece ser uma estratégia interessante para prevenir as alterações na composição corporal decorrentes do envelhecimento associado ao climatério.

Palavras-chave: Práticas corporais; Promoção da saúde; Exercício Físico; Envelhecimento; Programas de bem-estar.

Apoio: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado da Bahia (Fapesb) e Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física, sintomas neuropsiquiátricos, qualidade de vida e perfil de pessoas idosas com demência avaliadas através de um programa de Telessaúde na pandemia de COVID-19: um estudo transversal

AUTORES

Andréa Rodrigues de Amorim Molina
Maria Jasmine Gomes da Silva
Renata Carolina Gerassi
Carolina Tsen
Décio Bueno Neto
Larissa Pires de Andrade

Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, SP.

Analisar a relação entre o nível de atividade física (NAF), sintomas neuropsiquiátricos (SN), qualidade de vida (QV) e perfil de pessoas idosas com demências durante a pandemia de COVID-19. Procedimentos Metodológicos: Trata-se de um estudo transversal realizado através de um programa de Telessaúde com pessoas idosas com demências leve e moderada. Os instrumentos de avaliação utilizados foram: Anamnese; Questionário Baecke Modificado para Idosos (QBMI); Questionário de Inventário Neuropsiquiátrico (NPI-Q) e Escala de Avaliação de Qualidade de Vida na Doença de Alzheimer (CQdV-DA-versão cuidador-idoso). Essa pesquisa obedeceu às normas éticas exigidas pelo Conselho Nacional de Saúde e aprovada pelo Comitê de Ética de Pesquisa em Seres Humanos da Universidade (CAAE: 34696620.0.0000.5504). Teste de Mann-Whitney e de correlação de Spearman foram utilizados como análise estatística, com nível de significância de $p \leq 0,05$. Participaram do estudo 80 pessoas idosas com demência ($77,6 \pm 7,2$ anos), com prevalência do sexo feminino (78%). As mulheres (Med = 6; mín. = 1; máx. = 24 anos) apresentaram menores valores de anos de estudos ($z = -2,02$; $p = 0,42$) em relação aos homens (Med = 11; mín. = 4; máx. = 20 anos). O NAF (Med = 2,5; mín. = 0,0; máx. = 16,4 pontos) das pessoas idosas com demência foi correlacionado positivamente ($\rho = 0,25$, $p = 0,028$) com o nível da QV (Med = 34,5; mín. = 13,0; máx. = 52,0 pontos). Contudo, na relação entre o NAF com os SN não foram encontrados valores significativos. Assim, concluímos que entre as pessoas idosas com demência houve prevalência de mulheres com poucos anos de escolaridade e que a qualidade de vida foi associada a um maior nível de atividade física.

Palavras-chave: Atividade Física; Sintomas neuropsiquiátricos; Qualidade de vida.; Demência; Telessaúde.

Apoio: Gostaríamos de agradecer à Agência de Fomento FAPESP- Brasil pelo apoio financeiro número do processo 4.382.900; à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) - Programa de Excelência Acadêmica (PROEX) - Brasil pela bolsa de estudo; ao Laboratório de Saúde do Idoso (Lapesi) vinculado ao Programa de Pós-Graduação em Fisioterapia na Universidade Federal de São Carlos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Manutenção da capacidade física e funcional de idosos frequentadores de programa social de atividade física após um ano de intervenção

AUTORES

Andrea Somolanji Vanzelli
Gabriel Teixeira
Evellyn Caroline de Jesus Muniz
Elke Lima Trigo

Centro Universitário SENAC

O objetivo deste trabalho foi avaliar a capacidade física e funcional de idosos que participaram de atividades físicas oferecidas por organização não-governamental (OnG) na zona sul de São Paulo durante um ano. A amostra foi composta por 67 idosos de ambos os sexos, divididos em dois grupos: grupo 1 (G1)- 60 a 70 anos ($65,4 \pm 2,5$); grupo 2 (G2) - mais de 70 anos ($75,4 \pm 4,1$). Foram avaliados índice de massa corporal (IMC), relação cintura-quadril (RCQ), força de preensão manual (FPM), time up and go (TUG), teste de alcance funcional (TAF), sentar e levantar (SL) e teste de caminhada de 6 minutos (TC6), sendo realizadas duas medidas com diferença de um ano entre elas. Para análise estatística foi utilizado ANOVA de medidas repetidas com pos-hoc de Tukey e considerado diferença estatística $p < 0,05$. Não foram observadas diferenças do IMC e RCQ entre os grupos e nem entre os períodos. Após um ano de intervenção, foi observado que o G1 apresentou melhores resultados nos testes de FPM ($25,5 \pm 6,3$ vs $23,1 \pm 6,8$), SL ($14,3 \pm 3,6$ vs $16,2 \pm 3,9$), TUG ($7,0 \pm 1,4$ vs $7,9 \pm 1,7$) e TC6 ($450,4 \pm 100,1$ vs $395,8 \pm 101,4$). Não houve diferença dentro dos grupos antes e depois de um ano de intervenção, com exceção no desempenho no TAF após um ano de acompanhamento, observado no G2. O fato de não haver mudanças entre as medidas da maioria dos testes após um ano pode representar que a capacidade física e funcional desses idosos está sendo mantida, apesar do processo de envelhecimento.

Palavras-chave: Idosos; Estado funcional; Qualidade de vida; Organização não governamental

Apoio: Agradecemos ao Centro Universitário SENAC e a ONG Fundação Julita.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Capacidade funcional prediz comportamento de movimento mais ativo em idosos jovens e de meia-idade: um estudo transversal

AUTORES

Andressa de Oliveira Araújo
Gledson Tavares de Amorim Oliveira
Bruna Perez Costa Lima
Maristela Linhares dos Santos
Hassan Mohamed Elsangedy

Universidade Federal do Rio Grande do Norte

Investigar a associação entre capacidade funcional e comportamento de movimento em idosos. Estudo transversal realizado com 59 idosos jovens (60-68 anos; IMC = $18,75 \pm 16,51$ kg/m²; 72% mulheres) e 35 idosos de meia-idade (69-84 anos; IMC = $23,60 \pm 13,78$ kg/m²; 57% mulheres). A bateria de testes funcionais de Rikli e Jones foi utilizada para avaliar a capacidade funcional e o comportamento de movimento foi avaliado por acelerômetro durante 7 dias consecutivos. O modelo linear generalizado foi utilizado para associar capacidade funcional e comportamento de movimento, ajustado por sexo. Uma associação positiva foi observada entre a força dos membros inferiores ($\beta = 254,67$, $p = 0,032$) e superiores ($\beta = 282,99$, $p = 0,048$) com número de passos em idosos jovens. Nos idosos de meia idade, uma associação positiva foi observada entre a força dos membros inferiores e superiores, e negativa da agilidade [melhor performance] com atividade física leve ($\beta = 9,86$, $p = 0,001$; $\beta = 9,21$, $p < 0,001$; $\beta = -14,57$, $p < 0,001$), atividade física moderada-vigorosa ($\beta = 2,01$, $p = 0,012$; $\beta = 1,77$, $p < 0,001$; $\beta = -1,44$, $p = 0,002$) e passos ($\beta = 278,70$, $p = 0,008$; $\beta = 228,31$, $p < 0,001$; $\beta = -279,81$, $p < 0,001$), enquanto a resistência aeróbica foi positivamente associada com atividade física moderada-vigorosa ($\beta = 0,41$, $p = 0,003$). Nossos resultados sugerem manter uma boa capacidade funcional para garantir um estilo de vida fisicamente ativo em idosos.

Palavras-chave: Envelhecimento; Atividade Física; Aptidão física

Apoio: Caixa Assistencial Universitária do Rio Grande do Norte (CAURN).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos do treinamento de Mat Pilates realizado remoto e presencial em respostas funcionais e cardiovasculares de idosos

AUTORES

Andressa Martins e Silva
Bruna Sacchi Fraga
Jonas Casagrande Zanella
Yasmin Bortoli Führ
Valéria Jardim Pires
Ana Carolina Kanitz

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O objetivo desse trabalho foi comparar os efeitos de um treinamento de Pilates solo aplicado de forma remota e presencial em respostas funcionais e cardiovasculares de idosos. O estudo se caracteriza por um ensaio clínico randomizado controlado. Participaram 64 idosos sedentários e saudáveis entre 60 e 70 anos, de ambos os sexos. O estudo teve uma duração de 10 semanas, sendo os participantes randomizados nos grupos: Treinamento Remoto (GR), Treinamento Presencial (GP) e Controle (GC). Os GP e GR tiveram aulas simultaneamente, sendo a aula transmitida ao GR através de uma chamada de vídeo. O GC recebeu cartilhas de exercícios com vídeos demonstrativos. As avaliações foram realizadas pré e pós-intervenção, analisando os desfechos: Pressão Arterial (PA) e Frequência Cardíaca (FC), Força de Membros Inferiores (FMI), Agilidade e equilíbrio Dinâmico (TUG), Flexibilidade (FLEX) e Força de Prensão Manual (FPM). Para análise, utilizou-se as Equações de Estimativas Generalizadas (GEE) ($\alpha = 0.05$). Para a PA sistólica e diastólica houve uma interação significativa ($p = 0.041$; $p = 0.011$) em que GP apresentou uma redução significativa, enquanto o GR e o GC permaneceram iguais. Na variável Agilidade e Equilíbrio Dinâmico, houve uma melhora significativa ao longo do tempo para os três grupos ($p = 0.008$). Para as variáveis FC, FMI, FLEX e FPM não houveram diferenças significativas ao longo do tempo e nem entre os grupos. O Pilates solo realizado de forma presencial foi mais efetivo para melhoras na pressão arterial. Entretanto, todos os grupos melhoraram a agilidade e equilíbrio dinâmico, além de terem mantido os demais desfechos funcionais avaliados.

Palavras-chave: Exercício físico; Método Pilates; Envelhecimento; Pressão arterial.

Apoio: O presente trabalho foi realizado com o apoio do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica Meninas na Ciência da Universidade Federal do Rio Grande do Sul e também da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) através de bolsa para mestrado.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Eficácia de uma intervenção baseada no mat pilates na cognição, estado de humor e finitude em pessoas com parkinson: um ensaio clínico randomizado

AUTORES

Audrey Alcantara Garcia Meliani

Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Analisar a eficácia de 12 semanas de intervenção baseada no Mat Pilates na cognição, estado de humor e finitude em pessoas com Parkinson. Participaram 24 indivíduos diagnosticados com doença de Parkinson ($61,7 \pm 7,5$ anos) divididos em grupo de intervenção de Mat Pilates ($n = 12$) e grupo controle ($n = 12$). A coleta de dados foi feita no baseline (pré) e pós-intervenção e foram avaliadas às características sociodemográficas e clínicas; a cognição, o estado de humor e a finitude. Após a intervenção ocorreram melhoras significativas no grupo intervenção intragrupo, para a variável desfecho cognição ($p = 0,028$) e na perspectiva de envelhecimento, para felicidade ($p = 0,010$) e no grupo controle intragrupo houveram pioras significativas nas variáveis de estado de humor, para depressão ($p = 0,004$), confusão ($0,026$) e fadiga ($p = 0,047$). Foi possível concluir que após 12 semanas de intervenção baseada no Mat Pilates, aplicadas duas vezes por semana, com duração de 60 minutos, pode ser uma opção de tratamento complementar seguro para pessoas com Parkinson pois melhora a cognição, responde de maneira significativa nos subdomínios de humor, fadiga, raiva e depressão, além de dar sentido para a felicidade.

Palavras-chave: Doença de Parkinson; Corpo-mente; Cognição; Estado de Humor; Envelhecimento.

Apoio: Agradecimentos à Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC, e aos meus maiores incentivadores: minha querida orientadora Prof. Dra. Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães, meu marido Prof. Dr. Paulo Fernando Meliani e minhas colegas do LAPLAF/UDESC (Laboratório de Pesquisas em Lazer e Atividade Física).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Prática de atividade física associada a percepção do estado de saúde e comorbidades autorreferidas em idosos brasileiros

AUTORES

Bárbara da Silva Nalin de Souza
Paulo Rogério Melo Rodrigues
Thaís Meirelles de Vasconcelos
Ana Paula Muraro
Naiara Ferraz Moreira

Universidade Federal de Mato Grosso, Cuiabá, MT.

O objetivo desse trabalho foi avaliar a associação entre atividade física e percepção do estado de saúde e comorbidades autorreferidas em idosos brasileiros. Utilizou-se dados de idosos ($n = 22.728$) da Pesquisa Nacional de Saúde 2019. A prática de atividade física no tempo de lazer foi obtida com a pergunta “Nos últimos três meses, o(a) Sr(a) praticou algum tipo de exercício físico ou esporte?” com respostas “sim” e “não”. Para a percepção da saúde foi considerada a pergunta “Em geral, como o(a) Sr(a) avalia a sua saúde?”, tendo como categorias boa/boa, regular, ruim/muito ruim. Foi obtido diagnóstico médico autorreferido para hipertensão e diabetes. Os sintomas depressivos foram avaliados com o Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9). Quanto a percepção do estado de saúde, 16,2% (IC95%:14,9-17,5) das mulheres inativas avaliaram como ruim/muito ruim vs. 5,0% (IC95%:4,0-6,2) das ativas. Nos homens, 11,8% (IC95%:10,7-15,0) dos inativos avaliaram como ruim/muito ruim vs. 3,2% (IC95%:2,4-4,1) dos ativos. Em relação a hipertensão, 60,8% (IC95%: 59,1-62,5) das mulheres inativas referiram portar a doença vs. 56,0% (IC95%:53,2-58,7) das ativas. Nos homens não foi observada diferença estatisticamente significativa. Para diabetes, 23,3% (IC95%:21,9-24,8) das mulheres inativas referiram portar a doença vs. 17,0% (IC95%:14,9-19,2) das ativas. Nos homens, 19,7% (IC95%:18,1-21,3) dos inativos referiram portar a doença vs. 17,2% (IC95%:15,1-19,6) dos ativos. Nas mulheres inativas, 16,5% (IC95%:15,2-17,9) apresentaram sintomas depressivos vs. 7,7% (IC95%:6,4-9,3) nas ativas. Nos homens, 8,1% (IC95%:7,0-9,4) dos inativos apresentaram os sintomas depressivos vs. 3,3% (IC95%:2,4-4,4) dos ativos. A inatividade física associou-se com pior percepção do estado de saúde e maior prevalência de comorbidades.

Palavras-chave: Atividade física para idoso; Comorbidade; Saúde do idoso



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Motivos para adesão e permanência de idosos em programas de exercícios físicos à distância durante a pandemia por COVID-19

AUTORES

Barbara Ferraz Chaowiche
Sabrine Nayara Costa
Paulo Cesar Barauce Bento

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR.

O objetivo do presente estudo foi identificar os motivos de adesão e permanência de idosas participantes de um programa de exercícios físicos (PEF) orientado por vídeo, durante a pandemia da COVID-19. Participaram 31 idosas (66 ± 4 anos; $72,33 \pm 16,06$ kg; $1,60 \pm 0,06$ cm) alocadas nos grupos: (I) exercício síncrono (GS, $n = 12$) aulas online via plataforma Zoom; (II) exercício assíncrono (GA, $n = 9$), aulas seguindo guia de exercícios impresso e vídeos; (III) exercício combinado (GSA, $n = 10$), com uma aula semanal online e duas aulas seguindo guia de exercício. O programa de exercício multicomponente teve a duração de 12 semanas, 3x/sem. A investigação sobre a adesão e permanência das idosas ao PEF foi realizada por meio de um questionário estruturado com questões objetivas utilizando a escala Likert de 0 a 4 pontos. Os dados foram analisados a partir da frequência (%) de resposta em cada sentença. O principal motivo de adesão ao PEF foi “melhorar a saúde” (81,3%). A principal expectativa sobre a participação no Programa foi “melhorar a condição física e funcional” (68,8%). A “manutenção da saúde” foi o principal fator favorável à continuidade das participantes no Programa (59,4%) e, a menor exposição ao risco de contaminação pelo vírus SARS-CoV foi reportada como um dos principais benefícios do PEF remoto (56,3%). Concluiu-se que variáveis relacionadas à saúde foram determinantes para a adesão e permanência de idosas ao PEF, independente da modalidade de participação, provavelmente devido ao contexto da pandemia da COVID-19.

Palavras-chave: Idoso; Exercício físico; Adesão.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física e sintomas depressivos têm associação bidirecional em idosos? Análise do estudo de coorte “Como vai?”

AUTORES

Bárbara Sutil da Silva
Debora Tornquist
Andrea Wendt
Renata Moraes Bielemann
Inácio Crochemore Mohnsam da Silva

Universidade Federal de Pelota, Pelotas, RS.

Avaliar a associação bidirecional e longitudinal entre atividade física (AF) e sintomas depressivos (SD) em uma coorte de idosos. Trata-se de um estudo de coorte denominado “Como Vai?” com amostra da linha de base representativa da população idosa da cidade de Pelotas-RS. As presentes análises utilizaram dados da primeira entrevista (2014) e do acompanhamento de (2019-20), que necessitou ser interrompido pelo início da pandemia de COVID-19. A AF foi avaliada pelos domínios de lazer e deslocamento do International Physical Activity Questionnaire a presença de SD foi obtida através da Geriatric Depressive Scale-10. A análise estatística utilizou modelos autorregressivos cross-lagged baseados em modelos de equações estruturais, buscando examinar as relações recíprocas entre AF e SD. A amostra inicial incluiu 1.451 indivíduos com média de idade de 70,7(± 9,2) anos. No seguimento de 2020 foram entrevistado 538 idosos (até 13/03/2020, sendo interrompido em virtude da pandemia de COVID-19). Observou-se associação bidirecional entre AF no domínio lazer e SD, mas não no domínio deslocamento. Minutos semanais de AF no lazer no primeiro momento foram preditores negativos de escores de sintomas depressivos no seguimento posterior. Ao mesmo tempo, o escore de sintomas depressivos de 2014 foi um preditor negativo de AF no lazer no seguimento de 2020. Quanto mais minutos semanas de AF de lazer em 2014 menor são os SD no seguimento posterior e vice versa. Esta associação negativa entre AF e SD expressa a complexidade da relação e a necessidade de intervenções que considerem essa bidirecionalidade.

Palavras-chave: Sintomas depressivos; Atividade Física; Idosos; Estudo de coorte.

Apoio: Agradecimento especial a Universidade Federal de Pelotas e a coordenação da coorte “como vai?” (Consórcio de Mestrado Orientado para Valorização da Atenção ao Idoso).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análise dos valores de ângulo de fase em pessoas idosas com valores baixos e normais de força, massa muscular e velocidade de caminhada

AUTORES

Beatriz Dalarme Tanganini
Leonardo Quesadas Gomes
Ismael Figueiredo Rabelo
Vanessa Ribeiro dos Santos
Luís Alberto Gobbo

Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
Filho (UNESP), Presidente Prudente, SP

O objetivo do presente estudo foi comparar os valores de ângulo de fase derivado de análise de impedância bioelétrica segundo grupos classificados com baixa força, massa muscular e velocidade de caminhada. Quarenta e quatro homens e 140 mulheres com idade acima de 60 anos foram submetidos a avaliação de impedância bioelétrica com equipamento tetrapolar e frequência a 50kHz. Ângulo de fase (AngF) foi calculado a partir da razão entre reatância e resistência. Força muscular foi mensurada com dinamômetro de prensão manual, velocidade de caminhada pelo teste de caminhada de 4 metros e massa muscular por meio do índice de massa muscular apendicular. Para a classificação dos idosos com os valores baixos ou normais, foram utilizados os critérios propostos pelo Grupo Europeu, em 2019. Para a comparação dos valores do AngF entre os grupos, foi utilizado teste t de Student para amostras independentes, com nível de significância estabelecido em 5%. Os valores médios de AngF para homens foram $5,4^\circ \pm 0,9^\circ$ e $5,0^\circ \pm 0,5^\circ$ para força normal e baixa, respectivamente, $5,3^\circ \pm 0,8^\circ$ e $5,2^\circ \pm 0,8^\circ$ para massa muscular normal e baixa, e $5,4^\circ \pm 0,8^\circ$ e $5,1^\circ \pm 0,7^\circ$ para velocidade de caminhada normal e baixa. Para as mulheres idosas, os valores foram $5,1^\circ \pm 0,7^\circ$ e $4,5^\circ \pm 0,6^\circ$; $5,1^\circ \pm 0,7^\circ$ e $4,9^\circ \pm 0,6^\circ$; e $5,1^\circ \pm 0,8^\circ$ e $4,9^\circ \pm 0,7^\circ$, respectivamente. Diferenças entre os grupos para valores de AngF foram verificadas apenas para a variável força ($p = 0,046$ para homens e $p < 0,001$ para mulheres idosas). Pessoas idosas com maior força muscular apresentaram maior valores de AngF comparadas as pessoas idosas com menor força.

Palavras-chave: Bioimpedância; Ângulo de fase; Funcionalidade; Sarcopenia; Envelhecimento.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre a sobrecarga do cuidador e a força muscular de idosos centenários

AUTORES

Bruna da Silva Vieira Capanema
Carla Stahelin Cordeiro
Felipe Fank
Priscila Rodrigues Gil
Joris Pazin
Giovana Zarpellon Mazo

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Verificar a associação da sobrecarga do cuidador com a força de preensão manual de idosos centenários. Esta pesquisa faz parte do Projeto SC100: Estudo Multidimensional dos Centenários de Santa Catarina, desenvolvido pela Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC), do laboratório de gerontologia (LAGER). Foi utilizado o banco de dados do Projeto SC100, que contém informações de 64 centenários (101,7 ± 2,52 anos) sobre dados de identificação, sociodemográficos e registro da avaliação da força de preensão manual direita (FPMD) e dos seus respectivos cuidadores principais sobre a sobrecarga do cuidado. Os dados foram analisados por meio da regressão linear multivariada. Verificou-se que 48% dos cuidadores dos centenários apresentaram sobrecarga no cuidado. Quanto maior o escore da sobrecarga do cuidador, menor o escore da FPMD ($r = -0,357, p < 0,05$) dos centenários. A redução da FPMD aumentou em 175% no escore da sobrecarga do cuidador. Houve associação entre a sobrecarga do cuidador com a FPMD ($p = 0,003$) do centenário, independentemente do seu sexo ou da escolaridade. Quanto maior a sobrecarga dos cuidadores menor é a FPMD dos centenários. Diante disso, o exercício físico pode ser uma estratégia para melhorar a força muscular e com diminuir a sobrecarga do cuidado e a fragilidade do idoso.

Palavras-chave: Força muscular; Sobrecarga; cuidador; Idosos longevos.

Apoio: Os autores agradecem à Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC) e ao Centro de Ciências da Saúde e do Esporte (CEFID), à Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação de Santa Catarina (FAPESC), ao Programa de Bolsas Universitárias de Santa Catarina (UNIEDU), ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos do treinamento de Pilates realizado de forma remota e presencial na qualidade de vida de idosos

AUTORES

Bruna Sacchi Fraga
Valéria Jardim Pires
Jonas Casagrande Zanella
Yasmin Bortoli Führ
Camila Miranda
Ana Carolina Kanitz

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O objetivo do estudo foi comparar o efeito do protocolo de treinamento de Pilates solo de forma remota e presencial na qualidade de vida de idosos. Caracteriza-se por um ensaio clínico randomizado controlado, com duração de 10 semanas. Participaram 61 idosos sedentários e saudáveis entre 60 e 70 anos de ambos sexos, sendo os participantes randomizados nos grupos: Treinamento Remoto (GR), Treinamento Presencial (GP) e Controle (GC). Os GP e GR tiveram aulas instruídas (no campus da UFRGS) e GR via vídeo-chamada. O GC recebeu cartilhas de exercícios. As avaliações foram realizadas pré e pós-intervenção, analisando o desfecho qualidade de vida (QV) através dos questionários WQQOL-BRIEF e WHOQOL-OLD, nos seus respectivos domínios. As comparações foram realizadas pelo método de Equações de Estimativas Generalizadas (GEE), sendo analisados por protocolo (PP). Como resultado, nos domínios físico e psicológico houveram interações significativas que demonstraram valores maiores no GP em relação ao GR no período pós intervenção. Já no domínio passado, presente, futuro o GR e GP mostraram melhora do período pré para o período pós intervenção. Os demais domínios mantiveram seus valores iniciais sem significâncias. Conclui-se, então, que Pilates no solo pode manter ou melhorar aspectos da QV de idosos tanto no formato presencial quanto no formato remoto.

Palavras-chave: Exercício físico; Envelhecimento; Método Pilates.

Apoio: Agradecimento a Universidade Federal do Rio Grande do Sul, e a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), através de bolsa para mestrado.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação entre índice de qualidade muscular, capacidade funcional e equilíbrio em pessoas idosas

AUTORES

Bruno Pereira da Silva
Bárbara Letícia Cardoso de Mello
Juliana de Andrade Coqueiro
Berta Leni Costa Cardoso
Marijunio Rocha Pires
Luiz Humberto Rodrigues Souza

. Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

O envelhecimento é um processo marcado por diversas mudanças na composição corporal, levando à perda da massa e força muscular e aumento de tecido adiposo o que acaba limitando as funções esqueléticas e como consequência, diminui a qualidade muscular (QM) e a capacidade funcional das pessoas idosas. Diante disso, o objetivo do estudo foi verificar a relação entre o índice de qualidade muscular (IQM), capacidade funcional e equilíbrio em pessoas idosas. A amostra foi composta por 47 voluntários (mulheres = 39; homens = 8) inscritos no Programa de Orientação de Exercício Físico para Idosos (PROEFI/UATI) da Universidade do Estado da Bahia (UNEB), Campus XII. Foi utilizada uma balança de bioimpedância para avaliar a composição corporal dos participantes. Em seguida, foram submetidos a testes físicos de força muscular, equilíbrio estático (EE) e capacidade funcional (teste time up and go - TUG). O IQM foi o valor obtido no teste de força de prensão manual (FPM-dominante) dividido pela massa muscular esquelética (kg). Foi utilizada a correlação linear de Spearman (ρ) para verificar as associações do estudo. O alfa adotado foi de 0,05. Houve correlação significativa do IQM com o EE ($\rho = 0,33$; $p = 0,03$) e com o desempenho no teste TUG ($\rho = -0,40$; $p = 0,005$). Neste sentido, conclui-se que os voluntários que apresentaram maior IQM foram aqueles que conseguiram um melhor desempenho no teste do EE, ou seja, conseguiram manter a posição unipodal por mais tempo, e também realizaram o teste TUG em menor tempo.

Palavras-chave: Desempenho físico funcional; Envelhecimento; Força muscular.

Apoio: Ao Laboratório de Ensino, Pesquisa e Extensão sobre Envelhecimento (LEPEEn); Ao Departamento de Educação, Campus XII da UNEB; Ao Grupo de Pesquisa Mulher, Gênero e Saúde e ao Núcleo de Estudo, Pesquisa e Extensão em Atividade Física (NEPEAF); Ao Programa Universidade Aberta à Terceira Idade no âmbito da UNEB (Edital nº 09/2022); Ao Programa de Iniciação à Extensão (PROIEX) da UNEB (Edital nº 12/2022).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos do treinamento de hidroginástica na capacidade física de idosos

AUTORES

Camila Miranda
Jonas Casagrande Zanella
Valéria Jardim Pires
Katholyn Penna de Bitencourt
Leonardo Alexandre Peyré Tartaruga
Ana Carolina Kanitz

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O objetivo deste estudo foi avaliar diferentes desfechos da capacidade física de idosos participantes de um programa de hidroginástica. a amostra foi composta por 40 idosos ($74,0 \pm 5,2$ anos) inscritos no projeto de extensão do Centro de Referência do Envelhecimento e Movimento (CREM) da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Foi avaliado um grupo de hidroginástica, o qual realizou 12 semanas de treinamento com duas aulas semanais de 45 minutos de duração e intensidades que variaram entre moderada e intensa na escala de Borg (6-20). O modelo de treinamento adotado foi o contínuo (semana 1-4), progredindo para o método intervalado (semana 5-12). A capacidade física foi avaliada pela força de prensão manual (FPM), teste de sentar e levantar cinco repetições (SL5X), velocidade da marcha auto selecionada (VAS), máxima (VMAX) e com dupla tarefa (VASDT). A análise dos dados foi realizada utilizando o teste t pareado para dados paramétricos e teste de Wilcoxon para dados não paramétricos. FPM ($p < 0,001$) e SL5X ($p < 0,001$) melhoraram significativamente após 12 semanas de treinamento. No entanto, a velocidade de marcha VAS ($p = 0,812$), VMÁX ($p = 0,954$) e VASDT ($p = 0,602$) mantiveram os seus valores iniciais ao treinamento, sem diferenças significativas. doze semanas de treinamento de hidroginástica foi suficiente para melhorar a força muscular de idosos. Contudo, não foi capaz de melhorar a velocidade de marcha.

Palavras-chave: Envelhecimento; Exercício físico; Força muscular.

Apoio: Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A sinergia de correlatos sociodemográficos influencia a atividade física de lazer em idosos

AUTORES

Carla Elane Silva dos Santos

Eleonora D'orsi

Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

O objetivo deste estudo foi analisar sinergia de correlatos sociodemográficos na atividade física moderada a vigorosa de lazer (AFMV) em idosos. Utilizou-se dados da terceira onda do estudo de coorte EpiFloripa Idoso (n = 1315), realizado em Florianópolis, Santa Catarina em 2017-2019. A prevalência de AFMV de lazer (≥ 150 min./sem) foi estimada de acordo com a combinação das variáveis sexo, cor da pele, escolaridade e renda (índice de risco múltiplo). Regressão logística binária foi utilizada para testar a relação entre desfecho (AFMV de lazer) e exposição (índice de risco múltiplo). A prevalência de ativos no lazer foi de 12,2% (IC95% 10,5-14,1). O índice de risco múltiplo variou de zero a seis pontos e foi inversamente associado a AFMV ($p < 0,001$). O índice zero (24%) representado pelos homens, de cor de pele branca, com mais de nove anos de estudo e no quartil maior de renda apresentou maior prevalência de ativos (22,1%) quando comparado com o índice com seis categorias (5% de ativos). O grupo de mulheres, não brancas, menor escolaridade e menor renda possui 84% menor chance de ser ativa do que homens de cor de pele branca, com mais de nove anos de estudo e no quartil maior de renda (OR = 0,16; IC95% 0,07-0,38). Sinergias de sexo, cor de pele, escolaridade e renda influenciam a AFMV. Intervenções direcionadas a aumentar a AFMV devem considerar as sinergias dos correlatos sociodemográficos individuais em idosos.

Palavras-chave: Envelhecimento; Correlatos de saúde; Atividade motora.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre diferentes volumes de atividade física medida por acelerômetro e capacidade funcional de pessoas idosas

AUTORES

Daniel Cruz de Oliveira
Yuri Alberto Freire
Francisco José Rosa Silva
Rodrigo Alberto Vieira Browne
Eduardo Caldas Costa

Universidade Federal do Rio Grande do Norte,
Natal, RN

Examinar a associação entre diferentes volumes de atividade física moderada-vigorosa (AFMV) medida objetivamente e capacidade funcional (CF) de pessoas idosas. Estudo transversal ($n = 242$). A AFMV foi avaliada por acelerômetros. Participantes foram classificados em: “muito inativo” (< 50 min/semana; referência), “inativo” (50-99 min/semana), “um pouco ativo” (100-149 min/semana) e “ativo” (150-300 min/semana). A CF foi determinada pelo Senior Fitness Test: teste de caminhada de seis minutos (TC6min), levantar e caminhar (TUG), sentar e levantar (TSL-30s), flexão de cotovelo (TFC-30-s), sentar e alcançar (TSA) e alcançar as costas (TAC). Um escore composto de CF foi calculado baseado em escores-z. Modelo linear generalizado foi utilizado para análise dos dados. Os grupos “pouco ativo” e “ativo” apresentaram melhor desempenho no TC6min ($\beta = 24,9$ m, 1,1, 48,8; $\beta = 42,9$ m, 20,7, 65,2), TUG ($\beta = -0,6$ s, -1, -0,2; $\beta = -0,4$ s, -0,8, -0,08), TSL-30s ($\beta = 1,7$ rep, 0,7, 2,8; $\beta = 1,1$ rep, 0,1, 2), TFC-30-s ($\beta = 0,8$ rep, -0,3, 2; $\beta = 1$ rep, -0, 2,1), TSA ($\beta = 3,1$ cm, -0,6, 6,9; $\beta = 4$ cm, 0,5, 7,6), TAC ($\beta = 1,3$ cm, -2,4, 5,1; $\beta = 1,7$ cm, -1,4, 5,6) e no escore geral ($\beta = 2,2$, 0,8, 3,6; $\beta = 2,2$, 1, 3,5) de CF comparado ao grupo referência. Um volume ≥ 100 min/sem de AFMV está associado com melhor capacidade funcional em pessoas idosas.

Palavras-chave: Envelhecimento; Atividade física; Exercício; Aptidão cardiorrespiratória; Força muscular.

Apoio: O primeiro autor é apoiado por uma licença remunerada para aperfeiçoamento profissional continuado fornecida pela Secretaria de Estado da Educação da Paraíba (SEE-PB). O último autor é apoiado por uma bolsa de produtividade de pesquisa do Conselho Nacional de Pesquisa (CNPq) (306744/2019-8).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comportamento sedentário e atividade física de pessoas idosas com fragilidade física

AUTORES

Daniele Samara Dantas Lopes
Raissa de Melo Silva
Yuri Alberto Freire
Marcyo Câmara
Francisco Dalton Alves de Oliveira
Eduardo Caldas Costa

Universidade Federal do Rio Grande do Norte,
Natal, RN.

Avaliar o tempo e contexto do comportamento sedentário e atividade física de pessoas idosas com fragilidade física. Procedimentos metodológicos: Quinze pessoas idosas residentes na comunidade ($66,5 \pm 4,3$ anos; 86,7% mulheres) com fragilidade física foram incluídas nesse estudo. A fragilidade física foi definida pelo fenótipo de Fried, considerando a presença de três dos seguintes critérios: lentidão de marcha, baixa atividade física, perda de peso não intencional no último ano, fraqueza muscular e exaustão auto reportada. Comportamento sedentário e atividade física de lazer foram avaliados pelo questionário LASA-SBQ e Minnesota, respectivamente. O tempo gasto em comportamento sedentário, atividade física leve (AFL), moderada-vigorosa (AFMV), passos/dia, e cadência de passos foram mensurados por acelerômetro durante uma semana. Por questionário, os participantes relataram 7,4 h/dia em comportamento sedentário, sendo as atividades mais comuns: assistir TV ($2,4 \pm 1,7$ h/dia), atividades administrativas ($1,3 \pm 0,6$ h/dia), uso de telefone ($1,2 \pm 1,1$ h/dia) e transporte ($0,9 \pm 1,0$ h/dia). Apenas 20% relataram fazer atividade física de lazer (exercícios resistidos, $n = 2$; caminhada, $n = 1$). Dados de acelerometria mostraram: 10,9 h/dia em tempo sedentário; $5,1 \pm 1,3$ h/dia em AFL; 120 ± 75 min/sem em AFMV; 6328 ± 2000 passos/dia; 69 ± 13 passos/min. Em média, pessoas idosas com fragilidade física apresentam alto tempo sedentário, especialmente assistindo TV, e não atingem as recomendações de 150 min/sem de AFMV e 7500 passos/dia. Ainda, apresentam baixo envolvimento em atividades físicas de lazer. O comportamento de movimento de idosos com fragilidade deve receber atenção na prática clínica.

Palavras-chave: Fragilidade; Atividade física; Comportamento sedentário; Pessoa idosa.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Impacto do treinamento físico na aptidão física em idosos ativos

AUTORES

Débora Pastoriza Sant' Helena
Edilson Fernando de Borba
Lucas de Liz Alvez
Rafael Pereira da Silveira Mota
Natã Concatto Licht
Lucia Faria Borges
Andréa Kruger Gonçalves

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Comparar as variáveis de aptidão física entre idosos pré e pós-intervenção de um programa de treinamento físico em um projeto de extensão universitária. Procedimentos metodológicos: Trata-se de um estudo transversal, composto por 241 idosos ativos ($71,7 \pm 7,7$ anos), residentes de Porto Alegre, que fizeram parte de um projeto de extensão universitária. Os participantes foram avaliados em dois momentos: no início das atividades (junho) e no término das atividades (novembro) no ano de 2022, através de testes físicos, incluindo força de membros superiores (FMS), força de membros inferiores (FMI), flexibilidade de membros superiores (FLEXMS), flexibilidade de membros inferiores (FLEXMI), timed-up and go (TUG) e velocidade de marcha auto selecionada (VAS). Foram realizadas análises descritivas, test t para comparação dos grupos pré e pós-intervenção, com nível de significância de $p \leq 0,05$ no programa estatístico JASP. O teste de FLEXMS pré apresentou $-10,1 \pm 13,4$ centímetros e pós de $-8,5 \pm 12,5$ centímetros ($p = 0,02$). O FLEXMI pré mostrou $-3,2 \pm 11,6$ centímetros e pós de $-1,9 \pm 11,0$ centímetros ($p = 0,02$). A VAS pré foi $1,3 \pm 0,2$ segundos e VAS pós $1,2 \pm 0,2$ segundos ($p = 0,01$). Após a intervenção, observou-se uma diferença significativa nos testes de FLEXMS, FLEXMI e VAS, indicando melhorias nas variáveis de aptidão física em idosos que participaram do projeto de exercícios físicos. Esses resultados sugerem que a prática regular de atividade física beneficia a flexibilidade e a velocidade de marcha nessa população específica.

Palavras-chave: Idosos; Aptidão física; Exercício físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Dança e tecnologia: aplicação do protótipo do jogo *cheers dance* para idosos residentes no Condomínio Vila Vida em Jataí-Goiás

AUTORES

Deivid Leôncio Gomes da Costa
Vivianne Oliveira Gonçalves

Universidade Federal de Jataí, Jataí, GO.

O objetivo geral deste estudo foi desenvolver um programa de atividade física na modalidade de dança, voltado para os idosos residentes no Condomínio de Idosos Vila Vida da cidade de Jataí-Goiás, utilizando o protótipo do jogo Cheers Dance. Foi realizada uma pesquisa qualitativa, do tipo pesquisa ação, no Condomínio Vila Vida, na cidade de Jataí - Goiás. A pesquisa se desenvolveu em etapas: na primeira foi aplicado um questionário com 22 idosos, de ambos os sexos; na segunda, ocorreu o processo interventivo com a aplicação do protótipo do jogo Cheers Dance, sendo que apenas sete idosos participaram com frequência satisfatória nas atividades propostas durante a intervenção. Após ter aplicado o protótipo do jogo, foi realizada uma entrevista semiestruturada com questões sobre a usabilidade do protótipo e também questões sobre a dança em geral e como possibilidade de exercício físico. Os dados do questionário foram analisados por meio da análise descritiva e os dados da entrevista por meio da análise de conteúdo. Os resultados revelaram melhoras significativas nos estímulos físicos, psíquicos e sociais dos idosos após o processo interventivo da aplicação do protótipo Cheers Dance. No aspecto físico destacam-se melhoras na coordenação motora, equilíbrio e dores musculares, e no campo psíquico houve melhora na memorização. Em relação ao aspecto social, e os relatos dos idosos e da observação participante revelam que ações em grupo com idosos proporcionam interação, socialização e fortalecimento de vínculos, assim como bem-estar e satisfação na execução do exercício proposto.

Palavras-chave: Idosos; Exercício físico; Dança; Tecnologia da informação.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos crônicos de diferentes intensidades do treinamento de potência sobre a força muscular de idosos: uma revisão sistemática com metanálise

AUTORES

Eduarda Blanco-rambo
Marcelo Bandeira-guimarães
Alexandra Ferreira Vieira
Mikel L. Sáez de Asteasu
Ronei Silveira Pinto
Mikel Izquierdo
Eduardo Lusa Cadore

CIBER of Frailty and Healthy Aging
(CIBERFES), Institute of Health Carlos III; 2.
Pamplona, Spain.

Comparar os efeitos do Treinamento de Potência (TP) realizado em intensidades baixa/moderada (20-50%1RM) vs. alta (70-80%1RM) na força máxima de idosos, através de uma revisão sistemática com meta-análise. As buscas foram realizadas nas bases de dados PubMed, LILACS, Embase e Scopus. Foram incluídos ensaios clínicos randomizados (ECRs) que compararam os efeitos do TP de baixa/moderada e alta intensidade na força máxima de idosos. Os dados foram analisados utilizando diferenças médias padronizadas (SMD) com intervalo de confiança de 95% (IC). Os cálculos foram realizados com modelos de efeitos aleatórios. A significância foi aceita quando $p < 0,05$. O presente estudo seguiu as recomendações do PRISMA 2020 Statement Checklist. Três ECRs ($n = 150$) foram incluídos. A força máxima foi avaliada pelo teste de 1RM nos exercícios leg press e extensão de joelhos. Não foi encontrada diferença significativa entre os efeitos do TP realizado em baixa/moderada vs. alta intensidade para a força máxima no leg press [SMD = 0,286 (95% IC: -0,076; 0,649), $p = 0,122$], entretanto os efeitos do TP realizado em alta intensidade foram significativamente maiores do que o TP em baixa/moderada intensidade na força máxima de extensão de joelhos [SMD = 0,652 (95% IC: 0,273; 1,031), $p = 0,001$]. O TP realizado em intensidades baixa/moderada e alta promovem os mesmos incrementos na força máxima avaliada pelo exercício leg press em idosos. Entretanto, o TP realizado em alta intensidade parece promover maiores incrementos na força máxima avaliada pelo exercício extensão de joelhos.

Palavras-chave: Envelhecimento; Força muscular; Exercício físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Correlação do comprometimento cognitivo com sintomatologia depressiva, medo de quedas e qualidade de vida de idosos

AUTORES

Eliane Mattana Griebler
Valéria Feijó Martins
Lúcia Faria Borges
Priscilla Cardoso da Silva
Flávia Gomes Martinez
Andréa Kruger Gonçalves

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O envelhecimento está associado à mudanças da aptidão física e da cognição. Tais fatores acabam interferindo na capacidade funcional nesta faixa etária, podendo dificultar sua autonomia e independência. : Correlacionar comprometimento cognitivo com qualidade de vida, medo de cair e sintomatologia depressiva em idosos participantes de um programa de extensão universitária. Procedimentos metodológicos: Trata-se de um estudo de caráter quantitativo, com desenho transversal ocorrido em 2022. A amostra foi composta por 69 idosos, com idade entre 60 e 69 anos, participantes de um programa de extensão universitária com atividades voltadas ao envelhecimento ativo. Os instrumentos utilizados foram os questionários Miniexame do estado mental-MEEM (classificação de comprometimento cognitivo), FES-I-Brasil (preocupação com quedas), GDS (sintomatologia depressiva) e WHOQoL-BREF (qualidade de vida). A análise estatística dos dados foi realizada através do teste de correlação de Pearson no software estatístico SPSS 22.0. O comprometimento cognitivo esteve correlacionado com a qualidade de vida ($r = 0,247$; $p = 0,041$) e com sintomatologia depressiva ($r = -0,272$; $p = 0,024$). Sendo assim, o comprometimento cognitivo foi inversamente proporcional a qualidade de vida, e diretamente proporcional à sintomatologia depressiva.

Palavras-chave: Exercício; Idosos; Cognição; Equilíbrio.

Apoio: Capes e CNPq.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Tempo de TV como discriminador de circunferência de cintura elevada em idosos quilombolas

AUTORES

Elio Braga da Silva
Deyvis Nascimento Rodrigues
Clayton Rocha Dourado
Ricardo Franklin de Freitas Mussi
Claudio Bispo de Almeida

Universidade do Estado da Bahia - Campus VI,
Caetité, BA.

Os comportamentos sedentários tendem a aumentar com o avançar da idade, dentre eles o tempo de TV (TTV) é um dos mais comuns entre idosos. E quando realizados por longos períodos, o TTV pode causar riscos à saúde por meio de alterações, como por exemplo, a circunferência de cintura (CC) elevada. O presente estudo teve o objetivo de identificar a capacidade preditiva para CC elevada por meio do volume de tempo de TTV em quilombolas idosos. Trata-se de um estudo de base populacional, com amostra de 166 idosos, ambos os sexos, com idade maior ou igual a 60 anos residentes em comunidades quilombolas da microrregião de Guanambi, Bahia. A presente pesquisa foi aprovada pelo CEP/UNEB sob parecer nº 1.386.019/2016. Os dados foram obtidos por meio de entrevista face a face e coleta de dados antropométricos. As análises foram realizadas por meio de Curvas ROC. Foram encontradas as prevalências de 76,7% para TTV, 52,4% para sexo biológico feminino, e 64,8% com CC elevada. A média de idade foi igual a 70,30. Como principais resultados têm-se que a área sob a curva ROC foi igual a 0,598 com sensibilidade de 78,31. Conclui-se que para os idosos residentes em comunidades remanescentes de quilombos da Microrregião de Guanambi o TTV apresentou capacidade preditiva para CC elevada.

Palavras-chave: Grupos com ancestrais do continente africano; Saúde das minorias étnicas; Curva ROC; Circunferência de cintura; Comportamento sedentário.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito do Mat Pilates nos indicadores antropométricos de mulheres na pós-menopausa

AUTORES

Emile Judith Brito Velozo
Igor Pereira Andrade
Laiz Galvão Castro Mendes
Aline Santana Bomfim
Camilo Luis Monteiro Lourenço
Iane de Paiva Novais

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, BA.

Investigar o efeito do Mat Pilates nos indicadores antropométricos de mulheres na pós-menopausa. Estudo quasi-experimental realizado com 17 mulheres de meia-idade e idosas ($59,12 \pm 4,46$ anos) cadastradas no projeto de extensão universitária Programa de Exercício para a Saúde da Mulher (PROEM). O grupo foi submetido a 12 semanas de Mat Pilates supervisionado, 2 vezes/semana, 60 minutos/sessão, totalizando 24 sessões, utilizando poucos recursos materiais e com possibilidade de implementação nas Unidades Básicas de Saúde. As medidas de massa corporal, dobra tricipital, circunferência de braço, panturrilha, cintura, abdominal e quadril e o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) e Razão Cintura-Quadril (RCQ) foram realizados pré e pós-treinamento. Os dados são apresentados em média \pm desvio padrão e a normalidade foi averiguada pelo teste Shapiro-Wilk. Foi realizado o teste t de Student para amostras pareadas e adotou-se nível de significância de 5%. Foi observada manutenção da massa corporal (Pré: $69,30 \pm 12,60$ Pós: $69,50 \pm 12,59$ kg), IMC (Pré: $27,87 \pm 4,58$; Pós: $27,95 \pm 4,63$ kg/m²), dobra tricipital (Pré: $29,32 \pm 8,28$; Pós: $29,73 \pm 8,02$ mm), circunferência de panturrilha (Pré: $36,71 \pm 4,42$; Pós: $36,99 \pm 4,22$ cm), e de braço (Pré: $32,21 \pm 4,68$; Pós: $32,28 \pm 4,48$ cm), enquanto houve redução significativa de 2,9% na circunferência abdominal (Pré: $96,27 \pm 9,35$; Pós: $93,48 \pm 7,82$ cm; Δ : $-2,79 \pm 3,07$; $p = 0,002$), 2,2% na circunferência de cintura (Pré: $86,26 \pm 9,92$; Pós: $84,35 \pm 8,90$ cm; Δ : $-1,92 \pm 1,89$; $p = 0,001$) e 2,4% na RCQ (Pré: $0,82 \pm 0,6$; Pós: $0,80 \pm 0,5$; Δ : $0,02 \pm 0,02$; $p = 0,002$). Nossos dados mostram que 12 semanas de Mat Pilates supervisionado foram efetivas em melhorar indicadores antropométricos da região abdominal, sugerindo que essa modalidade parece ser uma estratégia interessante para prevenir alterações na composição corporal decorrentes do envelhecimento associado ao climatério e diminuir risco cardiovascular.

Palavras-chave: Práticas corporais; Promoção da saúde; Exercício Físico; Envelhecimento; Programas de bem-estar.

Apoio: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado da Bahia (Fapesb) e Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Long-term functional performance changes and detraining in community-dwelling older adults participating in a group-based multicomponent training program

AUTHORS

Emmanuel Souza da Rocha
Eliane Celina Guadagnin
Marcos Roberto Kunzler
Liver Priario
Felipe Pivetta Carpes

Universidade Federal do Pampa, Uruguaiana, RS.

Aging affects muscle structure, function, and functional independence impairments. Exercise is considered an excellent strategy to reverse these losses. **AIM:** To determine the time course of changes in functional performance of older adults in response to an 8-month community group-based multicomponent training program followed by a 3-month detraining period. We followed 31 older adults for 11 months (8 months of training and 3 months of detraining). Balance, flexibility, reaction time, strength, mobility, gait (overground gait with and without obstacle), and stair ascent and descent were evaluated before, after four, and eight months of training, and after three months of detraining. The training included physical and cognitive exercises performed in a group for eight months (three weekly sessions). Four months of training improved the performance of the one-leg standing test, handgrip strength (right), overground, and gait with obstacle speed. These gains remained after eight months and after the detraining. Sit and reach and handgrip strength (left) improved after eight months, and gains remained after the detraining. Functional reach, sit-to-stand, TUG, and stair ascent and descent remained unchanged. Simple reaction time reduced after four but increased after eight months of training, remaining stable after detraining. The group-based multicomponent training led to overall positive effects on functional performance. Gains started after four months of training and remained after a three-month detraining. Our results have applications in designing low-cost community group-based programs to promote physical training to older adults.

Keywords: Aging; Exercise; Training; Functional status; Functional performance.

Support: Trabalho publicado pelos autores no Brazilian Journal of Motor Behavior em 2023: <https://doi.org/10.20338/bjmb.v17i1.341>



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Tempo de TV como discriminador de hdl elevada em idosos quilombolas

AUTORES

Fábio Fernandes Flores
Claudio Bispo de Almeida
Suzi Silva Santana
Deyvis Nascimento Rodrigues
Ricardo Franklin de Freitas Mussi

Universidade do Estado da Bahia - Campus XII
Guanambi, BA.

Com o avançar da idade os comportamentos sedentários tendem a aumentar, dentre eles o tempo de TV é um dos mais comuns entre idosos, e podem ser considerado um fator de risco à saúde quando realizado por longos períodos, sobretudo provocando alterações metabólicas, como por exemplo, a elevação da HDL. Neste sentido, o presente estudo objetiva identificar a capacidade preditiva para HDL elevada por meio do volume de tempo de TV (TTV) em idosos quilombolas baianos. Trata-se de um estudo de base populacional, com amostra de 166 idosos residentes em comunidades quilombolas da microrregião de Guanambi, Bahia. Este estudo foi aprovado pelo CEP/UNEB sob parecer nº 1.386.019/2016. Os dados foram obtidos por meio de entrevista face a face e coleta sanguínea. As análises foram realizadas por meio de Curvas ROC. Os resultados mostraram que a área sob a curva ROC foi igual a 0,513 com sensibilidade de 81,58. Conclui-se que para os idosos residentes em comunidades remanescentes de quilombos da Microrregião de Guanambi o TTV apresentou capacidade preditiva para HDL elevada.

Palavras-chave: Grupos com ancestrais do continente africano; Saúde das minorias étnicas; Curva ROC; HDL-Colesterol; Comportamento sedentário.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos de um programa de exercícios domiciliar e de um programa de mudança de comportamento no nível de atividade física e comportamento sedentário de idosos durante a pandemia de SARS-CoV-2

AUTORES

Fernanda de Mattos
Sabrine Nayara Costa
Isabela Vinharski Scheidt
Michele Teles
Paulo Cesar Barauce Bento

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR.

O objetivo deste estudo foi comparar os efeitos de um programa de exercícios domiciliares e de um programa de mudança de comportamento no nível de atividade física (NAF) e comportamento sedentário (CS) de idosos durante a pandemia de SARS-CoV-2. Participaram 27 idosos (60-74 anos) alocados nos grupos: GCOM (n = 10) que participou de um programa de mudança comportamental, com uma sessão síncrona (on-line) semanal; GTMC (n = 8), que participou de um programa de exercícios multicomponente com três sessões síncronas semanais; e GC (n = 9) sem intervenção. Foram avaliados o NAF e o CS no início (AV1), após 12 semanas (AV2) e seguimento após 12 semanas (AV3) entre outubro de 2020 e julho de 2021. Utilizou-se o teste de Equações de Estimativa Generalizadas. Os grupos que praticaram exercícios aumentaram o tempo de caminhada em comparação com o GC. O tempo em exercícios aumentou 1,5 vezes no GCOM e 5,6 vezes no GTMC ($p > 0,05$) após a intervenção. No período de acompanhamento, houve redução desta variável no GTMC. Os grupos GCOM e GTMC reduziram o CS diário em 20 e 43 minutos respectivamente, enquanto o GC aumentou o CS em aproximadamente 1 hora e 20 minutos. No período de acompanhamento, no entanto, houve aumento no CS no GTMC ($p < 0,05$). Os resultados indicam que programas de exercícios físicos domiciliares realizados por vídeo são efetivos tanto para o aumento e manutenção da AF quanto para redução do CS. O aumento no CS do grupo de controle reforça a necessidade de promover programas de exercícios físicos para idosos.

Apoio: Agradecemos à Universidade Federal do Paraná e à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelo apoio e financiamento deste trabalho.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação da capacidade funcional de acordo com a massa muscular total em idosos acima de 90 anos

AUTORES

Gabriel Mayer Tossi
Tainara Steffens
Talita Molinari
Eduarda Blanco Rambo
Caroline Pietta-dias

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Comparar a capacidade funcional de acordo com a massa muscular total de idosos acima de 90 anos. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da UFRGS e todos os participantes assinaram um termo concordando com a participação no estudo. Os idosos foram recrutados por acessibilidade na comunidade e avaliados no Laboratório de Pesquisa do Exercício da UFRGS. Foram submetidos aos seguintes procedimentos: (1) avaliação da massa muscular total por meio da DXA (Hologic Discovery W, EUA), (2) teste de força de prensão manual (FPM) por meio de dinamômetro hidráulico, (3) teste de sentar de levantar da cadeira (TSL) e (4) teste Timed Up and Go (TUG). Os idosos foram divididos em dois grupos de acordo com a mediana (ou percentil 50) para a massa muscular total obtida no DXA: G1 (grupo acima do percentil 50, com maior quantidade de massa muscular total) e G2 (grupo baixo do percentil 50, com menor quantidade de massa muscular total). Foi utilizada estatística descritiva e um teste t independente para comparação entre os grupos, adotando-se $p \leq 0,05$. Foram avaliados 41 idosos de ambos os sexos: G1 ($n = 22$; $94,3 \pm 2,7$ anos; $1,61 \pm 0,08$ m; $67,0 \pm 9,3$ kg) e G2 ($n = 19$; $95,6 \pm 3,5$ anos; $1,53 \pm 0,08$ m; $54,1 \pm 10,1$ kg). O G1 apresentou melhor desempenho quando comparado ao G2 na FPM ($17,7 \pm 7,9$ Kg/f vs $15,87 \pm 7,0$ kg/f; $p \leq 0,01$), no TSL ($15,8 \pm 5,9$ s vs $19,3 \pm 6,3$ s; $p \leq 0,01$) e no TUG ($17,8 \pm 12,9$ s vs $21,4 \pm 11,8$ s; $p \leq 0,01$). Em idosos ≥ 90 anos manter a massa muscular acima do percentil 50 é fundamental para a manutenção da capacidade funcional.

Palavras-chave: Capacidade funcional; Nonagenários; Sarcopenia.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análise da flexibilidade de idosos praticantes de diferentes modalidades de exercício físico

AUTORES

Gabrielle Moura de Siqueira
Rafael Pereira da Silveira Mota
Débora Pastoriza Sant' Helena
Priscilla Cardoso da Silva
Gabrielle Teixeira Camargo
Lúcia Faria Borges
Andréa Kruger Gonçalves

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Analisar o comportamento da flexibilidade de idosos praticantes de diferentes modalidades de exercício físico em um programa de extensão universitária. Procedimentos metodológicos: Trata-se de um estudo observacional, quase-experimental e descritivo. A amostra por acessibilidade foi composta por 74 idosos praticantes de exercício físico (média de idade $74,1 \pm 8,1$ anos) divididos em grupos de modalidades: G1 (n = 22; cognição), G2 (n = 21; equilíbrio), G3 (n = 18; ginástica) e G4 (n = 13; musculação). Os critérios de elegibilidade foram idade ≥ 60 anos e frequência de 70% nas modalidades. Os participantes foram avaliados em dois momentos, pré: início das atividades (junho/2022) e pós: término (novembro/2022). Foram avaliados os testes de flexibilidade de membros inferiores (FLEXMI) e de membros superiores (FLEXMS) do Senior Fitness Test. Para análise dos dados foi utilizado o teste ANOVA e post-hoc Tukey para variáveis não homogêneas no programa SPSS 29.0 adotando nível de significância de 5% ($p \leq 0,05$). Foram encontradas diferenças estatísticas entre G2 e G4, sendo no G2 as médias da FLEXMS pré e pós intervenção foram $-11,8 \pm 13,5$ cm e $-12,6 \pm 11,4$ cm respectivamente e no G4 pré-intervenção $-5,5 \pm 6,7$ cm e pós-intervenção de $-2,5 \pm 6,8$ cm ($p = 0,02$). Não foram observadas diferenças estatísticas entre G1 e G3 na FLEXMI e FLEXMS, assim como, na FLEXMI entre G2 e G4.

Palavras-chave: Idosos; Exercício físico; Flexibilidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análise da força de membros inferiores de idosos praticantes da modalidade ginástica

AUTORES

Gabrielle Teixeira Camargo
Débora Pastoriza Sant' Helena
Gabrielle Moura de Siqueira
Adriane Ribeiro Teixeira
Rafael Pereira da Silveira Mota
Andrea Kruger Gonçalves

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Analisar a variável de força de membros inferiores entre idosos pré e pós-intervenção na modalidade de ginástica em um programa de treinamento físico em um projeto de extensão universitária. **PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS:** Estudo transversal composto por 39 idosos, sendo 29 mulheres (74,4%) e 10 homens (25,6%), com idades entre 60 e 93 anos, com média de $72,67 \pm 7,28$ anos, praticantes da modalidade de ginástica duas vezes por semana. Todos os idosos foram avaliados no início das atividades e após cinco meses de intervenção no ano de 2022. Foram utilizados os instrumentos de força de membros inferiores por meio do Protocolo de Testes de Aptidão Física e Funcional da Bateria de Testes de Rikli & Jones (1999). Os dados foram analisados de forma estatística quantitativa descritiva, utilizando-se percentuais, teste T e teste de correlação de Pearson. A força de membros inferiores pré variou entre 7 e 22 repetições (média de $14,91 \pm 3,91$), no pós variou entre 7 e 26 repetições (média entre $16,41 \pm 4,94$) evidenciando diferença significativa entre as medidas ($p = 0,01$). A variável sexo não influenciou nos resultados obtidos ($p > 0,05$). Não foi observada correlação entre a idade e os resultados pré ($p = 0,14$) e pós ($p = 0,29$) treinamento. Observou-se que a força de membros inferiores aumentou significativamente após cinco meses de intervenção na modalidade de ginástica, independente da idade e do sexo, em um programa de treinamento físico em um projeto de extensão universitária com idosos.

Palavras-chave: Idosos; Exercício físico; Ginástica.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos da pandemia de COVID-19 no convívio social de idosos ativos

AUTORES

Giovanna Moraes Rolla
Priscilla Cardoso da Silva
Vanessa Dias Possamai
Andréa Kruger Gonçalves

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Entre 2020 e 2023 o mundo vivenciou uma emergência pública causada pela pandemia de COVID-19. O principal grupo de risco foi o de pessoas idosas, para o qual foi preciso uma maior atenção das autoridades públicas. O objetivo deste estudo foi avaliar os efeitos da pandemia de COVID-19 no convívio social de pessoas idosas participantes de um programa de exercício físico. Foi realizado um estudo descritivo transversal com 15 pessoas idosas praticantes de exercício físico em um programa de extensão universitária com atividades remotas. Utilizou-se um questionário sobre: participação no programa, percepção sobre convívio social e realização de exercício físico. Os dados foram analisados conforme o tipo de variável: frequência e percentual para perguntas fechadas, média e desvio padrão para idade e análise categorial temática para perguntas abertas. Os resultados demonstraram prevalência para: sexo feminino (73,33%), participação no programa há menos de 5 anos (46,67%), realização de jogging aquático (53,33%) e utilização da sala de convívio social (60%). As categorias indicaram que o convívio social foi afetado devido às “medidas restritivas”; houve limitação nas demonstrações de “afetividade”, modificação na frequência de “exercício físico”, adaptação para “novos exercícios” e adesão aos meios digitais. O programa aumentou o “afeto e a proximidade”, diminuiu o “distanciamento e a ausência de contato físico”, sendo considerada como uma alternativa de “valorização e zelo”. Concluiu-se que a pandemia de COVID-19 provocou alterações no convívio social, contudo, as pessoas idosas utilizaram as redes sociais para suprir a ausência do convívio social e das aulas presenciais.

Palavras-chave: Convívio social; Idoso; Exercício físico; COVID-19.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Benefícios do treinamento multicomponente na aptidão física de mulheres na pós-menopausa

AUTORES

Iane de Paiva Novais
Claudirene Souza dos Santos
Vanessa dos Santos França Lima
Aline Santana Bomfim
Laiz Galvão Castro Mendes

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, BA.

Investigar o efeito do treinamento multicomponente (TM) na aptidão física de mulheres na pós-menopausa. Participaram deste estudo quasi-experimental 38 mulheres de meia-idade e idosas ($57,5 \pm 5,1$ anos; $29,5 \pm 4,7\text{kg/m}^2$) cadastradas no projeto de extensão universitária Programa de Exercício Físico para a Saúde da Mulher (PROEM). O grupo foi submetido a 24 sessões de TM supervisionado, 2 vezes/semana, 60 minutos/sessão, durante 12 semanas. A aptidão física foi avaliada pelo teste de sentar e alcançar (flexibilidade), teste de flexão de braço e teste de sentar e levantar da cadeira (força e resistência muscular), teste de levantar e caminhar (agilidade e equilíbrio dinâmico) e teste de caminhada de 6 minutos (capacidade aeróbica), realizados antes e após o período de treinamento. Os dados são apresentados em média \pm desvio padrão e a normalidade foi averiguada pelo teste de Shapiro-Wilk. Foi realizado o teste t de Student para amostras pareadas e adotou-se um nível de significância de 5%. Não foi observada diferença significativa na avaliação da agilidade e equilíbrio dinâmico (Pré: $13,4 \pm 1,6$; Pós: $13,3 \pm 1,2\text{seg}$; Δ : $-5,4 \pm 58,4$; $p = 0,815$) e da capacidade aeróbica (Pré: $516,3 \pm 73,9$; Pós: $535,1 \pm 54,2\text{m}$; Δ : $18,8 \pm 58,2$; $p = 0,054$). Por outro lado, houve aumento significativo de 3,5% na flexibilidade de membros inferiores (Pré: $59,3 \pm 8,5$; Pós: $61,4 \pm 8,1\text{cm}$; Δ : $2,1 \pm 4,6$; $p = 0,008$), e de 5,8% na força e resistência muscular de membros superiores (Pré: $17,0 \pm 2,7$; Pós: $18,0 \pm 2,4$ repetições; Δ : $1,0 \pm 3,0$; $p = 0,042$) e 37,0% de inferiores (Pré: $10,8 \pm 2,1$; Pós: $14,8 \pm 2,7$ repetições; Δ : $4,0 \pm 2,4$; $p < 0,001$). Portanto, 12 semanas de TM foram efetivas em melhorar componentes da aptidão física de mulheres na pós-menopausa, indicando a importância da modalidade para um envelhecimento sem dependência e fragilidade.

Palavras-chave: Práticas corporais; Promoção da saúde; Exercício Físico; Envelhecimento; Programas de bem-estar.

Apoio: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado da Bahia (Fapesb) e Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física é fator protetor para eventos fatais em adultos brasileiros mais velhos?

AUTORES

Ione Jayce Ceola Schneider

Susana Cararo Confortin

Cesar de Oliveira

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

A atividade física regular está associada à redução do risco de morte. A Organização Mundial da Saúde recomenda a realização de pelo menos 150 ou 75 minutos por semana de atividade física moderada ou intensa, respectivamente, ou a combinação, para adultos e idosos. Analisar se não atingir as recomendações de atividade física é fator de risco para óbito. Trata-se de um estudo de coorte com indivíduos de 50 anos ou mais da linha de base do Estudo Longitudinal da Saúde dos Idosos Brasileiros (ELSI-Brasil). O seguimento foi considerado entre a data da entrevista até o óbito ou último contato (censura). A atividade física foi avaliada pela Versão Curta do Questionário Internacional de Atividade Física, categorizada em atinge ou não as recomendações da OMS. As variáveis de ajuste foram sexo, idade, situação conjugal, renda per capita, doenças crônicas, escore de memória, índice de massa corpórea, tabagismo e consumo de álcool. Foi realizada regressão de Cox para verificar o risco de óbito. Foram incluídas 7.480 pessoas, 52,9% do sexo feminino, 50% de 50 a 59 anos, 17,2% fumantes, 9,6% com consumo de álcool de risco, 48,2% atingiram as recomendações da OMS de atividade física, 7,45% foram a óbito. Na análise ajustada, o risco de óbito dos que não atingiram as recomendações de atividade física foi significativamente maior comparado a quem atingiu (HR:1,33, IC95%:1,01-1,75). Indivíduos que não atingem as recomendações de atividade física possuem risco aumentado de óbito independente das características sociodemográficas e de saúde.

Palavras-chave: Atividade física; Envelhecimento; Óbito; Estudos de coortes.

Apoio: O ELSI-Brasil foi financiado pelo Ministério da Saúde: DECIT/SCTIE (Processos: 404965/2012-1 e TED 28/2017); COPID/DECIV/SAPS (Processos: 20836, 22566, 23700, 25560, 25552 e 27510).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre comportamento sedentário, atividade física, desempenho de atividades de vida diária e variáveis antropométricas de idosos institucionalizados

AUTORES

Isabela Vinharski Scheidt
Joyce Kelly França Domingues
Bruna Simião de Medeiros
Jamine Lirio Paz
Paulo Cesar Barauce Bento

Universidade Federal do Paraná. Curitiba, PR.

Identificar associações entre o comportamento sedentário (CS) e níveis de atividade física (NAF) e desempenho em atividades da vida diária (AVDS) e variáveis antropométricas de idosos residentes em instituições de longa permanência (ILPI). Procedimentos: O CS e NAF foram obtidos por meio de acelerômetro - Actigraph GT3X, fixado na região do quadril, por 7 dias. Foram considerados dados válidos o uso do acelerômetro pelo tempo mínimo de 8 horas diárias, durante 4 dias. Utilizou-se o referencial de Copeland e Esliger (2009) de contagem/minuto para classificar CS (≤ 99), NAF leve (100-1040) e NAF moderada (≥ 1040). O desempenho de AVDS foi avaliado através do Índice de Barthel. Variáveis antropométricas aferidas foram o Índice de Massa Corporal (IMC), Circunferência Abdominal (CA), e Pressão Manual (PM). Realizou-se o teste de correlação de Spearman. Foram avaliados 53 idosos ($n = 28$ feminino, $n = 25$ masculino), idade 79 ± 8 , residentes em ILPI de Curitiba-PR. O CS apresentou correlação negativa e moderada com o desempenho de AVDS ($r = -,503$; $p = ,000$). NAF leve apresentou correlação positiva e fraca com desempenho de AVDS ($r = ,322$; $p = ,031$). NAF moderada apresentou correlação positiva e moderada com desempenho de AVDS ($r = ,675$; $p = ,000$) e com PM ($r = ,513$, $p = ,017$), e correlação positiva e fraca com o IMC ($r = ,359$, $p = 0,16$) e CA ($r = ,345$, $p = ,037$). As correlações moderadas entre o desempenho de AVDS, CS e NAF moderada sugerem que intervenções junto a idosos institucionalizados podem ter como estratégia atividades físicas na vida diária, para reduzir o tempo em CS e aumentar o NAF.

Palavras-chave: Idoso; Comportamento sedentário; Atividade física; Atividades cotidianas; Instituição de longa permanência para idosos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos da contração muscular estimulada por campo eletromagnético pulsado sobre o desempenho funcional de TUG em pacientes idosos

AUTORES

Isabella Layne Teodoro Moreira

Paulo Ricardo Pinheiro França

Temistoclis Alaiã Pereira Silva

Alberto Souza Sá Filho

Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins

Patrícia Sardinha Leonardo

Universidade Evangélica de Goiás, Anápolis, GO.

O objetivo do estudo foi avaliar os efeitos da tecnologia de contração muscular por Campo Eletromagnético Pulsado (PEMF) sobre o desempenho funcional no teste Timed Up and Go (TUG). 16 idosos com média de idade de $73,8 \pm 9,0$ anos, classificados em 3 graus para sarcopenia, participaram do estudo. 10 sessões de PEMF + exercícios resistidos para membros superiores foram realizados. O protocolo de PEMF foi aplicado durante 30 min sobre os músculos quadríceps e gastrocnêmio, seguindo as orientações do fabricante (ADOXY®, Brasil). Cada sessão totalizou 60 min, sendo repetida 2x na semana (intervalo de 48 h entre sessões). Os participantes foram submetidos ao teste TUG no baseline, momento 1, momento 2 e ao final da intervenção. Uma ANOVA de medidas foi utilizada para comparação dos resultados. Uma ANOVA de medidas repetidas foi realizada demonstrando diferenças significativas para o fator tempo [$F(1,95, 25,42 = 19,757; p = 0,000)$]. A comparação pelo Posthoc de Bonferroni mostrou diferenças significativas entre o Baseline x Momento 2 ($22,1 \pm 8,9$ vs. $17,1 \pm 8,2$ seg; $p = 0,001$) e Baseline x Momento Final ($22,1 \pm 8,9$ vs. $16,6 \pm 8,4$ seg; $p = 0,000$). Não houve diferenças significativas entre o Baseline x Momento 1 ($22,1 \pm 8,9$ vs. $19,3 \pm 9,0$ seg; $p = 0,077$). Conclui-se que a aplicação de PEMF promoveu melhoras significativas em parâmetros de desempenho funcional no teste de TUG, sugerindo a utilização de PEMF em pacientes com sarcopenia.

Palavras-chave: Saúde; Assistência; Envelhecimento.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A resiliência em saúde do programa híbrido de atividades e exercícios físicos para mulheres sobreviventes de câncer de mama durante a pandemia da COVID-19

AUTORES

Jean Augusto Coelho Guimarães
Jule Pires Amaral
Aline Rachel Bezerra Gurgel
Christian Klausener
Christina May Moran de Brito
Patrícia Chakur Brum

Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.

Apresentar a resiliência do Programa Remama na promoção da atividade física para mulheres sobreviventes de câncer de mama (CM), durante a pandemia da COVID-19. Procedimentos metodológicos: O Remama, parceria entre Instituto do Câncer de São Paulo e USP, desde 2013 oferece atividades de canoagem para mulheres que passaram por tratamento oncológico e reabilitação, posteriormente sendo referenciadas ao Remama para manutenção da saúde. Na pandemia, as atividades ofertadas na raia da USP duas vezes por semana, 1h diária, foram paralisadas. Reflexo da “quarentena”, um monitoramento apontou que 37 integrantes aumentaram o peso (1-15Kg) e reduziram os níveis de atividade física (90%). Contudo, em 2020/2021 criou-se o Programa Remama-On. O Remama-On oferece aulas remotas com atividades e exercícios físicos multicomponentes duas vezes por semana, 1h diária, em plataforma gratuita, com orientação profissional. A comunicação ocorre em grupo virtual, fortalecendo o vínculo dos envolvidos. Em outubro de 2021, as atividades retornaram à raia da USP, porém o modelo híbrido foi estabelecido. Entre 2020-2022, no Remama-On, houve 189 aulas e média de 12 (2-17) alunas e, no Remama presencial, 86 aulas e média de 13 (1-28) alunas. Para ambas atividades, online e presencial, realizou-se 7 avaliações físicas online nas participantes (resistência de força de membros superiores e inferiores, e flexibilidade), 14 vídeos temáticos foram produzidos, e realizou-se 6 reuniões integrativas e 24 reuniões organizacionais. O Programa Remama reflete a resiliência da extensão universitária ao consolidar um programa híbrido de promoção da atividade física e saúde para mulheres sobreviventes de CM advindas do SUS, durante a COVID-19.

Palavras-chave: Câncer; Promoção de saúde; Telessaúde; Universidade; Hospital Oncológico.

Apoio: Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) e Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Desempenho motor de idosos: estudo comparativo entre idosos ativos e não-ativos residentes no interior do Sudoeste da Bahia

AUTORES

Jean Lucas Alves Caires
Luiz Humberto Rodrigues Souza
Ronei Batista Lobato
Rebeca Aragão Gomes de Jesus
Stênio Fernando Pimentel Duarte
Victória Silva Midlej Ribeiro

Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

O objetivo do estudo foi comparar o desempenho motor de idosos ativos e não-ativos. Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, descritivo parte do projeto intitulado “Perfil epidemiológico das doenças crônicas no Sudoeste da Bahia” realizado de julho de 2017 a dezembro de 2019. Compuseram a amostra 26 idosos de ambos os sexos com idade acima de 60 anos residentes em cidades do interior do Sudoeste da Bahia. Para avaliação do desempenho motor foi utilizada a Short Physical Performance Battery (SPPB) e para classificação do nível de atividade física (NAF) o IPAQ versão curta adaptado para idosos. Os dados foram analisados no SPSS versão 25.0 para porcentagens e teste qui-quadrado para associação. O projeto foi aprovado pelo CEP da FSPVC com CAAE 44876215.8.0000.5578 e nº de parecer: 1.859.545. Da amostra, 65,4% eram do sexo feminino, média de idade de 72,88 ($\pm 7,94$), 53,8% casados e 50% estavam no peso ideal. Quanto ao NAF, 76,9% foram classificados como ativos (mínimo de 150 min/semanais) e 23,1% como não-ativos (menos de 150 min/semanais). Dos ativos, 70% tiveram o desempenho motor classificado como “bom” e 25,0% como “médio”; não houve “fraco”, porém teve um “incapaz”. Dos não-ativos, 50% como “fraco”, 33,3% como “médio” e 16,7% como “bom”. Houve associação entre NAF e desempenho motor ($p = 0,005$). Idosos ativos apresentaram melhores resultados nos testes de desempenho motor. Os achados do presente estudo ressaltam a importância da atividade física para evitar declínios na performance motora.

Palavras-chave: Atividade física; Envelhecimento; Desempenho psicomotor.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Percepção subjetiva de esforço em exercícios com peso corporal em diferentes complexidades no público idoso com fatores de risco cardiometabólico

AUTORES

Jeferson da Silva Hahn
Angelica Danielevicz
Cíntia de La Rocha Freitas
Silas Nery de Oliveira
Rodrigo Sudatti Delevatti

Universidade Federal de Santa Catarina
Florianópolis, SC

Analisar a intensidade e a afetividade associadas ao exercício realizado com peso corporal em idosos com fatores de risco cardiometabólico, em diferentes complexidades. Os participantes são idosos treinados, de ambos os sexos, com fator de risco cardiometabólico. Foram utilizados três exercícios multiarticulares de membros superiores (puxar e empurrar) e membros inferiores (agachar). Para progressão dos exercícios, foram selecionados três níveis hipotéticos de complexidade: leve, médio e difícil, e foi avaliada a percepção subjetiva de esforço, através da escala de OMNI-Res, e a afetividade pela escala de Hardy e Rejeski. Participaram 14 idosos ($66,93 \pm 4,18$ anos; 8 mulheres). Foi encontrada diferença significativa para o exercício de puxar entre as complexidades fácil e difícil ($p = 0,001$) e médio e difícil ($p = 0,040$). Não houve diferença para os exercícios de agachar ($p = 0,261$) e empurrar ($p = 0,063$). Para afetividade, encontrou-se diferença entre as complexidades fácil e difícil do exercício empurrar ($p = 0,038$), e das complexidades fácil e difícil ($p = 0,047$) e médio e difícil ($p = 0,023$) do exercício puxar ($p = 0,003$). Não houve diferença no exercício agachar ($p = 0,008$). Alterar a complexidade do exercício de puxar utilizando o TRX pode ser uma alternativa interessante para progressão de intensidade em idosos treinados com fatores de risco cardiometabólico. Os exercícios agachar e empurrar parecem não responder a progressão de complexidade, no entanto, a afetividade do exercício empurrar parece indicar maior grau de dificuldade na maior complexidade.

Palavras-chave: Idoso; Exercício com peso corporal; Percepção subjetiva do esforço; Afetividade; Doenças cardiometabólicas.

Apoio: Apoio: CNPQ, Uniedu e PPGEF/UFSC.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos de 12 semanas de treinamento funcional e Mat Pilates nos aspectos motores de pessoas com Parkinson: um ensaio clínico randomizado

AUTORES

Jéssica Amaro Moratelli
Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

Este estudo tem como objetivo analisar o efeito de um protocolo de treinamento funcional comparado a um protocolo de Mat Pilates no equilíbrio, na mobilidade funcional e na flexibilidade de pessoas com a doença de Parkinson. Trata-se de um ensaio clínico randomizado com 35 pessoas com a doença de Parkinson randomizados em três grupos: treinamento funcional (n = 12), Mat Pilates (n = 11) e grupo controle (n = 12). Além disso, foram recrutadas 11 pessoas saudáveis constituindo o grupo referência saudável. Ambos os grupos de exercício físico receberam intervenções duas sessões na semana, 60 minutos por sessão por 12 semanas. O grupo controle e o grupo referência saudável receberam três palestras educativas e mantiveram as atividades de rotinas durante as 12 semanas. As avaliações ocorreram antes e após as intervenções com todos os participantes e incluíram equilíbrio (MiniBESTest), mobilidade funcional (Timed up & Go) e flexibilidade de membros inferiores (sentar e alcançar). Para análise estatística das comparações entre os períodos baseline e pós-intervenção entre os grupos, utilizou-se ANOVA two-way com medidas repetidas e teste de Sydak, foi adotado nível de significância de $p < 0.05$. Percebe-se que o equilíbrio ($p < 0.001$) e a mobilidade funcional ($p = 0.002$) foram melhorados após as aulas de Mat Pilates. Ainda assim, a flexibilidade dos membros inferiores ($p = 0.007$) melhoraram após as aulas de treinamento funcional. Enquanto para o grupo controle e referência saudável foram apresentadas piores e/ou não apresentaram mudanças ao longo das 12 semanas. Uma intervenção Mat Pilates foi benéfica para o equilíbrio e mobilidade funcional, e apenas o treinamento funcional foi eficaz na flexibilidade de membros inferiores. Desta forma, destaca-se a importância do exercício físico no tratamento complementar de pessoas com a doença de Parkinson.

Palavras-chave: Doença de Parkinson; Treinamento funcional; Mat Pilates; Sintomas não-motores.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito do exercício aeróbio em diferentes momentos do dia na pressão arterial clínica e central de pacientes com apneia obstrutiva do sono

AUTORES

José Lucas Porto Aguiar
José Ricardo Vieira de Almeida
Elton Carlos Felinto dos Santos
Rodrigo Pinto Pedrosa
Ozeas de Lima Lins-filho
Breno Quintella Farah

Universidade de Pernambuco

Verificar o efeito agudo do exercício aeróbio em diferentes momentos do dia na pressão arterial clínica e central de pacientes com apneia obstrutiva do sono. Neste ensaio cruzado, 11 pacientes com AOS foram submetidos, em ordem aleatória, a quatro sessões experimentais distintas: duas sessões pela manhã, exercício (EM) e controle (CM) (8h-11h), e duas sessões à tarde, exercício (ET) e controle (CT) (15:30h-18:30h). A sessão exercício foi composta por 40 minutos de exercício aeróbio com intensidade entre 54-59% da frequência cardíaca reserva, enquanto a sessão controle foi composta 40 minutos de repouso sentada. A pressão arterial (PA) clínica foi obtida pelo método oscilométrico, enquanto a PA central através da tonometria de aplanção, antes e após 10 minutos das sessões. Foi observado redução da PA sistólica clínica após EM (pré: $132,5 \pm 13,7$ mmHg; pós: $127,5 \pm 13,8$ mmHg; $p = 0,019$) e com diferença do CM (pós: $135,7 \pm 16,2$ mmHg; $p = 0,001$). Também foi observada redução da PA sistólica central após EM (pré: $122,3 \pm 14,9$ mmHg; pós: $115,3 \pm 12,3$ mmHg; $p = 0,003$) e diferente do CM (pós: $126,1 \pm 15,4$ mmHg; $p = 0,001$). A PA sistólica central aumentou na CT (pré: $119 \pm 14,3$ mmHg; pós $127,5 \pm 15,4$ mmHg; $p = 0,009$) e maior que o ET (pós: $113 \pm 14,1$ mmHg; $p = 0,001$). Não houve diferenças na PA diastólica ($p > 0,05$). O exercício aeróbio realizado no período matinal reduz a PA sistólica clínica e central, enquanto o exercício a tarde diminui a PA sistólica central de pacientes com AOS.

Palavras-chave: Exercício aeróbio; Apneia obstrutiva do sono; Pressão arterial.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre comportamento sedentário e mobilidade funcional de idosos institucionalizados

AUTORES

Joyce Kelly França Domingues
Isabela Vinharski Scheidt
Jamine Lirio Paz
Bruna Simião de Medeiros
Paulo Cesar Barauce Bento

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR.

Identificar associação entre comportamento sedentário e mobilidade funcional de idosos residentes em Instituições de Longa Permanência (ILPs). Procedimentos metodológicos: Foi utilizado o acelerômetro - Actigraph GT3X utilizando como referência Copeland e Eslinger (2009) que considera comportamento sedentário ≤ 50 contagens por minuto. A mobilidade funcional, foi avaliada através do teste Timed Up and Go (TUG). Para realizar a correlação, foi utilizado o teste de Spearman. Participaram 66 idosos ($n = 33$ mulheres), com idade média de $78,89 \pm 9,66$ anos, residentes em ILPs de Curitiba-PR. O percentual médio de tempo despendido em CS foi de $90,43\% (\pm 5,71, n = 53)$, o tempo médio no TUG foi de $29,94s (\pm 26,91, n = 55)$. Identificamos correlação positiva moderada ($r = ,546, p = ,000$) entre o percentual em comportamento sedentário e o escore no TUG. Elevado percentual de tempo diário despendido em comportamento sedentário está associado a redução da mobilidade de idosos. Futuros estudos devem implementar intervenções junto as ILPs, com a finalidade de reduzir o comportamento sedentário e verificar os possíveis efeitos na melhora da mobilidade funcional.

Palavras-chave: Comportamento sedentário; Desempenho físico funcional; Idoso; Instituição de longa Permanência para idosos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos da ordem de realização do treinamento concorrente na composição corporal e variáveis cardiovasculares de idosos

AUTORES

Juliana Cristina Silva
Ana Clara Ribeiro Cunha
Caroline Pereira Garcês
Guilherme Morais Puga
Ana Carolina Kanitz

Universidade Federal de Uberlândia

Avaliar o efeito da ordem de execução do Treinamento Concorrente, Aeróbico-Força (AF) e Força-Aeróbico (FA), nas variáveis antropométricas e cardiovasculares de idosos. Participaram do estudo 38 idosos (homens e mulheres), os quais foram divididos em dois grupos: FA (n = 19) e AF (n = 19). O treinamento foi realizado durante 12 semanas, o treino aeróbico consistiu em caminhada com intensidade prescrita pela Percepção de Esforço (PE) de Borg (6-20) e o treino de força foi composto por seis exercícios, com intensidade controlada por zonas de Repetições Máximas (RM). Avaliaram-se a pressão arterial sistólica, diastólica, frequência cardíaca, pressão média, duplo produto, circunferências de braço, cintura, abdômen, quadril, panturrilha, índice de massa corporal, relação cintura quadril e percentual de gordura. Para a análise dos dados, empregaram-se as Equações de Estimativas Generalizadas com teste complementar de Bonferroni ($\alpha = 0,05$). Nas circunferências de braço ($p = 0,02$), abdominal ($p < 0,001$), cintura ($p = 0,004$) e quadril ($p = 0,009$), houve redução significativa após o treinamento em ambos os grupos, independente da ordem de execução. As variáveis relação cintura quadril, índice de massa corporal, percentual de gordura e variáveis hemodinâmicas não apresentaram diferença significativa após o treinamento de 12 semanas. Conclui-se que independente da ordem de execução dos exercícios, o treinamento concorrente é capaz de reduzir significativamente a circunferência corpora, porém sem alteração na composição corporal ou variáveis cardiovasculares.

Palavras-chave: Treinamento combinado; Envelhecimento; Composição corporal; hemodinâmica.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Aptidão funcional autorrelatada de idosos praticantes de um treinamento de hidroginástica

AUTORES

Katholyn Penna de Bitencourt
Andressa Martins e Silva
Mariana de Souza Strehl
Jonas Casagrande Zanella
Camila Miranda
Ana Carolina Kanitz

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Avaliar como um treinamento de hidroginástica afeta a aptidão funcional autorrelatada de idosos. A amostra foi composta por 40 idosos ($74,0 \pm 5,2$ anos) inscritos no programa de extensão do Centro de Referência do Envelhecimento e Movimento (CREM) da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Foi avaliado um Grupo Hidroginástica, o qual realizou 12 semanas de treinamento com duas aulas semanais de 45 minutos de duração e intensidades que variaram entre moderada e intensa na escala de Borg (6-20). A aptidão funcional autorrelatada foi avaliada através de um questionário em que os participantes indicavam se determinada valência (força, flexibilidade, equilíbrio e aptidão cardiorrespiratória) estavam insuficientes, suficiente ou mais que suficiente. Foi feita uma análise descritiva com os dados apresentados em valores percentuais comparando o pré e pós-intervenção, com análise de dados realizada na ferramenta Excel. Para a força muscular dos membros inferiores, força de membros superiores e equilíbrio foi relatado uma percepção de melhora após o treinamento (14%, 2% e 7%, respectivamente). Por sua vez, para a flexibilidade de membros superiores e inferiores foi relatado uma percepção de piora (5%), assim como para a aptidão cardiorrespiratória (9%). A participação de um treinamento de hidroginástica melhorou a percepção da aptidão funcional nas valências de força e equilíbrio, enquanto para a aptidão cardiorrespiratória e a flexibilidade os alunos relataram uma percepção de piora.

Palavras-chave: Envelhecimento; Aptidão física; Exercício Físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Mat Pilates *versus* treinamento multicomponente: efeito na flexibilidade de mulheres na pós-menopausa

AUTORES

Laiz Galvão Castro Mendes
Emile Judith Brito Velozo
Igor Pereira Andrade
Aline Santana Bomfim
Camilo Luis Monteiro Lourenço
Iane de Paiva Novais

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, BA.

Avaliar o efeito do Mat Pilates e do treinamento multicomponente na flexibilidade de membros superiores e inferiores de mulheres na pós-menopausa. Estudo quasi-experimental realizado com 52 mulheres de meia-idade e idosas cadastradas no projeto de extensão universitária Programa de Exercício Físico para a Saúde da Mulher (PROEM) em 2022, alocadas nos grupos: Pilates (GP; n = 17; 59,12 ± 4,46 anos) e multicomponente (GM; n = 35; 59,56 ± 4,89 anos). Ambos os grupos foram submetidos a 24 sessões de treinamento, 2 vezes/semana, 60 minutos/sessão, durante 12 semanas. Foi avaliada a flexibilidade de membros superiores (teste de alcançar as costas) e inferiores (teste de sentar e alcançar) antes e após o treinamento. A distribuição de normalidade foi averiguada pelo teste de Shapiro-Wilk. A diferença entre os momentos pré e pós treinamento e entre os grupos foram analisadas pelo teste t de Student pareado e não-pareado, respectivamente. No momento inicial, não foi observada diferença significativa entre os grupos. Após 12 semanas de intervenção, o GP obteve aumento significativo de 2,50 ± 4,26 cm na flexibilidade de membros superiores (Pré: -2,67 ± 10,94 vs. Pós: 0,38 ± 8,91 cm; p = 0,029) e de 4,30 ± 4,40 cm nos membros inferiores (Pré: -0,741 ± 10,81 vs. Pós: 3,55 ± 12,14 cm; p = 0,001), enquanto não foi encontrada alteração significativa na flexibilidade do GM para membros superiores (Pré: -2,67 ± 10,94 vs. Pós: -1,03 ± 10,41 cm) e inferiores (Pré: -0,084 ± 10,02 vs. Pós: 1,42 ± 8,36 cm). O treinamento multicomponente não foi capaz de provocar alteração na flexibilidade, enquanto o Mat Pilates foi efetivo em melhorar esse componente em mulheres na pós-menopausa.

Palavras-chave: Práticas corporais; Promoção da saúde; Exercício físico; Envelhecimento; Programas de bem-estar.

Apoio: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado da Bahia (Fapesb) e Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Mudanças de barreiras para participação em um programa de telessaúde para idosos com demência e seus cuidadores

AUTORES

Layana Liss Schwenger

Carolina Tsen

Andrea Rodrigues de Amorim Molina

Décio Bueno Neto

Larissa Pires Andrade

Grace Angélica de Oliveira Gomes

Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, SP.

Diante da pandemia da COVID-19, programas de telessaúde tornaram-se estratégicos para a continuidade do cuidado para idosos, contudo as barreiras de participação nestes programas precisa ser analisada mais profundamente em estudos científicos. : Analisar possíveis modificações no número de barreiras relatadas ao longo da aplicação de uma intervenção para pessoas idosas com demência e seus cuidadores. Trata-se de um estudo longitudinal, quanti-qualitativo, realizado com 31 cuidadores e seus respectivos idosos. O programa de Telessaúde ofereceu 4 sessões de psicoeducação sobre manejo de idosos com demência, 1 encontro mensal para partilha de experiências e 12 semanas de exercícios físicos multicomponentes, em formato síncronos e assíncronos. Os exercícios foram realizados 3 vezes na semana, 50 minutos por sessão, em dias não consecutivos. A cada sessão eram oferecidas estratégias para driblar as barreiras relatadas, caso elas fossem modificáveis. Um questionário sobre possíveis barreiras como internet, manejo do idoso, manejo de equipamentos e ambiente foi aplicado quinzenalmente durante 12 semanas e, ao final, os cuidadores participaram de um grupo focal sobre a execução do programa. Os dados de barreiras obtidos foram sintetizados e categorizados para contabilização e análise de diferença entre os seis momentos de avaliação por meio do teste de Friedman. Apesar de ocorrer uma redução na quantidade de barreiras, de 73 para 33 entre a primeira e a última aplicação, a diferença encontrada entre os seis momentos de coleta não foi estatisticamente significativa [$X^2(5) = 4,102$; $p = 0,531$]. Não houveram mudanças significativas do número de barreiras ao longo da intervenção.

Palavras-chave: Idoso; Telemedicina; Demência; Cooperação do paciente; Pacientes desistentes do tratamento.

Apoio: Fundação de Amparo à Pesquisa de São Paulo (nº processo 2020/08779-0).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análise de correlação entre ângulo de fase e força, massa muscular e velocidade de caminhada de pessoas idosas

AUTORES

Leonardo Quesadas Gomes
Beatriz Dalarme Tanganini
Ismael Figueiredo Rabelo
Vanessa Ribeiro dos Santos
Luís Alberto Gobbo

Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
Filho, Presidente Prudente, SP.

O objetivo do presente estudo foi analisar a correlação dos valores de ângulo de fase derivado de análise de impedância bioelétrica com valores de força, massa muscular e velocidade de caminhada, padronizados pelo escore-z. Amostra composta por 184 adultos idosos (140 mulheres) foi submetida a avaliação de impedância bioelétrica, com subsequente cálculo do ângulo de fase (AngF). Adicionalmente, força de prensão manual foi mensurada com dinamômetro digital, velocidade de caminhada por teste de caminhada habitual de 4 metros e massa muscular por índice de massa muscular apendicular. Os valores de escore-z foram calculados segundo sexo para todas as variáveis, e na sequência foi criada uma variável escore-z total, a partir da somatória dos escore-z das variáveis de funcionalidade. Na análise estatística, foi utilizada a correlação de Pearson. Os valores médios das variáveis analisadas foram, para mulheres e homens idosos, respectivamente: AngF $5,0 \pm 0,7$ graus; força $21,3 \pm 4,3$ kg.f; velocidade $0,9 \pm 0,2$ m/s; massa muscular $6,1 \pm 0,8$ kg/m²; e AngF $5,3 \pm 0,8$ graus; força $31,1 \pm 7,7$ kg.f; velocidade $0,9 \pm 0,2$ m/s; massa muscular $7,6 \pm 0,9$ kg/m². Exceto pela correlação entre AngF e massa muscular em homens idosos ($p = 0,059$), todas as demais correlações (inclusive com a somatória do escore-z) apresentaram significância estatística ($p < 0,05$), com correlações positivas e moderadas entre 0,287 e 0,455 para homens, 0,216 e 0,340 para mulheres. O ângulo de fase derivado da impedância bioelétrica é positivamente e moderadamente correlacionado com as variáveis de força, massa muscular e velocidade de caminhada em pessoas idosas, comumente utilizadas em construtos para a avaliação de sarcopenia.

Palavras-chave: Ângulo de fase; Força; Massa muscular; Idosos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Benefícios da atividade física na aptidão motora de idosos

AUTORES

Lisiane Schilling Poéta Fernandes

Lays Marina Matias

Michele Caroline de Souza Ribas

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

O presente estudo teve como objetivo comparar a aptidão motora de idosos com idades entre 60 e 85 anos, divididos em três grupos: G1 (n = 12 praticantes de dança de salão há pelo menos dois meses; idade média $69,33 \pm 6,58$ anos); G2 (n = 65 praticantes de outro tipo de atividade física regular, como ginástica, caminhada e academia; $66,72 \pm 5,08$ anos); G3 (n = 59 não praticantes de atividade física regular; $72,78 \pm 8,05$ anos). O instrumento de avaliação foi a EMTI (Escala Motora para Terceira Idade) avaliando três grandes áreas: coordenação (motricidade fina e global), percepção (noção espacial e temporal) e propriocepção (equilíbrio e esquema corporal). Foi realizada análise descritiva; na comparação entre os grupos, foi utilizada ANOVA e o teste Post Hoc de Tuckey, com nível de significância $p \leq 0,05$. Nas três áreas avaliadas, os resultados foram melhores no G1, seguido pelo G2 e G3, classificadas respectivamente em “normal médio”, “normal baixo” e “normal baixo” na coordenação; “superior”, “normal médio” e “normal médio” na percepção; e “normal alto”, “normal médio” e “normal baixo”, na propriocepção. A aptidão motora geral foi classificada em “normal alto” no G1 ($112,25 \pm 7,99$), “normal médio” no G2 ($99,56 \pm 12,27$) e “normal baixo” no G3 ($85,70 \pm 21,86$), com diferenças estatisticamente significantes observadas entre G1xG2, G1xG3 e G2xG3. Os resultados destacam a importância da atividade física regular para a aptidão motora geral dos idosos, com destaque para a dança de salão, concebendo contribuições positivas especialmente na área perceptiva (organização espacial e temporal).

Palavras-chave: Atividade física para idoso; Desempenho psicomotor; Dança.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A contração muscular estimulada por campo eletromagnético pulsado (PEMF) promove melhoras sobre parâmetros de sarcopenia em pacientes idosos

AUTORES

Luara Alves Faria
Pedro Sardinha Leonardo Lopes-martins
Katielle Rodrigues da Silva Cardoso
Alberto Souza de Sá Filho
Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins
Patrícia Sardinha Leonardo

Universidade Evangélica de Goiás, Anápolis, GO.

O objetivo do estudo foi avaliar os efeitos da tecnologia de contração muscular por Campo Eletromagnético Pulsado (PEMF) sobre a sarcopenia e perímetro de panturrilha. 16 idosos com média de idade de $73,8 \pm 9,0$ anos, classificados em 3 graus para sarcopenia, participaram do estudo. 10 sessões de PEMF e exercícios resistidos para membros superiores foram realizados (5 semanas). O protocolo de PEMF foi aplicado durante 30 min sobre os músculos quadríceps e gastrocnêmio, seguindo as orientações do fabricante (ADOXY®, Brasil). Cada sessão totalizou 60 min, sendo repetida 2x na semana (intervalo de 48 h entre sessões). As medidas de sarcopenia mensuradas via questionário SARC-f e perímetro de panturrilha foram registrados baseline e ao final da intervenção. Uma ANOVA de medidas foi utilizada para comparação entre as medidas de panturrilha. Um teste não paramétrico de Friedman comparou os parâmetros de SARC-f. A ANOVA não demonstrou resultados significativos pré e pós intervenção, $31,0 \pm 5,0$ cm ? $31,5 \pm 3,4$ cm [F(2,22, 33,41 = 1,206; p = 0,316)]. O teste de Friedman demonstrou diferenças significativas em SARC-f ($8,9 \pm 6,7$? $6,3 \pm 7,1$) quando comparados os momentos baseline e final (X2(3) = 19,973; p < 0,001). Conclui-se que 10 sessões de PEMF promoveu melhoras em parâmetros de sarcopenia. Entretanto, as 10 sessões de PEMF não parecem suficiente para promover alterações morfológicas sobre a panturrilha.

Palavras-chave: Saúde; Assistência; Envelhecimento.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Amplitude total de movimento articular e velocidade angular máxima de idosos com e sem doença de Parkinson durante o teste sentar e levantar

AUTHORS

Lucas de Liz Alves
André Ivaniski-mello
Valéria Feijó Martins
Débora Pastoriza Santhelena
Flavia Gomes Martinez
Leonardo Alexandre Peyré-tartaruga

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Objective: This study aimed to assess the ROM and peak angular speed of these joints at each repetition of the ST30s in older adults with and without Parkinson's disease. **Methodological procedures:** Ten older adults, three with Parkinson's disease and seven without (mean age 67.9 years), performed the ST30s test while being recorded in the sagittal plane using a camera. Seven Anatomical points (toe, heel, malleolus, knee, trochanter, shoulder and ear) were captured using DeepLabCut™ (4), resulting on four joints for the data: ankle, knee, hip and neck. The position was used to calculate angular speed and range of motion (ROM) variables. The data were divided in two phases: standing and sitting. Data processing was done using a custom Matlab routine, and statistical descriptive analysis was conducted using Windows Excel. **Results:** The Parkinson's group had lower angular velocity and range of motion in all the variables measured. In the standing phase, differences in maximal angular speed for the ankle, knee, hip and neck were 9.44°/s, 22.72°/s, 34.13°/s and 3.04°/s, respectively, and for ROM, the differences were 5.10°, 8.70°, 15.98° and 0.77° for the ankle, knee, hip and neck, respectively. In the sitting phase, differences in maximal angular speed for the ankle, knee, hip and neck were 11.46°/s, 49.83°/s, 40.04°/s and 19.38°/s, respectively, and for ROM, the differences were 3.61°, 10.57°, 22.05° and 0.69° for the ankle, knee, hip and neck, respectively. **Conclusion:** This study found differences in the performance of a ST30s between older adult's subjects with and without Parkinson's disease.

Palavras-chave: Doença de Parkinson; Biomecânica do movimento; Força muscular.

Apoio: Centro de Referência do Envelhecimento e Movimento (CREM) da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análise da correlação do comprometimento cognitivo, preocupação em cair e qualidade de vida de idosos longevos

AUTORES

Lúcia Faria Borges
Priscilla Cardoso da Silva
Eliane Mattana Griebler
Valéria Feijó Martins
Natã Concatto Licht
Débora Pastoriza Sant' Helena
Andréa Kruger Gonçalves

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O envelhecimento é um processo natural e inevitável e pode estar relacionado com um declínio gradual das funções físicas e cognitivas. Esta redução pode afetar diretamente a qualidade de vida e funcionalidade dos idosos. O objetivo deste estudo foi correlacionar o comprometimento cognitivo, preocupação em cair e qualidade de vida de idosos longevos. Estudo quantitativo transversal composto por 30 idosos de idade maior ou igual a 80 anos participantes de um programa de extensão universitária. Os participantes foram avaliados através dos instrumentos: Mini exame do estado mental-MEEM (classificação para rastreio de comprometimento cognitivo), Falls Efficacy Scale-International-FES (preocupação em cair) e WHOQoL-BREF (qualidade de vida) após período de destreino (março/22). A análise dos dados foi realizada através do teste de correlação de Pearson com nível de significância de 5% ($p < 0,005$) no software estatístico SPSS 22.0. Os resultados mostraram que o MEEM foi correlacionado positivamente com o FES ($p = 0,009$; $r = 0,435$) e o WHOQoL-BREF foi correlacionado negativamente com o FES ($p = 0,011$; $r = -0,456$). Portanto, os idosos que possuíam melhor cognição mostraram-se mais preocupados em cair, entretanto, os que possuíam melhor qualidade de vida apresentaram-se com uma menor preocupação em cair. Estes dados podem estar relacionados a idosos longevos participantes de atividades físicas que possuem melhor funcionalidade e autonomia refletindo em uma melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Idoso; Cognição; Qualidade de Vida; Envelhecimento.

Apoio: Agradecimento ao Centro de Referência do Envelhecimento e Movimento (CREM) da ESEFID/UFRGS e a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Sintomatologia depressiva, preocupação em cair e velocidade de marcha de idosos ativos com diferentes níveis de fragilidade

AUTORES

Lúcia Faria Borges
Priscilla Cardoso da Silva
Vanessa Dias Possamai
Eliane Mattana Griebler
Gabrielle Moura de Siqueira
Andréa Kruger Gonçalves

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Comparar a sintomatologia depressiva, preocupação em cair e velocidade de marcha de idosos praticantes de exercício físico regular com diferentes níveis de fragilidade. Procedimentos metodológicos: Estudo quantitativo descritivo composto por 282 idosos participantes de programa de extensão universitária. Para a divisão dos grupos, foi aplicado o instrumento Fenótipo da Fragilidade, logo, os idosos foram divididos em Grupo Não Frágil (GNF; n = 145; média idade: 71,4 ± 7,06) e Grupo Pré-Frágil (GPF; n = 137; média idade: 72,9 ± 7). Após, os idosos foram avaliados através dos instrumentos: Escala de depressão geriátrica (GDS-15) que avalia a sintomatologia depressiva, Escala Internacional de Eficácia de Quedas (FES-Brasil) que avalia a preocupação em cair e através do Teste de velocidade de marcha autosselcionada (VAS). A análise dos dados foi realizada através de estatística descritiva e Teste t de Student com nível de significância de 5% (p < 0,05), no software estatístico JASP 16.2. Foram encontradas diferenças significativas entre os grupos no GDS (p = 0,02) com médias no GNF de 2,74 ± 2,5 e GPF de 3,40 ± 2,42 porém esta pontuação não indicou sintomas depressivos em ambos grupos; no FES (p < 0,01) com médias no GNF de 21,5 ± 5,28 indicando ausência de preocupação em cair e no GPF média de 25,2 ± 7 indicando associação a quedas esporádicas; no teste VAS (p = 0,01) com médias no GNF de 1,5 ± 0,3m/seg e no GPF de 1,4 ± 0,3m/seg podendo estar associadas a um maior risco de quedas em ambos grupos. O exercício físico regular parece ser benéfico para a saúde mental dos idosos. Observou-se uma maior preocupação em cair no GPF porém ambos grupos apresentaram uma menor velocidade de marcha podendo indicar riscos adversos a saúde.

Palavras-chave: Idoso; Exercício Físico; Velocidade de marcha; Acidente por quedas.

Apoio: Ao Centro de Referência do Envelhecimento e Movimento (CREM) e a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre ter companheiro de cama ou quarto e qualidade/eficiência do sono de idosos brasileiros: um estudo transversal durante a COVID-19

AUTORES

Lucimere Bohn
Pedro Pugliesi Abdalla
Kessketlen Miranda
André Pereira dos Santos
Leonardo Santos Lopes da Silva
Jéssica Fernanda Corrêa Cordeiro

Universidade do Porto, Porto, Portugal.

Verificar se a presença de um parceiro influencia a qualidade e a eficiência do sono de idosos durante a primeira onda por COVID-19. Estudo transversal conduzido com 1123 idosos brasileiros (média de idade $67,68 \pm 5,91$ anos; Mulheres: 90,7%) durante a primeira onda de COVID-19. Os dados foram recolhidos por entrevistas telefônicas. A qualidade e a eficiência do sono foram avaliadas através do Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI). A presença de companheiro de quarto foi avaliada através da questão “Tem um(a) companheiro(a) de cama ou quarto?”. Os grupos foram categorizados como “não, vivo sozinho(a)”, “sim, mas em outro quarto”, “sim, no mesmo quarto, mas não na mesma cama” e “sim, na mesma cama”. Utilizou-se a ANCOVA para comparar os grupos, com ajustes para sexo, idade, índice de massa corporal, número de doenças, cumprimento das recomendações de atividade física, tabagismo, e sair de casa ou não durante o confinamento. No modelo bruto, a qualidade do sono foi superior no grupo “sim, na mesma cama” ($6,22 \pm 3,52$ score) em comparação com o grupo “não, vivo sozinho(a)” ($6,95 \pm 4,04$ score; $p = 0,030$). Após ajustes, a significância estatística se perdeu e todos os grupos foram iguais ($p > 0,05$). Em relação à eficiência do sono, os grupos não foram diferentes, nem no modelo bruto, nem no ajustado. A presença de parceiro na mesma cama parece poder influenciar a qualidade do sono em idosos, pois possivelmente essa presença de companhia contribui para reduzir os sentimentos de solidão amenizando o impacto do isolamento social.

Palavras-chave: Sono; Idosos; PANDEMIA; Atividade Física.

Apoio: FCT - Fundação para a Ciência e a Tecnologia (através do apoio financeiro número FCT UID/DTP/00617/2020, e LA/P/0064/2020 concedido a Lucimere Bohn, e Kessketlen Miranda através da bolsa de doutoramento (2022.10754.BD)



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre assimetria de força de preensão manual e função cognitiva em idosos com distúrbios neurocognitivos major

AUTORES

Lucimere Bohn
Cátia Machado Silva
Ilda Matos
André Pereira dos Santos
Jéssica Fernanda Corrêa Cordeiro
Leonardo Santos Lopes da Silva
Leonor Miranda
Pedro Pugliesi Abdalla

Universidade do Porto, Porto, Portugal.

A assimetria de força de preensão manual (AFPM) é um marcador de síndromes geriátricas, porém, não existem evidências que comparem a AFPM em idosos com distúrbios neurocognitivos major (DCM).: Comparar a função cognitiva de idosos com doença cognitiva major de acordo com a assimetria de força de preensão manual. Estudo transversal com uma amostra de 75 idosos portugueses (75% mulheres; 78,0 ± 8,1 anos) utilizadores de centros de dia. Os participantes foram avaliados para a AFPM (diferença entre a força dos lados superiores do corpo a partir da razão: maior FPM/ maior FPM da outra mão) e categorizados em grupos: 1.000-1.100 como 0,0%-10,0% (grupo de referência; N: 25), 1.101-1.200 como 10,1%-20,1% (N:21) ou > 1.201 como > 20,1% (N:29). A função cognitiva foi avaliada através do instrumento breve de rastreio cognitivo [versão portuguesa do Montreal Cognitive Assessment (MoCA)], sendo que apenas idosos com MoCA < 17 pontos foram incluídos na análise. Utilizou-se o Senior Fitness Test para determinação da aptidão funcional dos idosos. As comparações entre os grupos de AFPM foi realizada através da ANOVA, com post-hoc de Bonferroni. Não foram encontradas diferenças significativas entre os grupos de AFPM para a idade, sexo, índice de massa corporal e aptidão funcional ($p > 0,05$). O grupo de referência para AFPM apresentou valores mais elevados de MoCA comparativamente ao grupo com AFPM > 20,1% (12,0 ± 1,3 vs 8,3 ± 0,8 pontos, respetivamente; $p = 0,006$). As diferenças de médias entre os demais grupos não foram significativas ($p > 0,05$) Conclusões: A AFPM pode ser um marcador da gravidade do estado cognitivo de idosos com DCM

Palavras-chave: Aptidão física; Demência; Envelhecimento.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos da ordem de execução do treinamento concorrente na força muscular e aptidão aeróbica de idosos

AUTORES

Ludimila F. Gonçalves
Juliana Cristina Silva
Tássia Magnabosco
Ana Carolina Kanitz
Guilherme M. Puga

Universidade Federal de Uberlândia.

Avaliar a força e a capacidade cardiorrespiratória, após o treinamento concorrente aeróbio e resistido realizado em diferentes ordens de execução. Participaram do estudo 38 idosos (homens e mulheres), divididos em dois grupos: Força-aeróbico (FA) (n = 19) e aeróbico-força (AF) (n = 19). Durante 12 semanas, o treino aeróbico consistiu em caminhada com intensidade prescrita pela Percepção de Esforço de Borg e o treino de força foi composto por seis exercícios, com intensidade controlada por zonas de repetições máximas. Avaliamos a força máxima (1RM) de extensão de joelhos e supino reto, a força de preensão manual, e do teste de sentar e levantar. A capacidade aeróbia foi avaliada pelo teste de caminhada de 6 minutos (T6). Para a análise, utilizamos o ANOVA Two-Way ($p < 0,05$). Os grupos melhoraram no tempo do pré para o pós nos testes de 1 RM do supino ($p < 0,05$) e extensão de joelho ($p < 0,05$), sem diferenças nos grupos e interação ($p > 0,05$). A força de preensão manual, assim como o teste de sentar e levantar e T6 não foram diferentes ($p > 0,05$) entre os tempos e/ou grupos. O treinamento concorrente aumentou a força no exercício supino reto e extensão de joelhos independentemente da ordem de execução dos exercícios aeróbios e resistidos em idosos, porém não melhorou a aptidão aeróbia, e no teste sentar e levantar e de preensão manual em idosos independentemente da ordem.

Palavras-chave: Treinamento concorrente; Envelhecimento; Força máxima; Capacidade cardiorrespiratória.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito agudo de diferentes volumes do exercício isométrico para membros inferiores na pressão arterial de mulheres idosas hipertensas

AUTORES

Luiz Humberto Rodrigues Souza
Angélica Ramos Aranha
Erisvaldo Silva
Mateus Carmo Santos
Bruno Pereira da Silva
Matheus Fernando Pereira Alves

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

Alguns estudos demonstraram que o exercício isométrico de preensão manual reduziu a pressão arterial (PA) em pessoas idosas hipertensas. Todavia, há uma escassez de pesquisas utilizando maiores grupos musculares para essa mesma finalidade. Assim, o objetivo do estudo foi comparar o efeito agudo de diferentes volumes do exercício isométrico para membros inferiores (EIMI) na PA de mulheres idosas hipertensas. 30 voluntárias participaram da pesquisa, sendo sorteadas 10 para cada grupo (grupo controle/GC; grupo 8-minutos/G8; grupo 12-minutos/G12). Inicialmente, as participantes realizaram a avaliação antropométrica. As sessões do EIMI foram randomizadas: nas sessões de 8 e 12-minutos foram realizadas 4 e 6 séries, respectivamente, de 2-minutos de agachamento isométrico na parede, separadas por 2-minutos de descanso, enquanto o GC não realizou o exercício. A angulação do joelho no EIMI foi de 120°, que correspondeu à intensidade moderada na escala de OMNI-RES. A PA foi mensurada em repouso, durante o exercício e na recuperação. Utilizou-se a Two-Way ANOVA de medidas repetidas para realizar as comparações múltiplas. As respostas individuais da PA foram apresentadas em porcentagem. O alfa adotado foi de 0,05. Os resultados mostraram que o EIMI não induziu uma redução significativa nos valores da PA ($p > 0,05$). Todavia, foram constatadas reduções clínicas de -7 mm Hg (G8) e -10 mm Hg (G12) na PA sistólica (PAS). Na análise individual da PAS e da PA diastólica, verificou-se que, respectivamente, 75% e 70% da amostra (G8+G12) foram responsivas ao EIMI. Dessa forma, conclui-se que o EIMI pode ser uma estratégia adjuvante no controle da hipertensão.

Palavras-chave: Envelhecimento; Exercício físico; Hipertensão.

Apoio: Ao Laboratório de Ensino, Pesquisa e Extensão sobre Envelhecimento (LEPEEn); Ao Departamento de Educação, Campus XII da UNEB; Ao Grupo de Pesquisa Mulher, Gênero e Saúde e ao Núcleo de Estudo, Pesquisa e Extensão em Atividade Física (NEPEAF); Ao Programa Universidade Aberta à Terceira Idade no âmbito da UNEB (Edital nº 09/2022); Ao Programa de Iniciação à Extensão (PROIEX) da UNEB (Edital nº 12/2022).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Título

Título

AUTORES

Marcyô Câmara
Daniele Samara Dantas Lopes
Samuel Lucas da Silva Bezerra
Lucas Fellipo Cruz Ribeiro
Daniel Cruz
Eduardo Caldas Costa

Universidade Federal do Rio Grande do Norte,
Natal RN.

Investigamos as associações conjuntas e isoladas de dinapenia e baixa aptidão cardiorrespiratória (AC) com risco de doença cardiovascular aterosclerótica em pessoas idosas. Participaram deste estudo 360 sujeitos sem doença cardiovascular conhecida ($66,1 \pm 4,6$ anos; 72,2% mulheres). Foi utilizado o escore de risco ASCVD (AHA). A força muscular e a AC foram avaliadas pelo teste de sentar e levantar em 30 segundos e pelo teste de caminhada de seis minutos, respectivamente. Dinapenia e baixa AC foram determinadas por resultado inferior ao percentil 20 em ambos os testes. Foi considerado alto risco de doença aterosclerótica escores acima de 7,5%. Medidas conjuntas de dinapenia e baixa AC foram determinadas pela presença concomitante das mesmas. A regressão de Poisson com variância robusta foi utilizada para determinar a razão de prevalência (RP) para risco de doença aterosclerótica nos sujeitos com dinapenia, baixa AC isoladas e combinadas comparado ao grupo referência (concomitante força muscular e AC acima do percentil 20). A prevalência de dinapenia foi 8,4% ($n = 30$), baixa AC foi 8,4% ($n = 30$) e concomitante dinapenia e baixa AC foi 10,0% ($n = 36$). A dinapenia (RP 0,97, IC 95% 0,70-1,34) não se associou com alto risco para doença aterosclerótica. Houve associação entre baixa AC (RP 1,26, IC 95% 1,00-1,58) e concomitante dinapenia e baixa AC (RP 1,34, IC 95% 1,09-1,64) com alto risco de doença aterosclerótica. Concomitante dinapenia e baixa AC e baixa AC de forma isolada, mas não dinapenia, estão associadas com maior risco para doença aterosclerótica em pessoas idosas.

Palavras-chave: Envelhecimento; Força muscular; Aptidão cardiorrespiratória; Risco cardiovascular.

Apoio: Agradecemos aos idosos que se voluntariaram para este estudo. Agradecemos também a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior e ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico, que apoiam o primeiro e o último autor, respectivamente.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação entre comportamento sedentário, nível de estresse, sobrecarga e perfil de cuidadores de pessoas idosas com demência durante a pandemia de COVID-19

AUTORES

Maria Jasmine Gomes da Silva
Grace Angélica Gomes de Oliveira
Décio Bueno Neto
Andrea Rodrigues de Amorim Molina
Carolina Tsen
Larissa Pires de Andrade

Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, SP.

Investigar o perfil e a relação entre comportamento sedentário (CS), estresse e sobrecarga de cuidadores de pessoas idosas com demências durante a pandemia de COVID-19. Estudo transversal realizado com cuidadores de pessoas idosas com demências, através de entrevista online de um programa de telessaúde, no período de junho de 2020 a junho de 2022. O comportamento sedentário foi avaliado por duas questões específicas do questionário IPAQ (versão curta), referentes ao tempo sentado durante a semana e no final de semana. O nível de estresse foi avaliado pela Escala de Estresse Percebido e a sobrecarga pela escala de Zarit. A estatística descritiva foi empregada para caracterizar as variáveis do estudo, enquanto as correlações foram realizadas com o coeficiente de correlação de Spearman (ρ), através do Software SPSS, adotando-se um $p < 0,05$. Foram incluídos 80 cuidadores com $51,28 \pm 11,91$ anos, com prevalência do sexo feminino (87,3%). O nível de estresse apresentou uma mediana de 18 pontos e a escala de sobrecarga apresentou uma mediana de 18 pontos. A média do tempo sentado durante a semana foi de $388,13 \pm 197,51$ e no final de semana $319,75 \pm 181,142$. O CS mensurado pelo tempo sentado durante a semana e final de semana não apresentou correlação significativa com a sobrecarga ($\rho = -0,028$ $p = 0,805$ e $\rho = -0,049$ $p = 0,668$ respectivamente) e com o nível de estresse percebido ($\rho = -0,102$ $p = 0,370$ e $\rho = -0,167$ $p = 0,140$ respectivamente). Não foi observado uma relação significativa entre o CS, sobrecarga e nível de estresse dos cuidadores.

Palavras-chave: Idosos; Comportamento sedentário; Atividade física; Cuidadores; Saúde mental.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A orientação da prática de exercícios por via remota para uma nonagenária na pandemia COVID-19

AUTORES

Maria Madalena Mendes Brito
Edgard Matiello Júnior

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC

No Brasil, durante a pandemia COVID-19, o isolamento social causou forte impacto a grupos de idosos que, de forma geral, têm sido apartados de outros grupos etários, seja pela negligência histórica a eles dispensada, seja porque foram considerados pessoas mais vulneráveis ao contágio e ao agravamento de doenças decorrentes. Tendo em vista estas problemáticas e aproveitando-se de experiências presenciais bem-sucedidas de ginástica para idosas de idades avançadas (octogenárias e nonagenárias), foi desenvolvida pesquisa-ação tendo-se como referência o trabalho de orientações de exercícios para uma mulher nonagenária. O objetivo geral foi identificar e analisar quais as condições de vida que determinavam as condições para a prática de exercícios naquele período. Em termos metodológicos, devido ao isolamento social, as atividades passaram a ser orientadas por via remota e a pesquisadora registrou os principais dados de campo tendo um roteiro de observações como guia, o qual envolveu aspectos estruturais do espaço de aula da idosa; condições de contato via Internet; aspectos motivacionais; capacidades de execução de movimentos com e sem ajuda e interrupções de atenção durante as atividades. Como resultados e conclusões do estudo, aponta-se para: i) a percepção de que as atividades remotas serviam como alento ao isolamento; ii) adequação - ainda que de forma improvisada e limitada - dos recursos e orientações nas atividades remotas; iii) demonstrações de melhoria funcional, no ânimo, na memória e na autonomia nos movimentos e iv) compreensão de que no contexto brasileiro muito poderá ser realizado junto à população idosa, mesmo que em condições adversas.

Palavras-chave: Idoso em idade avançada; Pandemia COVID-19; Atividade Física; Ensino remoto; Condições de vida.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos de um treinamento de hidroginástica na aptidão funcional de idosos

AUTORES

Mariana de Souza Strehl
Jonas Casagrande Zanella
Andressa Martins e Sillva
Valéria Jardim Pires
Camila Miranda
Ana Carolina Kanitz

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Investigar os efeitos do treinamento aeróbio de hidroginástica na aptidão funcional de idosos. participaram 40 idosos ($73,9 \pm 5,22$ anos) inscritos no Centro de Referência em Envelhecimento e Movimento (CREM) da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Os participantes realizaram 12 semanas de treinamento (duas aulas por semana com duração de 45min cada sessão). A periodização passou de um modelo de treinamento contínuo para intervalado ao longo das 12 semanas. A intensidade foi controlada pela escala de Borg (6-20), variando os estímulos na faixa de 13 (um pouco intenso) a 15 (intenso). A aptidão funcional foi avaliada nos períodos pré e pós-treinamento através dos testes de força de membros inferiores (FMI), força de membros superiores (FMS), flexibilidade de membros superiores (FLEXMS) e inferiores (FLEXMI) e resistência aeróbica (TC6). A análise dos dados foi realizada utilizando teste t pareado para dados paramétricos e teste de Wilcoxon para dados não paramétricos ($\alpha = 0,05$). a FMI apresentou uma melhora significativa após o treinamento ($p < 0,005$; pré-treinamento: $15,66 \pm 3,59$; pós-treinamento: $16,71 \pm 3,90$). Contudo, os demais desfechos mantiveram seus valores. o treinamento aeróbico de hidroginástica foi capaz de melhorar a força de membros inferiores e de manter os demais desfechos da aptidão funcional.

Palavras-chave: Monitores de aptidão física; Exercício Físico; Envelhecimento saudável.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Ambiente urbano construído e inatividade física no deslocamento em idosos brasileiros: dados de uma pesquisa nacional

AUTORES

Maruí Weber Corseuil Giehl
Simone Farias Antunez Reis

Universidade do Estado de Santa Catarina,
Araranguá, SC

O objetivo foi analisar a associação entre características do ambiente construído e a inatividade física no deslocamento (IFD) em idosos (60+) residentes das capitais brasileiras. Estudo transversal com dados da Pesquisa Nacional de Saúde 2013 e do Observatório das Metrôpoles. O desfecho foi a IFD (inativos: < 150min/semana). As variáveis do ambiente construído foram avaliadas pelo Índice de Bem-Estar Urbano (IBEU) e suas cinco dimensões. Foi realizada análise de regressão logística multinível (IC95%), com ajuste para sexo, escolaridade e percepção de saúde. Foram analisados dados de 4.643 idosos. A prevalência de idosos inativos no deslocamento foi de 75,0% (IC95%: 71,47-75,67) e as capitais com maiores prevalências do desfecho foram Porto Velho, Teresina e Fortaleza. O IBEU e suas dimensões associaram-se significativamente à IFD. Idosos residentes nas capitais brasileiras com menores tercis do IBEU (OR:1,70, IC95%:1,16-2,47), bem como de condições habitacionais (OR:1,49, IC95%:1,01-2,21), atendimento de serviços coletivos (tercil intermediário: OR: 1,53; IC95%:1,08-2,19 e tercil menor: OR: 1,78; IC95%:1,24-2,56) e infraestrutura urbana (tercil intermediário: OR: 1,68; IC95%:1,16-2,42, tercil menor: OR: 1,69; IC95%:1,14-2,46) apresentaram maiores chances de serem inativos no deslocamento comparados aos residentes das capitais com melhores indicadores do ambiente. Condições desfavoráveis do ambiente construído podem limitar as oportunidades para o deslocamento ativo, resultando em estilos de vida sedentários, isolamento social e problemas crônicos de saúde relacionados à inatividade física. Melhorias no ambiente construído tem o potencial de impactar positivamente a mobilidade ativa dos idosos, promover saúde e bem-estar, e criar comunidades mais inclusivas e sustentáveis para todas as gerações.

Palavras-chave: Ambiente construído; Idosos; Inatividade física; Inquéritos populacionais.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito crônico da hidroginástica na pressão arterial de pessoas idosas hipertensas

AUTORES

Matheus Fernando Pereira Alves

Marta Silva Costa

Mônica Brito Fernandes

Cláudio Bispo de Almeida

Fábio Thomaz Melo

Luiz Humberto Rodrigues Souza

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

O objetivo do estudo foi verificar o efeito crônico da hidroginástica na pressão arterial (PA) de pessoas idosas hipertensas. A amostra foi constituída de forma não-probabilística. Participaram 19 voluntários (16 mulheres) inscritos em um projeto de extensão da Universidade do Estado da Bahia, Campus-XII. A intervenção aconteceu três vezes por semana, durante cinco semanas. As aulas tiveram duração de 60 minutos e foram divididas em: alongamento/aquecimento; exercícios aeróbicos/resistência muscular localizada/abdominais; relaxamento. Utilizou-se a escala de Borg-adaptada para monitorar o esforço durante a execução dos exercícios da parte principal (escore 3/intensidade moderada ou 4/um pouco difícil). O monitoramento da PA aconteceu antes (avaliação inicial/repouso), durante (após a primeira e terceira semana) e após a intervenção (quinta semana). As comparações múltiplas foram realizadas utilizando o teste One-Way Anova para medidas repedidas. O alfa adotado foi de 0,05. Observou-se uma redução significativa da PA sistólica (PAS) [$p = 0,002$] e da PA diastólica (PAD) [$p = 0,02$] ao longo do treinamento. A redução da PAS aconteceu entre o repouso (139 ± 21 mmHg), após a primeira (128 ± 16 mmHg), terceira (128 ± 11 mmHg) e quinta (127 ± 12 mmHg) semana de treino. A redução da PAD aconteceu entre o repouso (83 ± 10 mmHg), após a primeira (77 ± 8 mmHg) e a terceira (77 ± 7 mmHg) semana de treino. Após a quinta semana, houve uma manutenção (79 ± 7 mmHg). Os resultados dessa pesquisa sugerem que a hidroginástica pode auxiliar no controle e redução da PA em pessoas idosas hipertensas.

Palavras-chave: Envelhecimento; Exercício Físico; Hipertensão

Apoio: Ao Laboratório de Ensino, Pesquisa e Extensão sobre Envelhecimento (LEPEEn); Ao Departamento de Educação, Campus XII da UNEB; Ao Grupo de Pesquisa Mulher, Gênero e Saúde e ao Núcleo de Estudo, Pesquisa e Extensão em Atividade Física (NEPEAF); Ao Programa Universidade Aberta à Terceira Idade no âmbito da UNEB (Edital nº 09/2022); Ao Programa de Iniciação à Extensão (PROIEX) da UNEB (Edital nº 12/2022).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Equilíbrio de idosos ativos e não-ativos residentes no interior do Sudoeste da Bahia

AUTORES

Matheus Santana Fernandes
Luiz Humberto Rodrigues Souza
Deiviani Santos Gallo Silva
Jaianne Oliveira Leão Silva
Stênio Fernando Pimentel Duarte
Victória Silva Midlej Ribeiro

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

O objetivo do estudo foi comparar o equilíbrio de idosos ativos e não-ativos. Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, descritivo parte de um projeto maior intitulado “Perfil epidemiológico das doenças crônicas no Sudoeste da Bahia” realizado de julho de 2017 a dezembro de 2019. Computaram-se a amostra 26 idosos de ambos os sexos com idade acima de 60 anos residentes em cidades do interior do Sudoeste da Bahia. Para avaliação do equilíbrio foi utilizada a Escala de Equilíbrio de Berg e para classificação do nível de atividade física (NAF), o IPAQ versão curta adaptado para idosos. Os dados foram analisados no SPSS versão 25.0 para porcentagens e teste qui-quadrado para associação. O projeto foi aprovado pelo CEP da FSPVC com parecer n. 1.859.545 e CAAE 44876215.8.0000.5578. Da amostra, 65,4% pertenciam ao sexo feminino, a média de idade foi 72,88 ($\pm 9,46$) anos, 53,8% eram casados, 50% se encontravam no peso ideal, 50% pertenciam a classe E, 38,5% tinham ensino fundamental completo e 61,5% estudaram em escola pública. Quanto ao NAF, 76,9% foram classificados como ativos (mínimo de 150 min/semanais) e 23,1% como não-ativos (menos de 150 min/semanais). Quanto ao equilíbrio, 84,6% foram avaliados como equilíbrio excelente e 15,4% como equilíbrio regular. Dos ativos, 95% tiveram o equilíbrio “excelente” e 5% “regular”. Dos não-ativos, 50% “excelente” e 50% “regular”. Houve associação entre NAF e equilíbrio ($p = 0,007$). Os resultados aqui evidenciados sugerem que idosos que são ativos fisicamente apresentam melhor equilíbrio.

Palavras-chave: Equilíbrio postural; Envelhecimento; Atividade Física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Exercício físico remoto e respostas cognitivas e funcionais em idosos fisicamente ativos: série de casos

AUTORES

Maurício Silva da Costa
Renato Sobral Monteiro Junior

Universidade Estadual de Montes Claros, Montes Claros, MG.

A adesão do idoso a um programa de exercício físico se faz importante para mitigar efeitos do envelhecimento e prevenir declínio cognitivo/funcional. O acompanhamento remoto do exercício se faz útil na iminência de emergências em saúde pública, como nos períodos de isolamento em pandemias. Entretanto, há pouca literatura sobre programas remotos de exercício e seus efeitos na saúde. Explorar o efeito de um programa remoto de exercício físico sobre respostas cognitivas e funcionais em idosos saudáveis fisicamente ativos. Série de casos de cinco idosos ($69,6 \pm 4,18$ anos) de ambos os sexos que participaram de um programa de treinamento presencial (24 sessões), submetidos em seguida a 24 sessões de exercício físico orientado remotamente, 2x/semana (um dos dias de maneira síncrona) (CEP/Unimontes 2.741.071/2018). Avaliou-se a cognição global (Montreal Cognitive Assessment) e funcionalidade (Senior Fitness Test modificado). Foi calculado o tamanho do efeito de Cohen (d), comparando os períodos pré- e pós-intervenções (presencial e remota). O treinamento remoto não manteve a melhora cognitiva obtida pós-treinamento presencial ($d = -0,49$, moderado), mesmo melhorando esse desfecho comparado ao período pré-intervenções ($d = 0,49$, moderado). Para a funcionalidade, houve melhora comparado ao período pré-intervenções, porém essa melhora superou os ganhos do treinamento presencial apenas na resistência aeróbica ($d = 0,43$, moderado) e mantendo a força de prensão para a mesma comparação ($d = 0,08$, trivial). O treinamento remoto não parece ser uma intervenção melhor que o treinamento presencial para melhora da cognição e funcionalidade de idosos, exceto para a resistência aeróbica.

Palavras-chave: Pessoa idosa; Cognição; Intervenção baseada na web.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Características sociodemográficas, condições de saúde e qualidade de vida: um estudo correlacional com idosos

AUTORES

Natã Concatto Licht
Priscilla Cardoso da Silva
Lúcia Faria Borges
Débora Pastoriza Sant' Helena
Andrea Kruger Gonçalves

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Associar características sociodemográficas, condições de saúde e qualidade de vida de idosos. Procedimentos metodológicos: Trata-se de um estudo observacional, transversal e correlacional. A amostra foi composta por 197 idosos de um projeto de extensão estratificados por faixa etária (G1: 60-69 anos, n = 68; G2: 70-79 anos, n = 99; G3: ≥80 anos, n = 30). Os instrumentos foram um questionário com variáveis sociodemográficas e condições de saúde, além do WHOQOL-BREF (QV) da OMS. Aplicou-se o teste de correlação de Pearson ($p < 0,05$). No G1, as correlações estatisticamente significativas foram positivas entre quantidade de doenças e quantidade de medicamentos ($p = 0,002$; $r = 0,368$), negativas entre doenças e QV ($p = 0,006$; $r = -0,326$). No G2, as correlações foram positivas entre escolaridade e QV ($p = 0,015$; $r = 0,244$); medicamentos e doenças ($p = 0,000$; $r = 0,460$); medicamentos e índice de massa corporal (IMC) ($p = 0,000$; $r = 0,385$); doenças e IMC ($p = 0,003$; $r = 0,304$), QV e renda ($p = 0,006$; $r = 0,276$). No G3, escolaridade e renda ($p = 0,010$; $r = 0,465$) foram correlações positivas. No grupo de idosos mais jovens as medicações e as doenças apresentaram relação, quanto maior o uso de medicamento maior a quantidade de doenças, o mesmo ocorreu no grupo intermediário. Este grupo apresentou maiores correlações comparado com os demais grupos nas variáveis de condições de saúde e qualidade de vida, o qual teve relação com a renda e a escolaridade. Os idosos longevos só apresentaram relação positiva entre escolaridade e renda.

Palavras-chave: Sociodemográficos; Saúde; Qualidade de Vida; Idosos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Quais efeitos da educação em saúde, suplementação de cálcio e vitamina D e treinamento físico multicomponente na força muscular e mobilidade funcional em dupla tarefa em idosas com osteoporose?

AUTORES

Neiry Ellen Gasperin Arsie
Amanda Colombo Peteck Lopes
Milene Alves Ramos
Victoria Zeghbi Cochenski Borba
Talita Gnoato Gianello Zotz
Anna Raquel Silveira Gomes

Universidade Federal Paraná, Curitiba, PR.

A mobilidade funcional adequada e a força muscular pode contribuir para prevenir quedas em idosas com osteoporose (OP). : Verificar os efeitos da Educação em Saúde, Vitamina D, Cálcio, e Exercício Físico Multicomponente na mobilidade funcional e força de idosas com OP. Ensaio clínico controlado e randomizado com duração de 3 meses , participaram 36 idosas da comunidade com OP, divididas em 3 grupos: Educação em saúde (GES, n = 12); Vitamina D (7,500 UI) e cálcio (1000mg/d) (GVDCa, n = 12); e Vitamina D (7,500 UI/semana) e cálcio (1000mg/d) associado ao treinamento físico multicomponente (TFM) (GVDCaT, n = 12). O GES recebeu orientações, por meio de visitas domiciliares e manual, sobre prevenção de quedas, ao longo de 3 meses. O TFM foi realizado 2x/semana, em domicílio, sendo 1x/semana supervisionada e 1x online. Avaliadas pré e pós intervenções: teste de sentar e levantar 5 vezes (TSL5x); Timed up and Go (TUG) simples; motor; visuoespacial e cognitivo em velocidade habitual e rápida. Os resultados foram analisados considerando $p \leq 0,05$. Idade(anos) e IMC(Kg/m²): (GES:72,92 \pm 4,94;27,95 \pm 5,00);GVDCa:(75,83 \pm 6,64; 26,90 \pm 5,16): GVDCaT: (74,78 \pm 9,68;6,12 \pm 4,89). Houve incremento da força e potência de MMII (TSL5x) no GVDCaT de 7,08%(p = 0,03) e de 2,25% (p = 0,03) no GVDCa, já no GES houve redução de 2,27% (p = 0,05). Enquanto no TUG motor em velocidade habitual houve piora no tempo para desempenho no GES (8,70 \pm 1,07s vs 9,28 \pm 1,26s; p = 0,04) e GVDCa (8,95 \pm 1,12s vs 9,66 \pm 1,35s; p = 0,05). A vitamina D e cálcio isoladamente aumentaram a força muscular, mas quando associados ao TFM, o incremento foi mais expressivo.

Palavras-chave: Osteoporose; Saúde do idoso; Educação em saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física em idosos brasileiros: uma revisão sistemática com metanálise

AUTORES

Noemi Costa Dias Serafim
Ariano Akira Ferreira Hino
Paulo Henrique de Araújo Guerra

Universidade Federal Fronteira do Sul,

O objetivo deste estudo foi descrever os níveis de atividade física de idosos brasileiros. Esta revisão sistemática baseou-se nas diretrizes do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). A busca foi realizada em cinco bases de dados. Foram considerados elegíveis os estudos observacionais, realizados no Brasil, de abordagem quantitativa com a atividade física como desfecho e mais de 80% da amostra composta por idosos (> 60 anos). Foram extraídos dados referentes às características do estudo e da atividade física. Os desfechos com características similares foram inseridos na metanálise. Dos 6,937 artigos não repetidos inicialmente localizados, foram analisados 42 artigos resultando em 64 desfechos. Maior parte dos artigos obteve amostra de maneira probabilística (88,1%), eram transversais (90,4%) e incluíam ambos os sexos (88,1%). Maior parte das estimativas de atividade física foram obtidas por meio de questionários (95,3%), sendo grande parte avaliada pelo IPAQ-longo (34,4%) e IPAQ-curto (20,3%). 42,2% dos desfechos analisaram a atividade física global, seguida das atividades físicas no tempo livre (34,4%) e deslocamento (21,9%). 34 desfechos possuíam similaridade na avaliação da atividade física e puderam ser inseridas na metanálise. As estimativas indicam que 61% dos idosos fazem > 150 min/sem de atividade física global. No tempo livre estima-se que 34% cumprem este critério, sendo esta prevalência de 52% se considerar as atividades no tempo livre/deslocamento. A partir dos resultados obtidos identificou-se que considerável parcela dos idosos faz atividade física nos níveis recomendados, no entanto, esforços devem ser direcionados para que mais idosos sejam fisicamente ativos.

Palavras-chave: Atividade física; Inatividade física; Idoso; Exercício físico.

Apoio: O presente projeto possui financiamento do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPq - Brasil, Processo número 443193/2020-7.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito do destreino após 24 semanas de treinamento resistido sobre a força e indicadores de capacidade funcional em mulheres idosas de diferentes faixas etárias

AUTORES

Pâmela de Castro e Souza
Leticia Trindade Cyrino
Bruna Daniella de Vasconcelos Costa
Luis Alves de Lima
Marcelo Vitor da Costa
Edilson Serpeloni Cyrino

Universidade Estadual de Londrina, Londrina, PR.

Comparar os efeitos de 12 semanas de destreino após 24 semanas de treinamento resistido (TR) sobre a força muscular e capacidade funcional em mulheres idosas, de acordo com diferentes faixas etárias. Quarenta e seis mulheres fisicamente independentes foram selecionadas para o presente estudo e divididas em dois grupos: sexagenárias (SEX, 60-69 anos, n = 23) e septuagenárias (SEP, 70-79 anos, n = 23). Um programa de TR para o corpo inteiro (oito exercícios, três séries de 8-15 repetições, 3x/semana) foi realizado durante 24 semanas. A força muscular foi determinada a partir da soma da carga total levantada (CTL) em testes de uma repetição máxima. A capacidade funcional foi determinada a partir da avaliação da velocidade de caminhada habitual, da potência muscular de membros inferiores (PM) e velocidade de caminhada. As avaliações foram realizadas antes do programa de TR, após 12 e 24 semanas e 12 semanas após o fim do treinamento. Um efeito principal do tempo ($P < 0,05$) foi revelado para a CTL, indicando uma redução similar após 12 semanas de destreino em ambos os grupos (SEX = -13,3% vs. SE p = -13,1%). Uma interação grupo vs. tempo revelou um maior declínio de desempenho no teste PM para SEP após o período de destreino ($P < 0,05$). Nossos resultados sugerem que o destreino em mulheres idosas de diferentes faixas etárias, acarreta à uma redução da força muscular, similar entre os grupos. Além disso, SEP parecem sofrer maior declínio da PM após 12 semanas de destreino do que SEX.

Palavras-chave: Envelhecimento; Grupos etários; Força muscular; Desempenho físico funcional; Treinamento de força.

Apoio: Instituição: Universidade Estadual de Londrina Apoio financeiro: CAPES, CNPq, Fundação Araucária e Ministério da Educação.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Ganho de força muscular em idosos sarcopênicos tratados com terapia da Campo Eletromagnético Pulsado de Alta Intensidade (PEMF)

AUTORES

Paulo Ricardo Pinheiro França
Pedro Sardinha Leonardo Lopes-martins
Luara Alves Faria
Alberto Souza Sá Filho
Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins
Patrícia Sardinha Leonardo

Universidade Evangélica de Goiás, Anápolis, GO.

A sarcopenia é um distúrbio progressivo e generalizado que envolve perda acelerada de massa e função muscular, especialmente em idosos. O presente estudo visa investigar os efeitos da Terapia PEMF sobre o ganho de força muscular em idosos. Vinte participantes de ambos os sexos foram submetidos à terapia com PEMF (Supramáximus - 12 sessões/3X por semana). Nas duas primeiras sessões foi realizado protocolo de adaptação utilizando estimulação de baixa frequência (5 Hz) durante 30 - 45 minutos. A intensidade de contração foi adaptada de acordo com a tolerância de cada idoso, variando de 15 a 30%. Nas sessões posteriores foi realizado protocolo misto de baixa e alta frequência com 5 Hz durante 10 segundos e 35 Hz durante 15 segundos de forma alternada. A duração das sessões foi de 30 min nas sessões 03 a 08 e 45 minutos nas sessões 9 a 12. As aplicações foram realizadas simultaneamente em músculo Vasto Lateral e Gastrocnêmio, bilateralmente. As avaliações de força muscular foram realizadas com o Sistema de Dinamometria Computadorizada E-lastic em extensão e flexão do joelho e plantiflexão. Para análise estatística foi utilizada ANOVA seguida de Student-Neuman-Keuls e os resultados foram considerados significativos para $P < 0.05$. Os participantes apresentaram um ganho de força médio de $27\% \pm 4\%$ após 12 semanas. Foi observada uma redução da assimetria de força entre membros de $18 \pm 5\%$. Este trabalho demonstra a eficácia da terapia PEMF no ganho de força muscular e redução de assimetria em idosos sarcopênicos.

Palavras-chave: Sarcopenia; envelhecimento; Campo Eletromagnético Pulsado; PEMF; Força muscular.

Apoio: Os autores agradecem à Associação Educativa Evangélica - AEE pelo suporte financeiro da pesquisa. O Prof. Rodrigo Alvaro B. Lopes Martins agradece ao CNPq pela Bolsa de Produtividade em Pesquisa.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Prática de atividade física e qualidade da alimentação de idosos brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) 2019

AUTORES

Paulo Rogério Melo Rodrigues
Thaís Meirelles de Vasconcelos
Bárbara da Silva Nalin de Souza
Ana Paula Muraro
Naiara Ferraz Moreira

Universidade Federal de Mato Grosso, Cuiabá, MT.

Avaliar a associação entre prática de atividade física e alimentação de idosos brasileiros. Estudo transversal, realizado com idosos (N = 22.728) participantes da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS 2019). A alimentação foi avaliada considerando o consumo regular (≥ 5 vezes/semana) de marcadores de alimentação saudável (feijão, frutas e sucos naturais de frutas, legumes e verduras) e não saudáveis (refrigerantes, sucos artificiais e refrescos, doces, alimentos ultraprocessados e o hábito de substituir refeições por lanches). Adicionalmente, estimou-se um escore de qualidade da alimentação e um escore de consumo de alimentos ultraprocessados. A prática de atividade física foi obtida pela pergunta, “Nos últimos três meses, o(a) Sr(a) praticou algum tipo de exercício físico ou esporte?” com respostas categorizadas em “sim” e “não”. A complexidade do desenho do estudo foi considerada na análise. Dos idosos, 30,6% eram fisicamente ativos. Os idosos ativos apresentaram maior frequência de consumo regular de verduras (73,7 vs. 58,9%), frutas (71,8 vs 53,6%), suco natural (26,2 vs. 21,6%) e menor frequência de refrigerantes (3,8% vs 5,7%) e suco artificial (6,4% vs. 11,1%), quando comparados aos que não relataram a prática. Idosos que praticavam atividade física apresentaram melhor qualidade da alimentação comparados aos não praticantes. As idosas ativas, em comparação as inativas, apresentaram menor frequência de relato de substituir refeições por lanches (0,8 vs. 1,8%). Não foram observadas associações significativas com o consumo de doces e o escore de alimentos ultraprocessados. A prática de atividade física está diretamente associada a melhor qualidade da alimentação dos idosos brasileiros.

Palavras-chave: Atividade física para idoso; Alimentação saudável; Nutrição do idoso.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O estado de ânimo de alunos idosos durante a prática de exercício físico

AUTORES

Priscilla Cardoso da Silva
Lucia Faria Borges
Natã Concatto Licht
Giovanna Moraes Rolla
Rafael Pereira da Silveira Mota
Gabrielle Moura de Siqueira
Andréa Kruger Gonçalves

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Avaliar o estado de ânimo de pessoas idosas que realizam exercício físico. Procedimentos Metodológicos: Estudo quantitativo, descritivo e transversal. Amostra composta por acessibilidade de 83 (idade média 72,9 anos) participantes idosos de um programa de exercício físico com atividades variadas. Instrumentos utilizados: Escala Geriátrica de Depressão (GDS) e Escala de Ânimo Reduzida e Ilustrada (LEA-RI). Música nas aulas e sintomatologia depressiva foram critérios de exclusão. O LEA-RI foi aplicado antes e no final das aulas, a estatística utilizada foi com prova binomial, frequência e qui-quadrado, considerando a mudança e direção, $p < 0,05$ no programa SPSS Statistics 20.0. Os estados de ânimo desagradável, inútil/apático, tímido e com medo não se alteraram com a aula, no entanto, os adjetivos feliz/alegre, pesado/cansado/carregado, agradável, triste, espiritual/sonhador, leve/suave, cheio de energia, ativo/energético, agitado/nervoso, calmo/tranquilo apresentaram mudanças. Em relação a direção feliz/alegre observou-se uma crescente ($p = 0,000$) assim como ativo/energético. No entanto, agitado/nervoso apresentou uma diminuição da sensação ($p = 0,001$). Feliz/alegre e ativo/energético atingiram valores superiores a 50% dos participantes, com predominância de forte a muito forte. Agitado/nervoso observou-se uma migração de valores forte e muito forte para muito pouco ou nada. O exercício físico influencia a felicidade, alegria e as sensações de energia, independente do tipo de exercício realizado e da exclusão da música (um influenciador conhecido na literatura). Outros fatores, além do exercício físico, podem favorecer esta relação através das relações pessoais/sociais, como por exemplo, os vínculos de amizades entre colegas, o atendimento do professor e até o ambiente.

Palavras-chave: Estado de ânimo; Exercício físico; Idoso.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos da pandemia de COVID-19 na aptidão funcional de idosos de um programa de extensão

AUTORES

Rafael Pereira da Silveira Mota
Débora Pastoriza Sant' Helena
Valéria Feijó Martins
Priscilla Cardoso da Silva
Gabrielle Moura de Siqueira
Gabrielle Teixeira Camargo
Andréa Kruger Gonçalves

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Analisar a aptidão funcional de idosos praticantes de exercício antes do início da pandemia (novembro de 2019) e após as medidas restritivas sanitárias (junho de 2022). Procedimentos metodológicos: O estudo é de caráter longitudinal descritivo e a amostra por acessibilidade foi composta por 65 idosos ($72,1 \pm 5,9$ anos) de um programa de extensão universitária direcionado ao exercício físico. Foram divididos em 2 grupos de acordo com a participação em intervenção on-line, GR1 ($n = 42$ participantes) e GR2 ($n = 23$ não participantes). Os critérios de elegibilidade foram: idade ≥ 60 anos, participação mínima de 6 meses por ano e frequência mínima de 70%. Os instrumentos utilizados foram: senta e levanta 30 segundos (FMI), 'Timed up and go' (TUG), apoio unipodal (AU). Utilizou-se o teste 't' pareado ($p \leq 0,05$) no SPSS 29.0. Em FMI, houve diferença estatística significativa somente em GR1, com médias de $16,8 \pm 4,6$ e $15,4 \pm 4,0$ repetições ($p = 0,05$), enquanto em GR2 as médias foram de $16,1 \pm 4,6$ e $15,3 \pm 4,9$ ($p = 0,15$). No TUG em GR1 as médias foram $5,1 \pm 0,7$ e $6,4 \pm 1,3$ segundos ($p < 0,01$) e GR2 $5,3 \pm 0,8$ e $6,4 \pm 1,1$ segundos ($p < 0,01$). No AU em GR1 as médias foram $23,5 \pm 9,5$ e $19,9 \pm 10,6$ segundos ($p = 0,04$) e em GR2 $24,4 \pm 8,7$ e $15,2 \pm 10,4$ segundos ($p < 0,01$). O aumento dos hábitos sedentários durante a pandemia de COVID-19 pode ser reflexo da diminuição da prática de exercício físico, principalmente por causa do isolamento social necessário para a população idosa. Percebe-se com os resultados que a aptidão funcional diminuiu no período avaliado, podendo ser relacionado aos impactos negativos da pandemia.

Palavras-chave: Idosos; Aptidão física; Exercício físico; Pandemia de COVID-19.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Mudanças nos padrões de caminhada no deslocamento em idosos após uma década (2009-2019)

AUTORES

Rafaella de Oliveira Rita Silveira; Carla
Elane Silva dos Santos
Eleonora D'orsi
Adalberto Aparecido dos Santos Lopes
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O objetivo deste estudo foi analisar possíveis mudanças nos padrões de caminhada no deslocamento em idosos após um período de 10 anos. Utilizou-se dados da primeira (2009/2010) e terceira onda (2017/2019) da coorte EpiFloripa Idoso, realizado em Florianópolis. A prevalência de caminhada no deslocamento (≥ 10 e ≥ 150 min/sem), mensurada pelo IPAQ foi estimada de acordo com o sexo, faixa etária, escolaridade, percepção de saúde e índice de massa corporal. Foram estimadas razões de proporção e respectivos intervalos de confiança de 95% no software Stata 14.0. Foram acompanhados 737 idosos (66% de mulheres). A prevalência de caminhada reduziu em 4,4% (67,8 vs. 63,4), e 2,8% (27,9 vs. 25,1%), no período para o tempo de ≥ 10 e ≥ 150 min/sem, respectivamente. A proporção de idosos que realizam alguma caminhada (≥ 10 min./sem) no deslocamento foi significativamente menor naqueles com mais de 80 anos e entre aqueles de menor escolaridade (0 a 4 anos). Em relação a prática regular de caminhada (≥ 150 min/sem) não houve diferenças entre os grupos. Observou-se que idosos mais velhos e com menor escolaridade apresentaram maiores declínios no engajamento da caminhada (≥ 10 min/sem), porém a caminhada se manteve com elevada prevalência de praticantes, mesmo com o envelhecimento da coorte. Ações de promoção da caminhada no deslocamento devem ser direcionadas aos idosos, principalmente nos subgrupos mais vulneráveis para que estes possam usufruir de um envelhecimento mais ativo.

Palavras-chave: Envelhecimento; Atividade Física; Epidemiologia.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Mat Pilates melhora a flexibilidade de mulheres na pós-menopausa

AUTORES

Raiza Pereira Muniz
Igor Pereira Andrade
Emile Judith Brito Velozo
Aline Santana Bomfim
Laiz Galvão Castro Mendes
Camilo Luis Monteiro Lourenço
Iane de Paiva Novais

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, BA.

Avaliar o efeito do Mat Pilates na flexibilidade de membros superiores e inferiores de mulheres na pós-menopausa. Estudo quasi-experimental realizado com 35 mulheres de meia-idade e idosas cadastradas no projeto de extensão universitária Programa de Exercício Físico para a Saúde da Mulher (PROEM), alocadas nos grupos: Pilates (GP; n = 17; 59,12 ± 4,46 anos) e Controle (GC; n = 18; 58,22 ± 4,97 anos). O GP foi submetido a 24 sessões de treinamento, 2 vezes/semana, 60 minutos/sessão, durante 12 semanas, enquanto o GC não realizou exercício físico sistematizado. A flexibilidade foi avaliada pelos testes de alcançar as costas (membros superiores) e sentar e alcançar (membros inferiores), nos momentos basal e pós-treinamento. A distribuição de normalidade foi verificada pelo teste de Shapiro-Wilk. A diferença entre os momentos e entre os grupos foram analisadas pelo teste t de Student pareado e não-pareado, respectivamente, com nível de significância de 5%. Os dados foram apresentados em média ± desvio padrão. No momento inicial, não foi observada diferença significativa entre os grupos. Após 12 semanas de intervenção, o GP obteve aumento significativo de 2,50 ± 4,26 cm na flexibilidade de membros superiores (Pré:-2,67 ± 10,94 vs. Pós:0,38 ± 8,91; p = 0,029) e de 4,30 ± 4,40 cm nos membros inferiores (Pré:-0,74 ± 10,81 vs. Pós:3,55 ± 12,14; p = 0,001), enquanto não foi encontrada alteração significativa na flexibilidade do GC para membros superiores (Pré:-1,65 ± 7,27 vs. Pós:0,75 ± 8,79cm) e inferiores (Pré:-1,15 ± 9,45 vs. Pós:-0,66 ± 10,88cm). Doze semanas de intervenção com o Mat Pilates foram efetivas em aumentar a flexibilidade de mulheres na pós-menopausa, com potencial para contribuir com a aptidão física relacionada à saúde nesta população.

Palavras-chave: Práticas corporais; Promoção da saúde; Exercício Físico; Envelhecimento; Programas de bem-estar

Apoio: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado da Bahia (Fapesb) e Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Validade e confiabilidade de uma escala de indução subjetiva do esforço com 3 pontos para exercício de força em idosos

AUTORES

Renato Sobral Monteiro-junior

Luciana Aparecida Coutinho

Vinicius Dias Rodrigues

Camila Cristina Fonseca Bicalho

Camila Fernanda Costa e Cunha Moraes

Brandão

Frederico Sander Mansur Machado

Universidade do Estado de Minas Gerais, Ibirité,
MG.

A percepção subjetiva de esforço tem sido utilizada como um meio alternativo de mensuração da intensidade do exercício. Entretanto, nem sempre o esforço percebido é compatível com marcadores objetivos de intensidade. Validar e testar a confiabilidade de uma escala subjetiva simples de 3 pontos para a indução do esforço em idosos. Uma Escala de Indução Subjetiva do Esforço (EISE-3) com as seguintes gradações foi criada: 1) leve, 2) médio e 3) forte. Quinze idosos (75 ± 6 anos) de ambos os sexos participaram do estudo (CEP/Unimontes 2.741.071/2018), sendo orientados a imprimirem a maior força de preensão possível no dinamômetro digital com ambas as mãos. Posteriormente, cada participante expressou aleatoriamente no mesmo teste esforços compatíveis com as gradações da EISE-3. Após 10 min de intervalo o mesmo procedimento foi repetido (reteste). Foi calculado o percentual da força isométrica máxima, de acordo com os dados obtidos em cada teste máximo (kgf) e em cada gradação de esforço da EISE-3. Uma regressão linear com os dados obtidos no teste de força máxima (kgf) e com a EISE-3 foi realizada. O Coeficiente de Correlação Intraclasse foi calculado para testar a confiabilidade no teste e reteste. Utilizaram-se os softwares JASP e VassarStats. As 3 gradações de esforço da EISE-3 apresentaram 90% de relação direta com a força máxima ($R^2 = 0,90$, $p < 0,01$). A reprodutibilidade para todas as gradações de esforço foi classificada como excelente ($R > 0,9$) em ambas as mãos. A EISE-3 é válida e confiável para induzir o esforço subjetivo em idosos.

Palavras-chave: Pessoa Idosa; Força muscular; Reprodutibilidade dos testes.

Apoio: Agradecimentos à Fundação de Amparo à Pesquisa de Minas Gerais (FAPEMIG) - Processo APQ-03013-22



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Manutenção dos níveis de aptidão funcional de idosos por meio de plataformas on-line: um estudo de caso

AUTORES

Roselei Delziovo Sala
Lisiane Krolikvoski da Silva
Andressa Hilário Dias
Edson Bortolaci
Alex Inacio Nunes
Ciro Romelio Rodriguez-añez

Universidade Tecnológica Federal do Paraná.

Mostrar a viabilidade da manutenção dos níveis de aptidão funcional (NAF) de idosos independentes em períodos de distanciamento social via atendimento on-line. Estudo de caso com uma idosa de 84 anos, praticante de atividades físicas regulares desde 2012. Os encontros presenciais e on-line ocorreram 3 (três) vezes na semana com duração de 60 min. Durante o período de distanciamento social, março de 2020 até maio de 2021, não foi possível continuar com os trabalhos presenciais. A partir de junho de 2020, iniciaram-se encontros virtuais via WhatsApp com a mesma duração e frequência até que foram possíveis os encontros presenciais, tomando os cuidados preconizados à época para evitar a transmissão do SARS-CoV-2. Utilizou-se o Senior Fitness Test para avaliar o NAF no período posterior ao retorno das atividades presenciais. Os resultados do NAF classificaram a praticante como bom em três testes: sentar e alcançar; sentar, caminhar e voltar a sentar; andar 6 minutos. Muito bom em três testes: levantar e sentar da cadeira; flexão de braços; e alcançar atrás das costas. Ficou evidente que não houve prejuízo nos NAF pelo trabalho realizado de forma on-line. O treinamento e as aulas on-line mostraram-se um recurso efetivo para a manutenção e desenvolvimento dos NAF em idosos em períodos de distanciamento social. Logo, recomenda-se o uso dessa estratégia para idosos independentes impossibilitados de participar de encontros presenciais.

Palavras-chave: Aptidão funcional; Envelhecimento; Atividade Física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Treinamento multicomponente para mulheres na pós-menopausa: efeito na qualidade de vida, qualidade do sono e sintomas depressivos

AUTORES

Ruan Costa de Jesus
Claudirene Souza dos Santos
Vanessa dos Santos França Lima
Aline Santana Bomfim
Laiz Galvão Castro Mendes
Iane de Paiva Novais

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, BA.

Investigar o efeito do treinamento multicomponente (TM) na qualidade de vida, na qualidade do sono e nos sintomas depressivos de mulheres na pós-menopausa. Participaram deste estudo quasi-experimental 38 mulheres de meia-idade e idosas ($57,5 \pm 5,1$ anos; $29,5 \pm 4,7$ kg/m²) cadastradas no projeto de extensão universitária Programa de Exercício Físico para a Saúde da Mulher (PROEM). O grupo foi submetido a 24 sessões de TM supervisionado, 2 vezes/semana, 60 minutos/sessão, durante 12 semanas. A versão curta do Questionário de Qualidade de Vida da OMS (WHOQOL-bref), Mini Questionário do Sono (MSQ) e Escala de Depressão Geriátrica (GDS-15) foram aplicados antes e após o treinamento. A normalidade dos dados foi averiguada pelo teste de Shapiro-Wilk e foram realizados os testes t de Student pareado e McNemar, adotando nível de significância de 5%. Os dados são apresentados em média \pm desvio padrão. Foi observada manutenção na qualidade do sono (Pré: $28,7 \pm 8,8$; Pós: $26,6 \pm 7,6$ pontos; Δ : $-2,8 \pm 9,3$; $p = 0,138$), melhora significativa de 10,6% na satisfação com a saúde (Pré: $58,3 \pm 23,9$; Pós: $64,5 \pm 26,3$ pontos; Δ : $5,9 \pm 17,9$; $p = 0,048$), e de 11 e 14,8% nos domínios físico (Pré: $69,7 \pm 14,8$; Pós: $77,4 \pm 14,3$ pontos; Δ : $9,5 \pm 18,4$; $p = 0,002$) e meio ambiente (Pré: $63,6 \pm 13,2$; Pós: $73,0 \pm 11,5$ pontos; Δ : $9,1 \pm 11,2$; $p < 0,001$) da qualidade de vida, respectivamente; além de redução significativa de 87,6% na frequência de sintomatologia depressiva (Pré: $2,5 \pm 2,4$; Pós: $1,2 \pm 1,3$ pontos; Δ : $-1,21 \pm 2,05$; $p = 0,001$). Nossos achados mostram que 12 semanas de TM supervisionado foram efetivas em melhorar a qualidade de vida e sintomas depressivos em mulheres na pós-menopausa, com manutenção da qualidade do sono, o que pode contribuir para maior bem-estar no envelhecimento.

Palavras-chave: Práticas corporais; Promoção da saúde; Exercício Físico; Envelhecimento; Programas de bem-estar.

Apoio: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado da Bahia (Fapesb) e Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Exercício físico domiciliar por videoconferência: efeitos sobre a aptidão física, qualidade de vida e nível de atividade física de idosas da comunidade

AUTORES

Sabrine Nayara Costa
Barbara Ferraz Chaowiche
Fernanda de Mattos
Paulo Cesar Barauce Bento

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR.

O objetivo do estudo foi comparar os efeitos de um programa de exercício físico domiciliar online na aptidão física, qualidade de vida e nível de atividade física de idosas em diferentes modalidades de aplicação (supervisionado x parcialmente supervisionado x não supervisionado). Participaram do estudo 39 idosas divididas em três grupos: exercício supervisionado (GS = 13), exercício não supervisionado (GNS = 13) e exercício parcialmente supervisionado (GPS = 13). O programa de exercícios multicomponentes (12sem, 3x/s, 60 min/sessão) foi composto por exercícios de aquecimento, equilíbrio, fortalecimento muscular, marcha e flexibilidade. O GS realizou três sessões/semanais com supervisão direta via videoconferência; GPS realizou uma sessão/semanal com supervisão direta e duas sessões/semanais com supervisão indireta por guia de exercícios; GNS realizou três sessões/semanais com supervisão indireta. Foi realizada a avaliação da aptidão física (SPPB), nível de atividade física (IPAQ) e qualidade de vida (SF-36). Foi utilizada a análise por intenção de tratamento e a comparação entre grupos foi realizada por meio de testes de Equações de Estimativa Generalizadas ($p < 0,05$). Os resultados indicam que os programas GS e GPS foram efetivos no aumento da aptidão física, sem alteração no GNS. Também foi possível verificar que, independentemente do grupo de treinamento, o exercício domiciliar melhorou a qualidade de vida e nível de atividade física das idosas. Conclui-se que programas domiciliares, independente da supervisão, são efetivos para aumentar a qualidade de vida e nível de atividade física. Além disso, concluímos que uma sessão semanal de supervisão é suficiente para promover benefícios na aptidão física similares aos obtidos em programas totalmente supervisionados.

Palavras-chave: Idoso; Exercício; Aptidão física.

Apoio: O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos do exercício físico em fatores neuroprotetivos na doença de Parkinson

AUTORES

Tamyres de Lazari Marques
Paula Born Lopes
Ricardo Correa da Cunha

Universidade Positivo, Curitiba, PR.

O objetivo do presente estudo foi analisar os efeitos do exercício físico em fatores neuroprotetivos em pacientes com Doença de Parkinson (DP). Para isso, foi realizada uma revisão sistemática nas bases de dados PubMed e Scielo. Foram usadas as seguintes palavras-chaves: Fator de Crescimento Derivado do Encéfalo, Fatores Neuroprotetivos, Parkinson, Exercício Físico, Doença de Parkinson, BDNF, nos idiomas inglês e português, e incluídos estudos publicados de 2012 à 2022, originais, com animais ou humanos, que abordavam a relação entre exercício físico, DP e fatores neurotróficos. Foram excluídos estudos com outras doenças neurodegenerativas e outros tipos de intervenção que não o exercício físico. Foram encontrados 1.747 artigos e após análise, 19 estudos foram incluídos. Os resultados indicam que o BDNF (Brain Derived Neurotrophic Factor) é o fator neuroprotetivo que apresenta maior modulação induzida pelo exercício físico, bem como alterações em IGF-1, VEGF, GSH e IL-10. O treinamento aeróbio se mostrou o mais relevante para indução de BDNF em relação a outros tipos de treinamento, e a melhor estratégia foi combinar o exercício físico com o treinamento cognitivo. Foram observados outros efeitos positivos nos pacientes parkinsonianos após as intervenções, como o retardo da progressão da doença, melhora da função cognitiva, do condicionamento físico e qualidade de vida. Conclui-se que o exercício físico pode ser uma estratégia de tratamento da DP, uma vez que aumenta os níveis de BDNF, melhora a função cognitiva, a defesa antioxidante do organismo e em muitos casos, diminui a necessidade de aumentar o tratamento medicamentoso.

Palavras-chave: Treinamento físico; Fator de crescimento Derivado do encéfalo; Dopamina.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Inatividade física e limitações funcionais em idosos brasileiros: uma análise da Pesquisa Nacional de Saúde 2019

AUTORES

Thais Meirelles de Vasconcelos
Paulo Rogério Melo Rodrigues
Bárbara da Silva Nalin de Souza
Ana Paula Muraro
Naiara Ferraz Moreira

Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, CE.

Estimar a associação da inatividade física com limitações funcionais em idosos brasileiros. Estudo transversal com idosos (N = 22.728) participantes da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS 2019). A prática de atividade física no tempo de lazer, obtida com a pergunta “Nos últimos três meses, o(a) Sr(a) praticou algum tipo de exercício físico ou esporte?” com respostas categorizadas em “sim” e “não”. As limitações funcionais foram avaliadas segundo a dificuldade para realizar sozinho(a) as Atividades de Vida Diária. A amostragem complexa foi considerada nas análises. Os idosos inativos relataram maior dificuldade para comer (6,9 vs 1,3%), tomar banho (10,7 vs 1,7%), usar o banheiro (11,5 vs 3,2%), vestir-se (15,0 vs 4,5%), andar pela casa (13,8 vs 4,1%), deitar-se e levantar-se da cama (15,5 vs 5,7%), sentar-se e levantar-se da cadeira (15,0 vs 4,9%) comparados aos ativos. Diferenças significativas foram observadas para população total e por sexo. Verificou-se aumento significativo do comprometimento da funcionalidade com o avançar da idade entre idosos inativos comparados aos ativos: comer (60-69 anos: 3,7%; 70-79: 6,6%; ≥80: 17,2%), tomar banho (60-69: 5,5%; 70-79: 10,5%; ≥80: 27,5%), usar o banheiro (60-69: 7,6%; 70-79: 10,7%; ≥80: 25,7%), vestir-se (60-69: 10,0%; 70-79: 15,1%; ≥80: 30,8%), andar pela casa (60-69: 8,0%; 70-79: 14,0%; ≥80: 31,8%), deitar-se e levantar-se da cama (60-69: 10,3%; 70-79: 16,2%; ≥80: 30,6%), sentar-se e levantar-se da cadeira (60-69: 9,8%; 70-79: 15,2%; ≥80: 31,3%). A inatividade física está associada ao comprometimento da capacidade funcional de idosos brasileiros dificultando a realização de atividades de vida diária.

Palavras-chave: Saúde do idoso; Atividade física para idoso; Atividades cotidianas.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análise dos fatores clínico-funcionais associados às atividades de vida diária de idosos mais velhos

AUTORES

Valéria Feijó Martins
Leonardo Alexandre Peyré Tartaruga
Ana Carolina Kanitz
Aline Nogueira Haas
Andrea Kruger Gonçalves
Flávia Gomes Martinez

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Os idosos experimentam uma ampla variedade de condições funcionais à medida que envelhecem, exibindo comportamentos que variam entre independência e a perda de habilidades para executar atividades. O objetivo foi examinar como os determinantes clínico-funcionais são associados às atividades de vida diária (AVD's). Estudo transversal com 83 idosos com mais de 75 anos ($80,2 \pm 4,4$ anos) atendidos por um programa de extensão universitária. Os participantes foram avaliados através de uma anamnese, Geriatric Depression Scale (sintomas depressivos), FES-I-Brasil (preocupação com quedas), WHOQoL-BREF (qualidade de vida), Inventário de Lawton and Brody (atividade instrumental de vida diária - AIVD's e atividade avançada de vida diária - AAVD's). Os dados foram analisados por meio de correlação de Spearman (IBM-SPSS®; $p < 0,05$). A AIVD foi associada positivamente com qualidade de vida ($p = ,001$; $r = ,384$); e associada negativamente com sintomas depressivos ($p = ,005$; $r = -,330$) e preocupação de quedas ($p < ,001$; $r = -,427$). A AAVD foi associada positivamente com qualidade de vida ($p < ,001$; $r = ,476$), escolaridade ($p = ,001$; $r = ,376$) e renda ($p = ,008$; $r = ,308$); e associada negativamente com sintomas depressivos ($p = ,025$; $r = -,264$) e preocupação de quedas ($p < ,012$; $r = -,293$). Portanto, uma melhor qualidade de vida, menores sintomas depressivos e preocupação de quedas são relacionados com maior independência para as AVD's. Além disso, escolaridade e renda são fatores influenciadores nas condições funcionais de idosos. Manter a funcionalidade nas AVD's pode ser essencial para aspectos ligados à saúde e senso de autonomia dos idosos mais velhos.

Palavras-chave: Atividades cotidianas; Saúde do idoso; Estado funcional.

Apoio: o presente trabalho foi realizado com apoio do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - Brasil (CNPq) - 25/2021 - Pós-Doutorado Júnior - PDJ. Agradecimentos ao programa de extensão universitária Centro de Referência do Envelhecimento e Movimento (CREM) da UFRGS pelo contato com os idosos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Reabilitação locomotora de caminhada nórdica e sprint de 12 semanas em parâmetros da marcha em pessoas com Parkinson

AUTORES

Vinicius Baia da Silva
Lucas Meireles Matos
Hugo Enrico Souza Machado
Ana Carla de Matos Santos
Edigar Menezes Ferreira
Elren Passos-monteiro

Universidade Federal do Pará, Belém, PR.

A doença de Parkinson caracteriza-se como um distúrbio da locomoção, sendo a marcha um dos aspectos mais prejudicados. Portanto, o presente estudo teve o objetivo de avaliar os efeitos de uma intervenção locomotora de moderada a alta intensidade de 12 semanas nos aspectos da marcha de pessoas com Parkinson (PcP). Participaram 15 PcP (11 homens e 4 mulheres; idade 67.3 ± 10.0 anos; estatura (cm) 163 ± 9.06 ; massa corporal (kg) 67.8 ± 13.1) em estadiamento 1 a 4 da doença. Avaliamos os parâmetros da marcha com o teste de caminhada de 10 metros (TC10), nas velocidades de caminhada autosselecionada (VAS) e velocidade rápida (VR) em 3 tentativas para cada velocidade, em dois momentos, pré e pós intervenção. A intervenção durou 12 semanas, com duas sessões semanais, periodizadas de forma ondulatória e progressiva a partir das técnicas de caminhada nórdica até o sprint sem bastões. Os dados foram descritos em médias e desvio-padrão. Para normalidade dos dados utilizamos o teste de Shapiro-Wilk. Para comparação entre médias foi adotado o Test-t pareado com $\alpha \leq 0.05$ e d de Cohen para tamanho de efeito. Os resultados apresentaram diferença significativa entre momentos para VAS (pré = 10.9 ± 2.12 , pós = 7.76 ± 1.26 segundos; $t = 6.68$, $p \leq 0.001$, $d = 1.72$, 95% IC [0.90-2.52]) e VR (pré = 9.67 ± 2.01 , pós = 6.62 ± 1.20 segundos; $t = 7.30$, $p \leq 0.001$, $d = 1.88$, 95% IC [1.0-2.73]) com um grande tamanho de efeito para VAS e VR, respectivamente. Conclui-se que a reabilitação locomotora de moderada a alta intensidade melhorou os parâmetros de marcha em pessoas com Parkinson com um grande tamanho de efeito.

Palavras-chave: Doença de Parkinson; Locomoção; Reabilitação; Velocidade de caminhada.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Idosos ativos e da comunidade que alcançam 7000 passos/dia apresentam um melhor desempenho físico e um menor comportamento sedentário? Estudo transversal

AUTORES

Vinicius Ramon da Silva Santos

Gabriela Cassemilano

Stefany Lee

Laura Bonome Message

Ana Claudia Silva Farche

Anielle Cristhine de Medeiros Takahashi

Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, SP.

Comparar o desempenho físico (DF) e o comportamento sedentário (CS) de idosos ativos e da comunidade que alcançaram e não alcançaram 7000 passos/dia. Trata-se de um estudo observacional e transversal. Foram incluídos idosos (≥ 60 anos), com deambulação preservada e sem comprometimento cognitivo. Os idosos foram divididos em: G1 = idosos que alcançaram 7000 passos/dia, e G2 = idosos que não alcançaram 7000 passos/dia. O número de passos, tempo em CS e número de bouts sedentário > 30 minutos foi avaliado pelo acelerômetro ActivPAL3™ micro. O DF foi avaliado pelo teste de preensão manual, teste de sentar e levantar de 30 segundos e Timed Up and Go. Os dados foram analisados por meio do teste t para amostras independentes ou teste de Mann-Whitney. A análise foi realizada no software JAMOVI (versão 2.3.18) e foi adotada uma significância estatística em $p < 0,05$. 43 idosos (G1 = 25 idosos e G2 = 18 idosos) foram incluídos no estudo ($73,7 \pm 6,67$ anos, 74,14% sexo feminino). O G1 apresentou um menor tempo em CS ($t = 3,25$, dif = 1,83, IC95% = 0,69 a 0,85, $p < 0,05$) e um menor número de bouts sedentário > 30 minutos ($t = 4,74$, dif = 0,39, IC95% = 1,05 a 0,9, $p < 0,01$) em comparação com o G2. Não foram encontradas diferenças significativas entre os grupos para as variáveis de DF ($p > 0,05$). Idosos ativos e da comunidade que alcançaram 7000 passos/dia apresentaram um menor CS e uma maior fragmentação do CS em comparação com idosos que não alcançaram.

Palavras-chave: Idoso; Desempenho físico; Comportamento sedentário; Atividade física.

Apoio: Agradecemos as agências FAPESP (2020/05471-5), CAPES (001) e CNPq (304479/2021-7) pelo financiamento do estudo.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito de um treinamento multicomponente combinado com estratégias de autogestão no comportamento sedentário de idosos da comunidade: Ensaio clínico randomizado

AUTORES

Vinícius Ramon da Silva Santos

Gabriela Cassemiliano

Stefany Lee

Laura Bonome Message

Ana Claudia Silva Farche

Anielle Cristhine de Medeiros Takahashi

Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, SP.

Avaliar o efeito de um treinamento multicomponente (TM) combinado com estratégias de autogestão (EA) no comportamento sedentário (CS) de idosos da comunidade. Foi realizado um ensaio clínico randomizado, com idosos (≥ 60 anos), sem comprometimento cognitivo e com deambulação preservada. Os idosos foram alocados em Grupo intervenção (GI): TM + EA ou Grupo controle (GC): TM. A intervenção teve uma duração de 16 semanas. O CS foi avaliado pelo acelerômetro ActivPAL3TM micro e foi apresentado em horas/dia. Os dados de CS foram analisados no software JAMOVI por meio de um modelo linear misto generalizado. Foi adotada uma significância estatística em $p < 0,05$ e intervalo de confiança de 95%. 43 idosos (GI = 23 idosos e GC = 20 idosos) foram incluídos no estudo ($73,7 \pm 6,67$ anos, 74,14% sexo feminino), apresentando um total de $8,39 \pm 2,02$ horas/dia em CS. Ambos os grupos reduziram o CS após participarem das intervenções (GI: Pré = $8,09 \pm 1,77$ e Pós = $7,37 \pm 2,43$; GC: Pré = $8,73 \pm 2,26$ e Pós = $7,43 \pm 1,98$) e foi encontrado um efeito somente de tempo ($X^2 = 24,89$; IC95% = -1,41 a -0,61; $p < 0,001$). A adição de EA em um TM não foi capaz de reduzir ainda mais o CS de idosos da comunidade em comparação com o TM isolado. Os achados sugerem que a participação em um TM pode ser suficiente para gerar resultados positivos na redução do CS em idosos da comunidade.

Palavras-chave: Idoso; Autogestão; Comportamento sedentário; Exercício.

Apoio: Agradecemos as agências FAPESP (2020/05471-5), CAPES (001) e CNPq (304479/2021-7) pelo financiamento do estudo.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Treino de força e populações especiais



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**
Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023
TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Treinamento de força melhora o perfil cardiometabólico e inflamatório de homem com paralisia cerebral diplérgica espástica: Estudo de caso

AUTORES

Ana Caroline Mateus
Jelson Budal Schmidt
Alisson Padilha de Lima

aculdade IELUSC, Jonville, SC.

A paralisia cerebral diplérgica espástica é um subtipo mais comum, sendo caracterizada por espasticidade mais proeminente nas pernas que nos braços, presença de rigidez muscular e dificuldade de movimento. Dessa forma, é de suma importância que intervenções que utilizam de treinamento de força supervisionado seja proposta para melhoria da saúde dessa população. Avaliar os efeitos de seis meses de um programa de treinamento de força no perfil cardiometabólico e inflamatório de um homem com paralisia cerebral diplérgica espástica. O caso estudado é de um homem de 24 anos, com paralisia cerebral secundária a encefalopatia hipóxico isquêmica difusa, mais conhecida como diplegia espástica. Como métodos de intervenção utilizou-se de um programa de treinamento de força com frequência de três vezes na semana, durante um período de seis meses com os exercícios sendo: leg press, cadeira extensora, agachamento guiado, supino máquina, puxada alta e remada baixa. Realizou-se avaliação sanguínea no baseline e após os seis meses de treinamento. O participante apresentou as seguintes características no baseline: estado civil solteiro, cor branca, nível de escolaridade - ensino médio, nenhuma dor crônica, não era tabagista, não etilista e não apresentou nenhuma doença cardiovascular e crônica. Após a intervenção obteve-se melhoras no colesterol total (? = -27,7%), Colesterol HDL (? = 20,0%), Colesterol LDL (? = -40,2%), Colesterol VLDL (? = -27,1%), Triglicerídeos (? = -72,7%) e Proteína C reativa (? = -60,0%). Um programa de treinamento de força por um período de seis meses é eficaz na melhora do perfil cardiometabólico e inflamatório de um homem com paralisia cerebral diplérgica espástica.

Palavras-chave: Exercício físico; Saúde masculina; Paralisia cerebral.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos do treinamento físico multicomponente em sintomas relacionados à funcionalidade de adultos e idosos pós infecção por COVID-19: (CORE-Study)

AUTORES

Angelica Danielevicz
Maria Eduarda de Moraes Sirydakís
Mabel Deisel
Juliane Bregalda
Douglas Pires Silva
Rodrigo Sudatti Delevatti

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar os efeitos de um treinamento físico multicomponente sobre sintomas relacionados à funcionalidade em pacientes que foram infectados pelo SARS-Cov-2. Ensaio clínico randomizado controlado, com um grupo intervenção (GI) submetido a um treinamento físico multicomponente (equilíbrio, aeróbio e força) de 11 semanas, sendo uma semana de familiarização e dois mesociclos de cinco semanas com progressão de volume, e grupo controle (GC), que recebeu recomendações para a prática de atividade física. Participaram adultos e idosos, de ambos os sexos, infectados por COVID-19 que necessitaram de internação, ou não internados que apresentavam fadiga física crônica. Foram avaliadas a fadiga pela escala de Chalder, dispneia pela escala Medical Research Council modificada, fragilidade pela Tilburg Frailty Indicator e a funcionalidade pela Post-COVID-19 Functional Status, na linha de base e após as 11 semanas. Para análise dos dados, utilizou-se Equações de Estimativas Generalizadas, com post-hoc de Bonferroni, α : 0,05. Participaram 39 indivíduos (20 mulheres; $52 \pm 12,97$ anos). Houve uma melhora significativa na fragilidade no domínio físico (pré GI: $3,33 \pm 0,4$; pós GI: $1,84 \pm 0,3$; pré GC: $3,67 \pm 0,5$; pós GC: $3,54 \pm 0,5$, $p = 0,04$) e fragilidade geral (pré GI: $6,14 \pm 0,7$; pós GI: $14,42 \pm 0,7$; pré GC: $7,11 \pm 0,7$; pós GC: $7,00 \pm 0,8$, $p = 0,05$), apenas no GI. Não houve diferença nos valores de fadiga, dispneia e funcionalidade pós-COVID-19. Um programa de treinamento multicomponente parece ser eficaz na melhora da fragilidade de adultos e idosos pós-COVID-19 aguda, e pode ser uma estratégia na otimização do processo de reabilitação pós-COVID-19. Os valores de fadiga, dispneia e funcionalidade pós-COVID-19 não apresentaram melhoras pós-intervenção.

Palavras-chave: COVID-19; Fragilidade; Capacidade funcional; Treino de força; Treino aeróbio.

Apoio: CNPq, UNIEDU e PPGEF/UFSC.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos de um programa de treinamento físico multicomponente na força muscular isométrica de membros inferiores em pacientes pós-infecção por COVID-19: (COVID-19 and rehabilitation study-core-study)

AUTORES

Bárbara Carlin de Ramos do Espírito Santo
Licelli Amante Cardoso
João Marcelo Motta Siqueira
Cíntia de La Rocha Freitas
Rodrigo Sudatti Delevatti
Aline Mendes Gerage

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar os efeitos de um programa de exercício físico multicomponente (EFM) sobre a força muscular isométrica (FMI) dos extensores de joelho (EJ) e flexores de joelho (FJ) em pacientes pós COVID-19. Procedimentos metodológicos: A amostra foi composta por 16 participantes, de ambos os sexos, com idade média de $48 \pm 14,59$ anos, com diagnóstico moderado/crítico de infecção por COVID-19. O programa de exercícios foi realizado durante 24 semanas, com 2 sessões semanais. Cada sessão teve a duração de 60 minutos contendo exercícios de equilíbrio, resistência aeróbia e treinamento resistido. A avaliação da FMI dos EJ e FJ foi realizada do lado direito utilizando um dinamômetro manual da marca microFET2 HHD (Hoggan Health Industries). O participante ficou na posição sentada, com joelhos flexionados a 90° e foi orientado a exercer a força máxima contra o dinamômetro durante cinco segundos. Foram realizadas três tentativas, sendo registrado o maior valor, em quilograma força (Kgf), entre elas. A normalidade dos dados foi testada pelo teste de Shapiro Wilk e Levene. O teste estatístico t Student para amostras pareadas foi utilizado para analisar os valores médios da FMI pré e pós intervenção, adotando-se um nível de significância de 5%. A média basal da FMI dos EJ foi $27,21 \pm 9,92$ e $31,96 \pm 9,26$ pós intervenção ($p < 0,006$). Para os FJ, os valores médios pré foram $16,98 \pm 5,55$ e $19,47 \pm 7,11$ pós intervenção ($p < 0,042$). Os resultados apontaram um aumento significativo da força muscular dos membros inferiores em pacientes pós infecção por COVID-19, após a intervenção com EFM.

Palavras-chave: Força Muscular; Exercício Físico; Síndrome pós COVID-19 aguda.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos do treinamento específico de locomoção e equilíbrio (TELE) online na qualidade de vida de pessoas com doença de Parkinson durante o distanciamento social da pandemia de COVID-19

AUTORES

Carlos Cristiano Espedito Guzzo Junior

Marcela Zimmermann Casal

Flavia Gomes Martinez

Aline Nogueira Haas

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Investigar os efeitos de um protocolo de treinamento funcional online sobre a qualidade de vida (QV) de pessoas com doença de Parkinson (DP) durante a pandemia COVID-19. Participaram do estudo 14 pessoas diagnosticadas com a DP (36% mulheres e 64% homens), com idade entre 57 e 75 anos e tempo de diagnóstico médio de $9,1 \pm 5,4$ anos. O treinamento consistiu em um programa de exercícios online orientados focados no equilíbrio e na locomoção, com a frequência de 2 aulas semanais de 60 minutos cada, durante um período de 12 semanas (24 sessões). Os participantes foram avaliados em três momentos: pré-intervenção, pós-intervenção e após um mês para o período de follow-up, através do PDQ-8 (Parkinson Disease Questionnaire), que inclui oito domínios: mobilidade, atividades diárias, bem-estar emocional, estigma, apoio social, cognição, comunicação e desconforto corporal. A análise estatística foi conduzida utilizando as Equações de Estimativas Generalizadas com post-hoc de Bonferroni. Os dados foram analisados no Statistical Package for the Social Science (SPSS) versão 20.0 com um nível de significância $\alpha = 0,05$. Não foi observada diferença significativa entre os valores do PDQ-8 pré, pós-intervenção e follow-up (Pré: $5,46 \pm 0,819$; Pós: $6,23 \pm 0,815$; follow-up: $6,77 \pm 1,137$; $p = 0,05$). Embora sem melhora significativa observada, nossos resultados sugerem que o programa de exercício remoto focado no equilíbrio e na locomoção foi eficaz na manutenção da qualidade de pacientes com DP. Limitações do presente estudo incluíram dificuldades com a tecnologia e problemas de qualidade da internet.

Palavras-chave: Doença de Parkinson; Qualidade de vida; Treinamento.

Apoio: Capes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O treinamento concorrente é eficaz na sintomatologia menopausal, na depressão, na função sexual e na perspectiva do envelhecimento de mulheres na menopausa? Um ensaio clínico randomizado

AUTORES

Cibele Medeiros Scarpel
Danielly Yani Fausto
Julia Beatriz Bocchi Martins
Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar o efeito de quatro meses de intervenção de Treinamento Concorrente (TC) comparado ao grupo controle na sintomatologia da menopausa, sintomas depressivos, função sexual e perspectiva do envelhecimento em mulheres na menopausa. Ensaio clínico randomizado de dois braços (intervenção TC (n = 22) e grupo controle (n = 20)), com 42 mulheres (53,21 ± 3,65 anos) em pós-menopausa precoce. Para a análise utilizou-se o teste ANOVA two-way com medidas repetidas e teste de Sydak. Tamanho de efeito calculado a partir do D de Cohen (nível de significância de 5%). Sete mulheres não cumpriram a frequência mínima do protocolo (75%), sendo analisadas por Intenção de Tratar (ITT). Houve efeito positivo nas mulheres submetidas ao TC intragrupo, na sintomatologia da menopausa nos sintomas somáticos (d = 0.89), psicológicos (d = 0.90), urogenitais (d = 0.87) e total (d = 0.93), nos sintomas depressivos (p = 0,016), e em quatro aspectos da função sexual: desejo (p = 0,007), lubrificação (p = 0,024), satisfação (p = 0,030) e total (p = 0,022), além da finitude no domínio da felicidade intergrupo (p = 0,046). A análise por ITT apresentou melhora no intragrupo na sintomatologia da menopausa: sintomas somáticos (p = 0,001), psicológicos (p = 0,001), urogenitais (p = 0,001) e total (p = 0,001), nos sintomas depressivos (p = 0,019), aumento no desejo sexual (p = 0,038) e atenuação da solidão (p = 0,031). O TC demonstra ser eficaz na melhora dos sintomas menopausais, sintomas depressivos, função sexual e felicidade de mulheres menopausadas.

Palavras-chave: Exercício Físico; Mudança de vida feminina; Mulheres; Senescência; Sintomas depressivos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre dispneia e capacidade cardiorrespiratória em adultos com COVID longa: estudo multicêntrico transversal

AUTORES

Francisco José Rosa-souza
Yuri Alberto Freire
Julio Cesar Barbosa de Lima Pinto
Francisco Dalton Alves de Oliveira
Rodrigo Sudatti Delevatti
Aline Mendes Gerage
Leony Morgana Galliano
Eduardo Caldas Costa

Universidade Federal do Rio Grande do Norte;

O objetivo desse estudo foi investigar a associação entre dispneia e aptidão cardiorrespiratória em adultos com Síndrome pós COVID. Adultos e idosos entre 18 -75 anos das cidades de Natal, Fortaleza e Florianópolis com sintomas persistentes de COVID-19 (> 3 meses) foram incluídos nesse estudo transversal, excluindo os que possuíam dispneia severa. A dispneia foi mensurada pela escala Modified Medical Research Council (mMRC): I (ausência), II (muito leve), III (leve), IV (grave) e V (severa). A aptidão cardiorrespiratória foi avaliada pelo maior valor de duas aplicações do teste de caminhada de 6 minutos (TC6min). Modelo linear generalizado foi utilizado para análise de dados, ajustado para confundidores. Noventa e nove adultos (48 ± 13 anos; 58% sexo feminino, 30 ± 6 kg/m²; 12 ± 7 meses de sintomas; 38% tiveram internação hospitalar) foram incluídos na análise. A prevalência de dispneia foi de 78%. A distância no TC6min foi 546,4 ± 98 nos adultos com dispneia grau I, 526,9 ± 90m nos de grau II, 512,3 ± 41,2m nos de III e 419,3 ± 92,8m nos de grau IV. Houve diferença no TC6min entre os de grau I e IV ($\beta = -104,4, -168,8; -39,9; p = 0,002$). A distância no TC6min não foi diferente nos graus II e III comparado ao grau I ($p > 0,05$). Em conclusão, adultos com síndrome pós COVID com dispneia severa apresentam pior capacidade cardiorrespiratória, o que indica pior capacidade funcional.

Palavras-chave: Síndrome Pós-COVID-19 Aguda; Aptidão Física; Pandemias.

Apoio: CAPES, UFSC, UFC e UFRN.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito de 16 semanas de treinamento de força na composição corporal e na força de mulheres vegetarianas estritas e não vegetarianas

AUTORES

Gabriela Lucciana Martini ;, Márcio Beck
Schemes

Vithória Messa de Borba

Claudia Dornelles Schneider

Carolina Guerini de Souza

Ronei Silveira Pinto

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

A dieta vegetariana estrita exclui o consumo de alimentos de origem animal. Carnes, laticínios e ovos, consumidos em dietas não vegetarianas, são excelentes fontes de nutrientes como proteínas e creatina, os quais podem impactar nas adaptações decorrentes ao treinamento de força (TF). s: descrever o efeito do TF na composição corporal e na força de vegetarianas estritas (VEG) e não vegetarianas (NV). trata-se da análise sub amostral de um estudo quase-experimental (n = 54; parecer nº5.322.759), que incluiu mulheres não treinadas, VEG (n = 7; 26,9 ± 5,7 anos) e NV (n = 7; 26,9 ± 5,7 anos) há pelo menos 6 meses. Elas realizaram duas sessões semanais de TF, por 16 semanas, supervisionadas e com exercícios que abrangiam os principais grupos musculares. Antes e após o TF foram avaliadas a massa magra e massa de gordura (por Densitometria por Dupla Emissão de Raios-X) e a força (testes de 1 repetição máxima) de extensores (EJ) e flexores (FJ) de joelho, em cadeira extensora e mesa flexora, respectivamente. Os dados estão descritos em média ± DP e tamanho de efeito (d de cohen). Após o TF houve aumento da massa magra (VEG = 5,4 ± 2,0%, NV = 2,4 ± 3,3%; d = 1,09), redução da massa gorda (VEG = -3,7 ± 6,2%, NV = -0,5 ± 6,5%; d = 0,50) e incrementos na força máxima de EJ (VEG = 23,3 ± 24,3%, NV = 13,4 ± 10,3%, d = 0,53) e de FJ (VEG = 41,3 ± 25,7%, NV = 27,5 ± 21,0%; d = 0,53). VEG e NV apresentaram melhora na composição corporal e força máxima, com tamanho de efeito moderado a alto, sugerindo que as diferenças no padrão alimentar VEG não prejudicam as adaptações ao TF.

Palavras-chave: Dieta vegetariana; Treinamento de força; Composição corporal; Força muscular.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comportamento de cargas inernas e externas de treinamento ao longo de microciclos em pacientes Pós-COVID-19: CORE-Study

AUTORES

Guilherme de Campos Pelliciar de Lima
Maria Eduarda Duzzioni
Marina Isolde Constantini
Maria Eduarda Sirydakís ; Angélica Dan-
ielewicz ; Rodrigo Sudatti Delevatti

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O estudo objetivou analisar parâmetros de carga externa e interna de treinamento ao longo de microciclos de um programa de reabilitação física em pacientes pós-COVID-19. Trata-se de um ensaio clínico de um ensaio clínico randomizado, em que pessoas que tiveram quadros moderados a graves de COVID-19 ou apresentaram COVID-longa foram submetidos a um treinamento físico multi-componente (equilíbrio, treinamento aeróbico e de força), com duração de 11 semanas, sendo uma para familiarização e dois mesociclos de 5 microciclos. O treinamento aeróbico, realizado em esteira ergométrica de maneira intervalada, teve incremento em volume entre os mesociclos 1 (15 minutos ativos) e 2 (20 minutos). No treinamento de força, foram realizados cinco exercícios usando peso corporal, elásticos e steps, com 2 séries de 12 a 15 repetições no primeiro mesociclo e 3 séries no segundo mesociclo. Foram avaliadas as médias de velocidade, distância total, repetições nos exercícios de força e Percepção Subjetiva de Esforço das sessões. Considerou-se para análise dos microciclos, a média dos valores encontrados em cada mesociclo (ex.: micro 1 = média do microciclo 1 do mesociclo 1 com o microciclo 1 do mesociclo 2). O grupo composto por 11 pessoas ($56,6 \pm 15,9$ anos; 7 mulheres) manteve a distância percorrida constante em todos os microciclos ($p = 0,431$). Já a velocidade teve uma ligeira diferença entre os microciclos 2 e 4 ($p = 0,035$). A PSE também manteve-se constante ($p = 0,323$), assim como as repetições ($p = 0,423$). Apesar de existir uma progressão considerável em volume, a carga interna e externa, apresentou comportamento constante.

Palavras-chave: Saúde; Reabilitação; Exercício físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos de um programa de treinamento isocinético de curta duração sobre variáveis neuromusculares em um atleta paralímpico de futebol de 5: um estudo de caso

AUTORES

Israel Dias Trapaga
Vithória Messa de Borba
Carlos Leonardo Figueiredo Machado
Thiago José Leonardi
Ronei Silveira Pinto

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Descrever os efeitos de um programa de treinamento de força em dinamômetro isocinético sobre o pico de torque concêntrico (PT; 60°/s) de extensores (EXT) e de flexores (FLEX) de joelho e a razão de força isquiotibiais:quadriceps (PT de FLEX/PT de EXT; I:Q) em um atleta paralímpico. Trata-se de um estudo de caso com análise descritiva. A amostra foi composta por um atleta tetracampeão paralímpico de futebol de 5 (34 anos, 68 kg). Foi realizado um protocolo bissemanal de treinamento de força em dinamômetro isocinético por 4 semanas. O protocolo de treinamento teve variação de 2 a 3 séries de 5 repetições a 60°/s e de 2 a 3 séries de 15 repetições a 300°/s para EXT e FLEX de joelho. As alterações decorrentes da intervenção foram verificadas comparando os resultados obtidos na última e na primeira semana de treinamento. Apenas o membro inferior dominante foi analisado. Observou-se incremento de 263 Nm para 278,5 Nm (+5,89%) para EXT de joelho e redução de 143,5 Nm para 138 Nm (-3,83%) para FLEX de joelho. Adicionalmente, a razão I:Q foi reduzida de 54,62% para 49,55% (-9,27%) na semana 4. O treinamento de força isocinético realizado aumentou o PT de EXT de joelho, mas diminuiu o PT de FLEX de joelho e a razão I:Q. Por fim, foi observado que a razão I:Q não alcançou o valor normativo (i.e., ≥60 %) proposto por Aagaard et al. (1998), ao longo do período de intervenção.

Palavras-chave: Futebol; Paratletas; Treinamento de força; Razão isquiotibiais:quadriceps.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito do exercício físico com restrição de fluxo sanguíneo sobre a frequência cardíaca e pressão arterial em idosos: uma revisão sistemática

AUTORES

João Mário Alencar Lopes
Ana Beatriz Chaves Vasconcelos Batista
Elohim Lima de Sousa
Carlos Eduardo Urbano da Silva
Regina Brena de Lima Costa
José Rian Rodrigues Camelo
Jefter Sobrinho Tavares
Ruan de Araujo Medeiros
Octávio Barbosa Neto

Universidade Federal do Ceará

Exercício físico (EF) com restrição de fluxo sanguíneo (RFS) vem sendo realizado em exercícios resistidos (ER) e aeróbicos (EA) e têm demonstrado resultados efetivos em idosos. Todavia, sua segurança apresenta resultados heterogêneos. Frequência cardíaca (FC) e pressão arterial (PA) sofrem influência da RFS e não se encontram totalmente elucidados na literatura. Portanto, objetivou-se verificar por meio de uma revisão sistemática, os efeitos agudos e subagudos do EA e ER com RFS sobre os desfechos da FC e PA em idosos. Na fase pré-analítica, uma busca sistemática computadorizada foi realizada de acordo com o PRISMA no PubMed, SciElo e Web of Science para o período de 2012 a 2022. Dois revisores selecionaram os artigos de forma cega e divergências na inclusão de um estudo foi sanada por um terceiro revisor. Os critérios de elegibilidade foram: 1) Ensaios clínicos randomizados no idioma inglês; 2) Avaliassem os efeitos cardiovasculares antes, durante e após a intervenção com RFS; 3) Participantes idosos de ambos os sexos e 4) Descrição metodológica completa. 2.503 artigos foram identificados, 201 excluídos por duplicatas, 2.223 pelo título e 23 pelo resumo. Dos 10 artigos elegíveis, 6 realizaram intervenção com ER, sendo que destes, cinco demonstraram aumento da FC e PA comparados ao ER sem RFS. Dos estudos com intervenção de EA (n = 3), em 2 destes não foram evidenciadas diferenças entre RFS e controle. Assim, evidências disponíveis sugerem que o ER com RFS desencadeia alterações hemodinâmicas na população idosa, enquanto em EA, não interfere nas variáveis hemodinâmicas.

Palavras-chave: Envelhecimento; Idoso; Restrição de fluxo sanguíneo; Exercícios resistidos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Diferentes volumes de treinamento em idosos: efeitos sobre força muscular e capacidade funcional

AUTORES

Joao Paulo Botero
Henrique França Rodrigues
Cassio Luiz da Silva Araújo
Wesley Alex Cardoso
Breno Quintela Farah
Wagner Luiz do Prado

Universidade Federal de São Paulo, Santos, SP.

Programas de exercícios físicos são benéficos a população idosa, porém a melhor dose-resposta para esses programas continua sendo objeto de estudo. Comparar dois volumes de treinamento na força muscular e capacidade funcional de idosos praticantes de treinamento de força terrestre e aquático. 75 voluntários (≥ 60 anos), sedentários (pelo menos 6 meses), divididos em 5 grupos experimentais: 1- grupo de treinamento de força na água 40 minutos/dia (GTA40) e 2- 20 minutos/dia (GTA20); 3- grupo de treinamento resistido terrestre 40 minutos/dia (GTr40) e 4- 20 minutos/dia (GTr20); e 5- grupo controle (GC). Os voluntários, com exceção do GC, realizaram duas sessões semanais por 12 semanas. Foram avaliadas a força de contração isométrica voluntária máxima dos membros inferiores e superiores (dinamômetro Commander Echo) e a capacidade funcional pelo teste de agilidade time Up and Go (TUG) e teste de caminhada de 6 minutos (TC6). Apenas nos dois grupos de treinamento terrestre foram encontradas diferenças significativas para os testes de capacidade funcional (TUG e TC6min), entre os momentos pré e pós-intervenção, não havendo diferenças entre os volumes [TUG: (GTr40 pré 6.84 ± 0.69 vs. GTr40 pós 4.16 ± 0.58 , $p < 0,001$) (GTr20 pré 7.08 ± 1.62 vs. GTr20 pós 5.08 ± 1.23 , $p < 0,001$); TC6min: (GTr40 pré 450 ± 48 vs. GTr40 pós 522 ± 35 , $p < 0,001$) (GTr20 pré 423 ± 46 vs. GTr20 pós 502 ± 64 , $p < 0,001$). Apenas o treinamento resistido terrestre foi capaz de promover alteração significativa na capacidade funcional, independente do volume.

Palavras-chave: Treinamento de força; Idoso; Exercício físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Eficácia terapêutica do exercício físico resistido sobre o distúrbio mineral e ósseo em pacientes renais crônicos submetidos à hemodiálise

AUTORES

Josiano Guilherme Puhle
Débora Tavares de Resende e Silva
Pâmela Letícia Weber
Alessandra Yasmin Hoffmann
Keroli Eloiza Tessaro da Silva
Angela Makeli Kososki Dalagnol
Vanessa da Silva Corralo

Universidade do Oeste de Santa Catarina, Videira, SC.

Buscou-se avaliar o efeito do exercício físico resistido (EFR) sobre o Distúrbio Mineral e Ósseo (DMO) apresentado pelos pacientes renais crônicos durante o tratamento hemodialítico. O estudo constituiu-se de abordagem intervencionista e caráter quantitativo, no qual fizeram parte 31 pacientes. A intervenção foi baseada em 36 sessões de EFR, realizados de maneira intradiálitica, com duração média de 45 minutos e a intensidade de 70% de 1RM. Foram analisados antes e após o protocolo parâmetros bioquímicos referentes ao metabolismo ósseo, por meio dos valores de Cálcio, Fósforo, 25-hidróxi-vitamina D (calcifediol) e Paratormônio (PTH). Para análise estatística foi utilizado o software Statistica 8.0 (STATSOFT) e realizados os testes de Shapiro-Wilk, o teste de Dixon e o teste de t de Student para amostras dependentes. Após a intervenção constatou-se aumento nas concentração de Cálcio (8,53 - 8,67, $p = 0,052$) e de 25-hidróxi-vitamina D (31,59 - 33,73, $p = 0,042$), concomitantemente houve diminuição nos valores de Fósforo (5,44 - 4,89, $p = 0,050$) e do PTH (198,61 - 180,41, $p = 0,043$). Apesar dos níveis séricos iniciais encontrarem-se dentro dos limites recomendáveis pelas Diretrizes Terapêuticas do DMO na Doença Renal Crônica (DRC), elaboradas pelo Ministério da Saúde em 2022, o exercício físico resistido impactou positivamente na regulação dos níveis séricos minerais e de seus hormônios. Conclui-se que o exercício físico resistido é uma abordagem terapêutica a ser adotada para o incremento e melhora do tratamento hemodialítico, tendo em vista a modulação do DMO e conseqüentemente na diminuição de condições associativas à DRC.

Palavras-chave: Insuficiência Renal Crônica; Exercício Físico; Osteodistrofia Renal.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Os efeitos de um programa de exercício físico remoto na força e flexibilidade de mulheres sobreviventes de câncer de mama durante a pandemia da COVID-19

AUTORES

Jule Pires Amaral
Jean Augusto Coelho Guimarães
Aline Rachel Bezerra Gurgel
Christian Klausener
Christina May Moran de Brito
Patrícia Chakur Brum

Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.

Apontar o efeito de um programa de treinamento físico remoto e multicomponente nas variáveis força e flexibilidade em sobreviventes de câncer de mama. Procedimentos metodológicos: Estudo transversal, composto por 28 mulheres integrantes do Projeto Remama-On da USP, sobreviventes de câncer de mama (idade $58,5 \pm 6,4$ anos, 75Kg , $1,60\text{m}$ e $29,3 \text{ Kg/m}^2$), que se exercitaram em um programa de treinamento físico remoto multicomponente, 1 hora duração, 2 vezes por semana, na pandemia da COVID-19. Para averiguar a eficiência da proposta, os seguintes testes adaptados ao modelo remoto (Senior Fitness Test) foram realizados entre abril e julho de 2021, pré e pós-intervenção: teste da força em membros superiores (MMSS), o teste de flexão de cotovelo, para força de inferiores (MMII), o teste de sentar e levantar e para flexibilidade, o teste de ponta dos dedos no chão. Realizou-se estatística descritiva, Teste-T pareado e McNemar ($p < 0,05$). Para os testes de força, as médias pré e pós foram $18,1 \pm 4,6$ e $19,7 \pm 4,3$ para MS direito, $17,8 \pm 4,3$ e $19,9 \pm 4,1$ para MS esquerdo, $16,7 \pm 4,4$ e $16,8 \pm 4,3$ para MMII e, 14 e 14 integrantes não encostaram a ponta dos dedos no chão. Houve aumento significativo da força de MMSS tanto direito ($p = 0,04$) quanto esquerdo ($p = 0,00$) e não houve diferença da força de MMII ($p = 0,96$) e da flexibilidade ($p = 1,00$). O treinamento físico remoto, utilizado como estratégia durante a pandemia da COVID-19, mostrou-se eficiente na manutenção e ganho de variáveis fisiológicas a sobreviventes de câncer de mama, merecendo estudos e investigações futuros.

Palavras-chave: Exercícios Físicos; Câncer de mama; COVID-19; Força; Flexibilidade.

Apoio: Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde, Universidade de São Paulo - USP, Faculdade de Medicina da USP - FMUSP, Instituto do Câncer do Estado de São Paulo- ICESP, Escola de Educação Física e Esportes da USP - EEFEUSP, Centro de Práticas Esportivas da USP - CEPEUSP.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos crônicos de diferentes intensidades do treinamento de potência sobre a potência muscular em idosos: uma revisão sistemática com metanálise

AUTORES

Marcelo Bandeira-guimarães

Eduarda Blanco-rambo

Alexandra Ferreira Vieira

Mikel Lopez Sáez de Asteasu ; Ronei

Silveira Pinto

Mikel Izquierdo ; Eduardo Lusa Cadore

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O treinamento de potência (TP) tem se mostrado eficaz para melhorar parâmetros da função neuromuscular de idosos, como a potência muscular, indispensável para a manutenção da capacidade funcional no envelhecimento. Entretanto, não está claro como a intensidade do TP afeta a magnitude dessas mudanças. Comparar através de uma revisão sistemática com metanálise os efeitos do TP de intensidade baixa-moderada (20-50%1RM) e de alta intensidade (70-80%1RM) na potência muscular em idosos. Foram incluídos ensaios clínicos randomizados que compararam os efeitos de diferentes intensidades (baixa-moderada versus alta) do TP na potência muscular em idosos. A busca foi realizada no PubMed, LILACS, Embase e Scopus. Dois investigadores independentes realizaram a seleção dos estudos e a extração dos dados. Os dados foram analisados usando diferenças médias padronizadas (SMD) com um intervalo de confiança de 95% (CI). Os cálculos foram realizados com modelos de efeitos aleatórios. A significância adotada foi de 5%. Foram incluídos na análise 136 participantes de dois estudos com alta qualidade metodológica que avaliaram a potência muscular nos exercícios leg press e extensão de joelhos. Não houveram diferenças significativas entre diferentes intensidades de TP nos ganhos de potência nos exercícios leg press [SMD = 0,235 (95% CI: -0,144, 0,614), $p = 0,223$] e extensão de joelhos [SMD: 0,016 (95% CI: -0,362, 0,395), $p = 0,932$]. O TP realizado em intensidade baixa-moderada induz ganhos de potência nos exercícios leg press e extensão de joelhos semelhantes ao de alta intensidade em idosos.

Palavras-chave: Envelhecimento; Treinamento de força; Exercício físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos de 24 semanas de treinamento combinado na qualidade de vida, na qualidade do sono e nos sintomas depressivos de adultos e idosos pós-infecção por COVID-19: CORE Study

AUTORES

Maria Eduarda de Moraes Sirydakís
Angelica Danielevicz
Paulo Gama de Melo
Juliane Bregalda
Aline Mendes Gerage
Rodrigo Sudatti Delevatti

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar os efeitos do treinamento físico na qualidade de vida, na qualidade do sono e nos sintomas depressivos de adultos e idosos pós-infecção por COVID-19. Ensaio clínico randomizado, com um grupo intervenção (GI) (treinamento combinado com duração de 24 semanas) e um grupo controle (GC) (recomendações para a prática de atividade física). Os participantes são adultos e idosos, de ambos os sexos, que foram infectados por COVID-19 moderada a grave. O treinamento combinado (aeróbico e força) foi dividido em fase 1 (frequência de duas vezes por semana) e em fase 2 (frequência de três vezes por semana). A intervenção teve uma semana de familiarização e cinco mesociclos com progressão em volume (fase 1) e intensidade (fase 2). Os desfechos qualidade de vida (QV), sintomas depressivos (SD) e qualidade do sono (QS) foram avaliados no baseline, na 12ª e 24ª semana. Para análise dos dados, foi utilizado o teste Equações de Estimativas Generalizadas, com post-hoc de Bonferroni, $\alpha = 0,05$. Quarenta sujeitos ($52,50 \pm 12,93$ anos) compuseram a amostra. Observou-se melhora apenas no GI para QV ($p = 0,033$) e QS ($p = 0,030$): QV GI-pré: $10,70 \pm 0,77$, pós: $8,31 \pm 0,81$, $p < 0,001$; GC-pré: $10,11 \pm 0,81$, pós: $9,91 \pm 1,13$, $p = 0,832$; QS GI pré: $8,48 \pm 0,95$, pós: $5,67 \pm 0,91$, com $p < 0,001$; GC pré: $7,00 \pm 1,04$, pós: $7,10 \pm 1,26$, com $p = 0,932$. Observou-se melhora em ambos os grupos (efeito tempo: $p = 0,018$) para SD: GI pré: $8,89 \pm 1,14$, pós: $6,00 \pm 1,52$, com $p = 0,035$; GC pré: $9,06 \pm 1,68$, pós: $6,56 \pm 1,93$, com $p = 0,169$. O treinamento físico foi superior na melhora da QV e QS e ambas as abordagens (recomendações de atividade física e treinamento físico) parecem reduzir os sintomas depressivos.

Palavras-chave: COVID-19; Qualidade de vida; Qualidade do sono; Treinamento físico.

Apoio: UNIEDUPPGEF/UFSC.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comportamento da carga externa e interna em um programa de treinamento de adultos e idosos que foram infectados por COVID-19 (CORE-study)

AUTORES

Maria Eduarda Duzzioni
Angelica Danielevicz
Maria Eduarda de Moraes Sirydakís
Marina Isolde Constantini
Guilherme de Campos Pellicari de Lima
Rodrigo Sudatti Delevatti

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar o comportamento da carga externa (CE) e interna (CI) em dois mesociclos de um programa de reabilitação (CORE-Study) pós COVID-19. Trata-se de um ensaio clínico randomizado, controlado, com um grupo intervenção que realizou treinamento físico multicomponente (equilíbrio, aeróbio e força) de 11 semanas, sendo uma semana de familiarização e dois mesociclos de cinco semanas, com progressão de volume. A amostra foi composta por homens e mulheres (> 18 anos de idade) que foram infectados por COVID-19, com quadros moderados ou graves na fase aguda da doença, ou não internados que apresentavam fadiga crônica. Foram avaliadas a CE (velocidade, distância percorrida e repetições no Sentar e Levantar) e a CI (Percepção Subjetiva de Esforço da Sessão) no mesociclo 1 e 2. Para análise dos dados, foi utilizado o teste t de student para amostras pareadas, com $\alpha = 0,05$. Participaram 11 indivíduos ($56,6 \pm 15,9$ anos; 7 mulheres). Houve um aumento significativo na distância percorrida ($p = 0,025$) no segundo mesociclo, mesmo com redução da velocidade média ($p = 0,020$). A PSE da sessão foi reduzida no segundo mesociclo ($p < 0,001$). Não houve diferença nas repetições no Sentar e Levantar. A partir da análise do treinamento, observa-se a melhora da variável da CI, demonstrando que, apesar da progressão em volume para o segundo mesociclo, a percepção de esforço para o treinamento foi menor, mesmo realizando maiores valores para distância percorrida no treinamento aeróbio e mantendo os valores médios de repetições no Sentar e Levantar.

Palavras-chave: COVID-19; Adaptação fisiológica; Treinamento físico.

Apoio: CNPq, UNIEDU, CDS/UFSC.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Recomendações de atividade física e treinamento físico melhoram de forma similar o retorno de atividades cotidianas em pacientes infectados por COVID-19: CORE-Study

AUTORES

Marina Isolde Constantini
Josiane Rodrigues
Maria Eduarda de Moraes Sirydakís
Angelica Danielevicz
Douglas Silva Pires
Rodrigo Sudatti Delevatti

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O objetivo é comparar o efeito entre um treinamento físico multicomponente e recomendações de atividades físicas no retorno das atividades cotidianas prejudicadas pós infecção por COVID-19. Trata-se de um ensaio clínico randomizado controlado com dois braços: Grupo Intervenção (GI) com treinamento físico reabilitativo multicomponente (equilíbrio, treinamento aeróbico e de força) com progressão de carga e Grupo Controle (GC) recebendo em uma sessão presencial recomendações de atividade física a partir do Guia de Atividade Física para a População Brasileira. Os participantes que estiveram internados em estado grave ou moderados na fase aguda da doença ou que apresentassem COVID-longa foram avaliados nos momentos pré, 12 e 24 semanas após o início da intervenção, com a Escala Funcional Específica do Paciente, sendo 1 “incapaz de realizar a atividade” a 10 “capaz de realizar a atividade no mesmo nível que antes do problema”. Para análise, foi considerada a soma das pontuações encontradas nas mesmas atividades listadas nos três momentos. A análise foi feita por equações de estimativas generalizadas, $\alpha = 0,05$. Participaram 29 adultos e idosos ($52,06 \pm 13,92$ anos, 16 mulheres). Os grupos não apresentaram diferença na linha de base ($p > 0,05$) e ambos melhoraram ao longo do tempo ($p < 0,05$), GI: pré $15,00 \pm 1,84$, 12 semanas $20,65 \pm 0,00$, 24 semanas $22,47 \pm 0,00$; GC: pré $10,67 \pm 1,49$, 12 semanas $17,25 \pm 0,00$, 24 semanas $22,50 \pm 0,00$. Assim, os dois grupos, independente da intervenção, apresentaram menor dificuldade em realizar atividades importantes elencadas por eles ao longo de 24 semanas.

Palavras-chave: Exercício Físico; COVID-19; Reabilitação; Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Interesse dos discentes e abordagem do conteúdo musculação em aulas de educação física de um colégio de Guanambi-Bahia

AUTORES

Suzi Silva Santana
Ronei Batista Lobato
Daniel de Jesus Torres
Fábio Tomaz Melo
Victória Silva Midlej
Marijunio Rocha Pires

Universidade do Estado da Bahia-Campus XII,
Guanambi, BA.

Verificar se o conteúdo musculação tem sido abordado nas aulas de educação física de um colégio público de Guanambi e o interesse dos discentes por aulas envolvendo esse conteúdo. Foi uma pesquisa quantitativa, transversal e descritiva, realizada em um colégio público de Guanambi-Bahia, no ano 2022, em amostra de 77 estudantes de ambos os sexos, dos turnos diurno e noturno, com idade igual ou superior a 18 anos, sendo a maioria das turmas (64,3%) dos terceiros anos. Para coleta de dados utilizou-se um questionário estruturado elaborado pelos autores, aplicado no colégio por meio de envio de QR-Code ou link de acesso. As variáveis de estudo foram: interesse dos discentes sobre o conteúdo, abordagem do conteúdo musculação nas aulas de educação física e inserção desse conteúdo em aulas práticas. Os dados foram digitados no programa Microsoft Office Excel® 2016, e as análises estatísticas realizadas no software SPSS for Windows® versão 20.0. Estudo aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisas da UNEB com CAAE: 60627522.1.0000.0057 e nº. de parecer 5.679.187. 51,9% tiveram o conteúdo musculação nas aulas de educação física, 5,2% não tinham interesse em aulas com esse conteúdo, 3,9% dificilmente praticaria, 16,9% talvez participaria e 74% praticaria. A musculação é pouco explorada no ensino médio, mas é notável o interesse da maioria vivenciá-la em aulas. Portanto, a sua ampla divulgação poderá evitar que muitos jovens busquem essas práticas sem auxílio profissional fora do colégio, evitando lesões e outros problemas decorrentes da falta de informação.

Palavras-chave: Treinamento de força; Saúde; Escola; Ensino.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Ganho de força de core de um indivíduo com lesão medular torácica, através de treinamento multimodal pelo período de 5 meses

AUTORES

Thays Campos de Lima

Acreditando Centro Integrado, São Paulo, SP.

Investigar os efeitos do treinamento multimodal, incluindo treinamento de força, na função e habilidade motora do core. Amostra: Homem de 21 anos, LM crônica nível T4 AIS C incompleta, submetido à treinamento multimodal 2 vezes na semana, 2 a 3 horas por dia. Principais variáveis: Escala de Desempenho Tóraco-lombar Principais resultados: A escala de desempenho tóraco-lombar avalia 10 movimentos nas posições de supino, prono, sentado e ortostatismo, pontuando a tarefa de 0 a 5. Obtiveram aumento em sua pontuação 5 tarefas: rotação de tronco, de 2, direito, e 1, esquerdo, para 3 em ambos lados; supino para sentado, de 1 para 2; postura sentada, de 4 para 5; extensão de tronco sentado, de 2 para 4; equilíbrio sentado, de 3 para 5. Nenhuma tarefa teve queda de desempenho. Após 5 meses iniciais de intervenção, o método de treinamento foi mantido por mais 6 meses. Na reavaliação final do indivíduo, todas as melhoras se mantiveram e a tarefa de elevação da pelve passou de 3, direito, e 2, esquerdo, para pontuação 4 em ambos os lados. Após uma LM o controle postural pode sofrer alterações e implicar na funcionalidade do indivíduo, como pela adoção de posturas compensatórias e dificuldades em alcances cotidianos. Portanto é de extrema importância saber que o treinamento multimodal composto por exercícios de ativação neuromuscular abaixo do nível da lesão, associação de eletroestimulação e treino locomotor com auxílio manual, possibilita a melhora e a manutenção do controle de tronco e das forças musculares envolvidas.

Palavras-chave: Lesão medular; Treino multimodal; Core; Treinamento de resistência; Controle postural.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O comportamento da pressão arterial e da frequência cardíaca de uma gestante hipertensa antes e após uma sessão de treinamento de força: um relato de caso

AUTORES

Valéria Jardim Pires
Camila Miranda
Yasmin Bortoli Führ
Bruna Sacchi Fraga
Andressa Martins e Silva
Ana Carolina Kanitz

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Avaliar o comportamento da pressão arterial (PA) e da frequência cardíaca (FC) de uma gestante hipertensa antes e após uma sessão de treinamento de força em comparação a uma controle normotensa. Foram avaliadas duas gestantes (39 anos e 31 semanas gestacionais), uma com hipertensão arterial diagnosticada (GH) e outra normotensa (GN). Foi realizada uma sessão de treinamento de força e uma sessão controle. A sessão de exercício, de 45 minutos, foi realizada com exercícios de fortalecimento muscular e a intensidade foi mantida em moderada (13-14) de acordo com a Escala de Percepção de Esforço de Borg (6-20). A PA e a FC foram avaliadas nos momentos: pré, imediatamente após e 30 minutos após a sessão. Os valores de FC se comportaram de maneira semelhante entre as gestantes nos momentos presencial e controle, (GH: $\Delta = -3$; GN: $\Delta = -5$; GH: $\Delta = 5$ e GN: $\Delta = 0$), respectivamente. Na sessão de exercício a GH apresentou os seguintes valores nos momentos pré, imediatamente após e 30 minutos após, respectivamente: 132/76; 126/83 e 128/85 mmHg ($\Delta = -4/9$). Já a GN apresentou os seguintes valores nos diferentes momentos: 102/63; 105/55 e 96/56 mmHg ($\Delta = -6/-7$). Na sessão controle, a GH apresentou os seguintes valores: 144/77; 131/88 e 139/72 mmHg ($\Delta = -5/5$); e a GN os seguintes valores: 106/64; 105/59 e 100/66 mmHg ($\Delta = -6/2$). O comportamento da PA e FC foi semelhante entre as gestantes, demonstrando uma redução da PA e uma manutenção da FC após a sessão de treinamento de força.

Palavras-chave: Gravidez; Treinamento de força; Hipertensão.

Apoio: O presente trabalho foi realizado com apoio da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, e também, da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), através de bolsa para mestrado.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos de um programa online de exercício físico sobre fadiga, cognição e ansiedade de sobreviventes do câncer de mama durante a pandemia da COVID-19

AUTORES

Victor Hugo Guesser Pinheiro
Cristine Lima Alberton
Maríndia Lacerda Fonseca
Laura dos Reis Nanini
Luana Siqueira Andrade
Stephanie Santana Pinto

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

O objetivo do presente estudo foi analisar os efeitos de um programa de exercício físico, supervisionado remotamente, sobre a fadiga relacionada ao câncer, a função cognitiva e a ansiedade em sobreviventes do câncer de mama, durante a pandemia da COVID-19. Participaram do estudo sete mulheres ($63,00 \pm 5,66$ anos) integrantes de um programa de extensão universitário. O programa de exercícios foi realizado por chamada de vídeo, durante 18 semanas (março a julho de 2021), com duas sessões semanais de 30 minutos cada. As sessões consistiram em mobilidade articular e exercícios aeróbios, força e alongamentos. As respostas de fadiga, função cognitiva e ansiedade foram mensuradas pelos questionários Piper Fatigue Scale, FACT-Cog-v3 e IDATE, respectivamente, via contato telefônico, pré e pós-intervenção. Os dados são apresentados como mediana [IIQ] e comparados pelo teste não-paramétrico Wilcoxon ($\alpha = 0,05$). Os resultados demonstraram uma melhora significativa do momento pré ($2,6 [0,0-6,0]$) para o pós-intervenção ($2,20 [0,0-4,4]$) no domínio sensorial da fadiga relacionada ao câncer ($p = 0,042$), enquanto os valores de fadiga total ($p = 0,128$), função cognitiva ($p = 0,999$), ansiedade estado ($p = 0,104$) e ansiedade traço ($p = 0,400$) foram mantidos durante a intervenção. Conclui-se que um programa de exercício físico, supervisionado remotamente e com duração de 18 semanas, melhorou os níveis da fadiga sensorial e manteve estáveis a percepção de fadiga, a função cognitiva e os níveis de ansiedade de mulheres sobreviventes do câncer de mama, durante o período de distanciamento social da pandemia da COVID-19.

Palavras-chave: Neoplasias da mama; Mulheres; Exercício físico; Fadiga; Pandemias.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos de diferentes volumes de treinamento resistido na água e na terra na arquitetura muscular e na função endotelial de idosos

AUTORES

Wesley Alex Cardoso
João Paulo Botero
Fábio Tanil Montrezol
Alessandra Medeiros
Breno Quintella Farah
Wagner Luiz do Prado

Universidade Federal do Estado de São Paulo,
Santos, SP.

Comparar os efeitos do volume de treinamento resistido (TR) na água e na terra na qualidade muscular e função endotelial de idosos. 93 voluntários (18 homens, ≥ 60 anos) foram divididos aleatoriamente em 5 grupos: TR na água 40 min/dia (GTa40), TR na água 20 min/dia (GTa20), TR terrestre 40 min/dia (GTr40), TR terrestre 20 min/dia (GTr20) e Grupo Controle (GC). Exceto o GC, os grupos seguiram um protocolo de TR, com dois volumes diferentes para cada tipo: 20 min/dia, 2x semana (abaixo das recomendações nacionais e internacionais) e 40 min/dia, 2x por semana (dentro das recomendações). Foram avaliadas a função endotelial da artéria braquial (FMD%; Peak) e a arquitetura muscular: ângulo de penação (AP), espessura muscular (EM), Intensidade Eco (ECO) do vasto lateral. observou-se redução estatisticamente significativa ($p < 0,05$ para todos) no ECO para o GTa40 (133 ± 23 vs 118 ± 17) e para o GTa20 (143 ± 12 vs. 127 ± 25) Os valores de Peak no GTa40 diminuíram ($5,0 \pm 1,2$ mm vs. $4,5 \pm 1,1$ mm) e no GTr40 ($5,7 \pm 1,2$ mm vs. $4,5 \pm 0,4$), $p < 0,05$ para todos. Não foram observadas diferenças significativas entre os grupos. O presente estudo demonstrou que o TR com volume reduzido não modificou os valores de FMD e o TR na água mostrou-se eficaz para melhorar a qualidade muscular, mesmo realizado com volume abaixo das recomendações.

Palavras-chave: Treinamento de força; Idoso; Ultrassonografia.

Apoio: Agradecimentos a Universidade Federal de São Paulo - Unifesp, Departamento de ciências humano e reabilitação em especial ao Prof. Dr. João Paulo Botero.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de divertimento de uma sessão de treinamento de força presencial e remota realizadas por gestantes

AUTORES

Yasmin Bortoli Führ
Valéria Jardim Pires
Camila Miranda
Andressa Martins e Silva
Bruna Sacchi Fraga
Ana Carolina Kanitz

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Avaliar o nível de divertimento de uma sessão de treinamento de força presencial e remota realizadas por gestantes destreinadas. Participaram 12 gestantes destreinadas com média de idade de 34 ± 4 anos e idade gestacional média de 21 ± 6 semanas. Foram realizadas duas sessões de 45 minutos de treinamento de força com intensidade moderada (13-14) segundo a Escala de Percepção Subjetiva de Esforço de BORG (6-20), sendo uma remota e uma presencial, em dias não consecutivos. O nível de divertimento foi avaliado após as sessões de treinamento utilizando o Physical Activity Enjoyment Scale (PACES) que possui pontuação de 18 a 126, sendo que maiores valores representam um maior nível de divertimento. Para a análise dos dados foi realizado o teste de Shapiro-Wilk para testar a normalidade dos dados e o teste t pareado para comparar as sessões de treinamento ($\alpha = 0.05$). Os resultados serão relatados em média e intervalo de confiança 95%. Não houve diferença significativa no nível de divertimento entre as sessões remota e presencial ($p = 0,258$), apresentando valores de 113 (-2,1 a 7,1) e 115,5 (-2,1 a 7,1) pontos, respectivamente. Conclui-se que ambas as sessões de treinamento de força apresentaram valores semelhantes entre si e próximos a pontuação máxima, indicando um bom nível de divertimento.

Palavras-chave: Treinamento de força; Gravidez; Exercício físico; Prazer.

Apoio: O presente trabalho foi realizado com apoio da Pró-Reitoria de Extensão (PROREXT) da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, e também, da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), através de bolsa para mestrado.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física para pessoas com deficiência



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O impacto da prática de rugby em cadeira de rodas na densidade mineral óssea de indivíduos com lesão da medula espinhal

AUTORES

Ana Paula Boito Ramkrapes
Bruno de Gioia Fernandes Lapa
Maria Eduarda Jacon Finotti
Pedro Godói Scolfaro
Liliane Vasconcelos
Mara Patrícia Traina Chacon Mikahil
Claudia Regina Cavaglieri

Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP.

A lesão da medula espinhal (LME) causa redução na densidade mineral óssea (DMO), que contribui para o desenvolvimento de osteoporose e aumento do risco de fraturas nessa população. A prática de atividade física tem se mostrado eficiente para o aumento da DMO nos membros superiores, mas não nos membros inferiores. : caracterizar o impacto da prática regular de RCR na DMO de corpo todo em indivíduos com LME. 13 indivíduos do sexo masculino, divididos em grupo controle sem LME e fisicamente ativos (Controle, N = 7), e LME fisicamente ativos praticantes de RCR (LME-RCR, N = 6). Foram realizadas as avaliações de DMO de corpo todo através da absorptometria de raios-x de dupla energia (DEXA). Foi realizado o teste t para amostras independentes, com dados apresentados em média \pm desvio padrão e $p \leq 0,05$. Não houve diferença estatística entre os grupos Controle e LME-RCR na DMO do braço esquerdo ($0,848 \pm 0,093$ vs $0,853 \pm 0,058$ g/cm², $p = 0,91$), braço direito ($0,889 \pm 0,107$ vs $0,888 \pm 0,064$ g/cm², $p = 0,98$), das costelas direitas ($0,776 \pm 0,092$ vs $0,761 \pm 0,035$ g/cm², $p = 0,70$), costelas esquerdas ($0,757 \pm 0,110$ vs $0,726 \pm 0,040$ g/cm², $p = 0,53$), da coluna torácica ($0,942 \pm 0,141$ vs $1,071 \pm 0,159$ g/cm², $p = 0,15$), da coluna lombar ($1,125 \pm 0,252$ vs $1,149 \pm 0,127$ g/cm², $p = 0,84$), da perna esquerda ($1,320 \pm 0,302$ vs $1,023 \pm 0,344$ g/cm², $p = 0,13$), da perna direita ($1,285 \pm 0,261$ vs $1,006 \pm 0,333$ g/cm², $p = 0,12$) e do total ($1,293 \pm 0,215$ vs $1,100 \pm 0,151$ g/cm², $p = 0,09$). Houve diferença estatísticas entre os grupos Controle e LME-RCR na DMO da pélvis ($1,302 \pm 0,294$ vs $0,876 \pm 0,144$ g/cm², $p = 0,01$). a prática do RCR impacta positivamente na DMO do corpo todo em sujeitos com LME, comparado ao grupo controle sem lesão, reduzindo o risco de osteopenia/osteoporose e fraturas nessa população, sendo necessárias políticas públicas para inclusão dessa população especial em práticas esportivas.

Palavras-chave: Lesão da medula espinhal; Rugby em cadeira de rodas; Densidade mineral óssea; Esporte paralímpico.

Apoio: Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq); Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Redução do perfil lipídico e risco cardiovascular de indivíduos com LME praticantes de rugby em cadeira de rodas

AUTORES

Ana Paula Boito Ramkrapes
Maria Eduarda Jacon Finotti
Bruno de Gioia Fernandes Lapa
Pedro Godói Scolfaro
Liliane Vasconcelos
Ivan Luiz Padilha Bonfante
Mara Patrícia Traina Chacon Mikahil
Claudia Regina Cavaglieri

Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP.

As doenças cardiometabólicas (DCM) estão entre as principais causas de morbidade e mortalidade de indivíduos com lesão da medula espinhal (LME). A prática regular de atividade física tem se mostrado eficiente para a redução do risco dessas doenças, através da diminuição do percentual de gordura corporal (%G). : comparar o perfil lipídico, o %G e o escore de Framingham em indivíduos com LME praticantes de rugby em cadeira de rodas (RCR). 15 indivíduos do sexo masculino, divididos em grupo controle sem LME e fisicamente ativos (Controle, N = 8), e LME fisicamente ativos praticantes de RCR (LME-RCR, N = 7). Foram realizadas as avaliações de %G por absorptometria de raios-x de dupla energia (DEXA), e do perfil lipídico através de coleta sanguínea. Para dados paramétricos foi utilizado o teste t para amostras independentes, e Mann-Whitney para amostras não-paramétricas, com dados apresentados em média \pm desvio padrão e $p \leq 0,05$. Não houve diferença estatística entre os grupos Controle e LME-RCR na concentração sanguínea de triglicerídeos ($86,25 \pm 51,33$ vs $78,85 \pm 32,84$ mg-dL, $p = 0,77$), de colesterol total ($160,88 \pm 39,40$ vs $147,00 \pm 39,49$ mg-dL, $p = 0,50$), de colesterol Não-HDL ($86,25 \pm 51,33$ vs $78,85 \pm 32,84$ mg-dL, $p = 0,81$), de VLDL colesterol ($18,25 \pm 7,83$ vs $17,00 \pm 4,32$ mg-dL, $p = 0,69$), de LDL colesterol ($97,13 \pm 31,23$ vs $93,71 \pm 33,34$ mg-dL, $p = 0,84$) e do %G ($25,34 \pm 6,55$ vs $31,00 \pm 3,51$ %, $p = 0,36$). Houve diferença estatísticas entre os grupos Controle e LME-RCR no escore de Framingham ($1,35 \pm 0,00$ vs $3,36 \pm 0,02$ %, $p = 0,04$), mas ambos foram considerados de baixo risco, e no colesterol HDL ($45,50 \pm 6,95$ vs $36,28 \pm 5,71$ mg-dL, $p = 0,01$). a prática regular de RCR em lesados medulares impacta positivamente no perfil lipídico, no %G e torna baixo o risco de desenvolvimento de DCM em 10 anos. Assim, políticas públicas que aumentem a inclusão dessa população especial em práticas esportivas tornam-se necessárias para saúde e diminuição do risco de mortalidade.

Palavras-chave: Lesão da medula espinhal; Risco cardiovascular; Perfil lipídico.

Apoio: Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq); Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Os determinantes sociais de saúde na vida de pessoas com deficiência: uma revisão de escopo da literatura

AUTORES

Beatriz Dittrich Schmitt
Júlia da Silveira
Ricardo Roberto de Oliveira
Bruna Barboza Seron

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

A saúde é produzida socialmente por meio da aquisição de domínios socioeconômicos, culturais e ambientais, denominados Determinantes Sociais de Saúde (DSS). : Analisar a produção de conhecimento sobre DSS em pessoas com deficiência. Procedimentos Metodológicos: Trata-se de um estudo de revisão de escopo nas bases de dados Eric, PubMed e Science Direct. Na busca foram incluídos artigos originais sobre DSS em pessoas com deficiência (física, intelectual, auditiva, visual, transtorno do espectro autista e deficiências múltiplas) em português, inglês ou espanhol. Entre 2013 e 2022 foram identificados 1.252 artigos. Desses, 29 foram analisados. Foram excluídos 1.223 por não atenderem aos critérios ou duplicata. Para análise, os artigos foram categorizados conforme as camadas do modelo teórico de Dahlgren e Whitehead (1991): Estilo de Vida dos Indivíduos; Redes Sociais e comunitárias; Condições de Vida e de Trabalho; Condições Socioeconômicas, Culturais e Ambientais Gerais. Há predomínio de pesquisas aplicadas em pessoas com deficiência intelectual (n = 13; 44,8%). Poucos estudos contemplam crianças e/ou adolescentes (n = 4; 13,8%). Geralmente entrevistam pais e/ou profissionais (n = 16; 55,2%) em detrimento de pessoas com deficiência (n = 2; 6,9%). Os resultados indicaram que pessoas com deficiência sofrem negligência com acessos e participações sociais e coletivas, que são essenciais na produção da saúde (exemplo: votação e campo de trabalho). Ainda, foi apontado que o acesso à educação reforça as possibilidades de trabalho formal, bem-estar e qualidade de vida. Os DSS em pessoas com deficiência parecem ser precários, uma vez que direitos e acesso são negados, resultando em produções insuficientes de saúde.

Palavras-chave: Determinantes sociais de saúde; Direitos; Pessoas com deficiência.

Apoio: Agradecimento ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina e ao Fundo de Apoio à Manutenção e ao Desenvolvimento da Educação Superior (FUMDES/UNIEDU) pela concessão de bolsas de estudo.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Dança brasileira online e pessoas com doença de parkinson: efeitos na qualidade de vida durante a pandemia da COVID-19

AUTORES

Carlos Cristiano Espedito Guzzo Junior
Eliamary Cristiane Teixeira da Silva
Mariana Wolfenbuttel
Isadora Loch Sberghen
Marcela dos Santos Delabary
Aline Nogueira Haas

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

A pesquisa buscou compreender quais os efeitos de um protocolo de dança Brasileira online na qualidade de vida (QV) de pessoas com Doença de Parkinson (DP) durante a pandemia da COVID-19. Participaram do estudo 17 pessoas diagnosticados com DP, sendo 71% do sexo feminino e 29% do sexo masculino com idade entre 62 e 78 anos, tempo da doença de 7 ± 5 anos. Os participantes foram avaliados em três momentos: pré-intervenção, pós-intervenção (24 sessões) e após um mês para o período de follow-up. As aulas foram realizadas duas vezes por semana durante 12 semanas, com duração de 60 minutos cada. A QV foi avaliada usando o instrumento PDQ-8 (Parkinson Disease Questionnaire-8), onde são avaliados oito domínios: mobilidade, atividades de vida diária, bem-estar emocional, estigma, apoio social, cognição, comunicação e desconforto corporal. A análise estatística foi realizada usando as Equações de Estimativas Generalizadas, com aplicação post-hoc de Bonferroni. Os dados foram analisados usando o Statistical Package for the Social Science (SPSS) versão 20.0, com um nível de significância $\alpha = 0,05$. Houve diferença significativa nos domínios desconforto corporal ($p = 0,009$) no momento pré período de intervenção e na função estigma ($p = 0,003$) no período follow-up. Nos demais domínios não houve diferença significativa. A intervenção de dança Brasileira online mostrou-se como uma forma de atividade física complementar para pessoas com DP, possibilitando a melhora de alguns domínios da qualidade de vida.

Palavras-chave: Doença de Parkinson; Qualidade de vida; Terapia pela dança.

Apoio: Capes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Desempenho físico em atletas jovens com deficiência visual

AUTORES

Elke Lima Trigo
Andrea Somolanji Vanzelli
Ciro Winckler

Universidade Federal de São Paulo, Santos, SP.

A prática de atividade física é fator relevante a manutenção da mobilidade e saúde de jovens com deficiência visual. As restrições intrínsecas e extrínsecas podem afetar no desempenho físico. Este trabalho teve como objetivo verificar o desempenho físico de atletas jovens com deficiência visual de acordo com a idade. Participaram deste estudo 236 jovens de ambos os sexos, com deficiência visual, participantes de uma competição escolar, de 12 a 18 anos de idade. Para análise, foi calculado o índice de massa corporal (IMC) a partir da massa corporal e estatura, e realizado os testes de força de prensão manual (FPM), arremesso do medicinebol (AM), saltos squat (SJ) e contra-movimento (CMJ), e deslocamento de 30m (30m). O IMC não apresentou diferença entre faixa etária, com valores de 17,7 à 23,1kg/m². Nos testes de FPM, AM, SJ e CMJ quanto maior a idade cronológica melhor foi o desempenho, acompanhando o fator de crescimento. Porém, o teste de 30m não apresentou diferença significativa entre faixa etária. Embora a força aumente com o avanço da idade cronológica, a velocidade de deslocamento não acompanha o padrão, podendo ser resultado da limitação de mobilidade. É necessário que os jovens com deficiência visual sejam estimulados à maior autonomia pelo treinamento de orientação e mobilidade, além da participação em atividades física e esportivas que requeiram deslocamentos.

Palavras-chave: Atividade física; Força muscular; Pessoa cega; Esporte adaptado.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atletas paralímpicos e o processo (re)adaptativo pós pandemia do COVID-19: revisão de literatura sobre desafios e novos propósitos

AUTORES

Felipe Marcondes Gonçalves
Paula Teixeira Fernandes
Leonardo Cavalheiro Scarpato

Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP.

O presente estudo tem como objetivo principal especificar a doença em discussão, influência no meio paradesportivo paralímpico e protocolo de retorno à atividades esportivas presenciais juntamente ao convívio social de atletas e comissão. Com pesquisas realizadas, foi exposta uma linha cronológica e evolutiva da patologia, especificando sua transmissão, período incubatório e sequelas pós doença. Rotinas alteradas pelo cenário patológico, crise mundial e falta de estudos e conteúdos científicos sobre protocolos de retraining. É de extrema importância ressaltar que durante esse período de COVID-19, o mundo se moldou ao vírus, tendo que expor limites e regras em busca de uma taxa de infecção e contágio menor. O meio desportivo foi diretamente atingido, em uma escala maior aos atletas paralímpicos, que detém algumas comorbidades e por isso, possuem um risco maior de contágio e desenvolvimento patológico para grau mais grave. A preocupação maior é como os profissionais que estiveram à frente da retomada presencial, conseguiram de maneira eficaz, proporcionar um cenário seguro e saudável no quesito estrutural físico e psicológico dos atletas, após o COVID-19 e sua rotina de treinamento remoto sem acompanhamento presencial de seus treinadores e preparadores, e os protocolos utilizados nesse retorno visando a recuperação e o alto desempenho desses atletas. Com o aprofundamento da pesquisa encontramos uma limitação em produções científicas e literárias que indicassem um caminho efetivo para o processo de reinício e processo adaptativo pós pandemia e isolamento, fora os protocolos discutidos no Comitê Paralímpico Brasileiro e nas Confederações Paradesportivas específicas.

Palavras-chave: Esportes para pessoas com deficiência; Paradesporto; Pandemia.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Avaliação da aptidão aeróbia de atleta com lesão cerebral durante teste de 6 minutos na *Frame Running*: um estudo de caso

AUTORES

Gabriela Fischer
Pedro Henrique de Araújo
Edson Soares da Silva
Ricardo Dantas de Lucas

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

A *Frame Running* (FR) ou Petra é uma forma de corrida adaptada praticada principalmente por pessoas com lesão cerebral (LC). A FR pode ser considerada uma prática promissora de exercício físico, com possibilidades terapêuticas, esportivas e de lazer. O teste de 6 minutos realizado em pista de atletismo com a FR vem sendo utilizado para avaliar a aptidão aeróbia de crianças e adultos com LC. Portanto, o objetivo do presente estudo de caso foi avaliar a aptidão aeróbia de um atleta de FR por meio do teste de 6 min realizado com o triciclo Petra. Um atleta do sexo masculino (48 anos de idade, 176 cm, 76 kg, classe esportiva RR3) com ataxia devido lesão axonal difusa/nível 3, realizou o teste de 6 min com registro da distância percorrida (GPS TomTom Runner 2) e de variáveis cardiorespiratórias (COSMED K5, Roma, Italia). O critério para máxima aptidão aeróbia baseou-se no quociente respiratório igual ou superior a 1.10. Os resultados foram: máxima distância percorrida de 1.354 m; consumo de oxigênio de pico relativo de 32,8 mL.kg⁻¹.min⁻¹ e absoluto 2,5 L.min⁻¹ identificados nos últimos 20 segundos do teste. Concluindo, o teste de 6 minutos é uma alternativa viável para avaliar a aptidão aeróbia de atletas com LC durante a corrida na Petra. Estudos futuros com maior número amostral são necessários para correlacionar a máxima distância percorrida e o consumo de oxigênio de pico no teste de 6 minutos neste tipo de locomoção humana.

Palavras-chave: Paralisia cerebral; Atletismo paralímpico; Consumo máximo de oxigênio; Locomoção assistida; Petra.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Status funcional de pessoas com ataxia praticantes e não praticantes de atividade física

AUTORES

Gisele Francini Devetak
Juliana Alberton
Rauce Marçal da Silva
Roberta Detanico Bohrer

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR.

Considerando o conceito de saúde ampliada e a importância da prática regular de atividade física para a qualidade de vida de populações especiais, este estudo buscou identificar o status funcional de pessoas com Ataxia praticantes e não praticantes de AF. Procedimentos metodológicos: Sessenta e quatro voluntários de ambos os sexos, atendidos no ambulatório de Ataxias do Complexo Hospital de Clínicas da UFPR/EBSERH, realizaram testes funcionais e responderam a um questionário sobre sua rotina de cuidados em saúde e atividades físicas. Os participantes foram divididos em Ativos (prática de AF no tempo livre ≥ 2 vezes/semana), e Inativos. Foram comparados: idade atual, idade de início dos sintomas, sexo e pontuação na Medida de Independência Funcional (MIF) e na Escala de Equilíbrio de Berg (BERG), para identificar se tais variáveis influenciam na aderência a atividades físicas. Apesar de 93,8% dos participantes terem acesso facilitado aos serviços de saúde, 53,1% relataram passar a maior parte do dia sentados ou deitados (comportamento sedentário). Somente 23,4% reportaram praticar AF regularmente. Na comparação entre grupos, não foram encontradas diferenças estatísticas para idade atual ($p = 0,812$), idade de início dos sintomas ($p = 0,582$), sexo ($p = 0,571$), MIF ($p = 0,151$) e BERG ($p = 0,065$). Os aspectos demográficos e a condição funcional demonstraram não ser determinantes para essa população aderir à prática de atividades físicas. Percebe-se certa fragilidade no cuidado continuado e no processo de educação em saúde dessa população, com uma aparente falta de incentivo e de interesse à prática regular de atividades físicas voltadas para pessoas com Ataxia.

Palavras-chave: Promoção da saúde; Educação em saúde; Qualidade de vida.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Validação do teste de exercício de 4 segundos durante a simulação de propulsão em cadeira de rodas

AUTORES

Gustavo Henrique Costa Bezerra
Marcela Sousa de Araújo
Rosa Virginia Diaz Guerrero
Frederico Ribeiro Neto
Lauro Casqueiro Vianna

Universidade de Brasília, Brasília, DF.

A função autonômica cardíaca de pessoas com deficiência e usuárias de cadeira de rodas é pouco conhecida durante o exercício, muito provavelmente pela ausência de testes validados para esta finalidade. O objetivo do estudo foi validar um protocolo do teste de exercício de 4 segundos (T4s), utilizado para avaliação da atividade vagal cardíaca, comparando a simulação da propulsão em cadeira de rodas (SPCR) aos protocolos original e alternativo do T4s, feitos, respectivamente, em cicloergômetro de membros inferiores (CICLO) e membros superiores (EB). Os três protocolos foram realizados a partir de exercício dinâmico súbito do 4º ao 8º segundo de uma apneia inspiratória máxima de 12s, entretanto, durante a SPCR, ao invés da pedalada rápida, realiza-se movimento simulando a propulsão em cadeira de rodas. Assim, obtém-se o índice vagal cardíaco (IVC), variável adimensional, calculada pela razão entre as durações dos intervalos RRs imediatamente antes do exercício (RRB) e o mais curto durante o exercício (RRC), por meio de ECG. Dezesesseis voluntários saudáveis (8mulheres; 24 ± 4anos) foram submetidos à três repetições consecutivas dos protocolos, sendo utilizado aquele com maior IVC. Foram observadas diferenças no IVC entre EB e CICLO ($1,43 \pm 0,2$ vs. $1,50 \pm 0,18$; $p = 0,09$), EB e SPCR (vs. $1,40 \pm 0,17$; $p = 0,21$) e SPCR e CICLO ($p = 0,007$). Adicionalmente, um elevado coeficiente de correlação intraclasse foi encontrado ($r = 0,894$, $P < 0,001$) indicando excelente validade. Ademais, a validade dos valores de IVC demonstrou maior robustez nos homens ($r = 0,959$, $P < 0,001$) do que nas mulheres ($r = 0,796$, $P < 0,001$). Dessa forma, o T4s realizado durante a SPCR apresenta-se como um procedimento válido, dispensando a obrigatoriedade de cicloergômetro e favorecendo sua aplicação em cadeirantes.

Palavras-chave: Sistema nervoso autônomo; Teste autonômico; Pessoa com deficiência.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos de 6 meses de treinamento físico multimodal no desempenho de marcha de um indivíduo com Lesão Medular Incompleta

AUTORES

Heitor Trevisan
Roberta Caveiro Gaspar

Acreditando Centro Integrado, São Paulo, SP.

Analisar os efeitos do treinamento físico no desempenho de marcha em um indivíduo com lesão medular (LM) incompleta nível C8 AIS D (Asia Impairment Scale), decorrentes de um programa de 6 meses de treinamento neuromotor multimodal. Amostra: Homem de 33 anos com LM crônica nível C8 AIS D, que foi submetido a treinamento físico multimodal durante 6 meses. Meios de treinamento: Exercícios de recrutamento e adequação de tônus muscular associado à eletroestimulação nos segmentos abaixo do nível da lesão; exercícios reproduzindo isoladamente as fases da marcha humana e treinamento locomotor em andador convencional e esteira. As atividades propostas tinham duração de 30 minutos com intensidade variada, realizadas num período total de duas horas por dia, duas vezes na semana. Variáveis analisadas: Teste de 10m (TC 10 m) em velocidade rápida; Timed Up and Go (TUG); Spinal Cord Injury - Functional Ambulation Inventory (SCI-FAI). O TC10m apresentou mudança de 0,7m/s (MDC = 0,13m/s [Lam et al, 2008]), no teste de TUG apresentou 28s de redução (MDC = 10.8s [Lam et al, 2007]), e a escala SCI-FAI apresentou melhora de 4 pontos, totalizando 25 pontos (MDC = 1.9 pontos [Lam et al, 2008]). Com base nos resultados das avaliações realizadas, foi possível observar mudanças frente ao desempenho de marcha após treinamento neuromotor multimodal em um indivíduo com LM incompleta crônica nível C8 AIS D.

Palavras-chave: Medula espinal; Deambulação; Análise da marcha; Teste de marcha; Treinamento de resistência.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Mudanças na composição corporal e força muscular em indivíduo com Lesão Medular Incompleta após programa de treinamento resistido

AUTORES

Heitor Trevisan
Roberta Caveiro Gaspar

Acreditando Centro Integrado, São Paulo, SP.

Analisar os efeitos de seis meses de um programa de treinamento resistido na composição corporal e força muscular em indivíduo com LM incompleta nível C8 AIS D. Amostra: Homem de 33 anos com LM incompleta crônica de nível C8 AIS D, submetido ao treinamento resistido duas vezes na semana por 1 hora. Principais variáveis: Testes de adipometria e perimetria (cm) para analisar a composição corporal; Teste de predição de RM para avaliar a força muscular de MMSS. Principais resultados: Redução de 4,1 Kg no peso corporal total, redução de 1.6% de gordura, além da média de 1cm na redução da perimetria para todos os segmentos de MMSS e MMII, com redução significativa da circunferência de cintura (97 > 94), tórax (104 > 100), e abdômen (105 > 99). Referente aos testes de força apresentou aumento nas cargas previstas de cada exercício, sendo: 29,2% na remada aberta pronada no cabo; 17,5% supino reto guiado; 35% na elevação lateral; e 9% na extensão de cotovelos com cabo. Levando em consideração todos os processos fisiológicos e limitações decorrentes da lesão medular, houve melhoras significativas no ganho de massa e força muscular, além da redução de peso corporal total e percentual de gordura. Entretanto, devido às variáveis presentes durante o estudo e um único indivíduo para a amostra, novos estudos se fazem necessários.

Palavras-chave: Medula; Lesão; Treinamento de resistência; Coluna vertebral; Força muscular.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Capacidade funcional e atividade física de adultos com síndrome de down moradores de Pelotas/RS

AUTORES

Jennifer Rodrigues Silveira

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS

Dentre as características da Síndrome de Down (SD), está a capacidade funcional (CF) reduzida. A CF está relacionada com aspectos físicos, cognitivos e emocionais do indivíduo que quando prejudicada limita a realização de atividades de vida diária e atividades intervenientes de vida diária. verificar a associação da atividade física (AF) com melhores índices de capacidade funcional de adultos com SD moradores da cidade de Pelotas/RS. Trata-se de um estudo transversal. A CF foi avaliada a partir da bateria de testes proposta por Silveira (2019), composta por sete testes de CF e um escore final baseado no resultado das sete avaliações. A AF foi verificada pela segunda versão do questionário global de atividade física (GPAQ), foram considerados ativos indivíduos que atendiam a recomendação da OMS de 150 minutos semanais de AF. O teste T-Studente para amostras independentes foi utilizado para verificar associação entre as variáveis. Foram avaliadas 38 pessoas com SD com idades entre 18 e 59 anos. Cerca de 85,4% (n = 32) dos avaliados foram considerados inativos. Em relação ao escore de CF a média encontrada foi de 81,48 (Dp = 24,29) com valor mínimo de 41,51 e máximo de 135,02, quanto menor o escore melhor a CF do indivíduo. O teste T-Studente mostrou que indivíduos fisicamente ativos estão associados a melhores resultados de CF (p < 0,00). a atividade física pode auxiliar na melhora da independência e autonomia de pessoas com SD.

Palavras-chave: Síndrome de down; Capacidade funcional; Atividade física.

Apoio: Agradeço ao meu eterno orientador Alexandre Carriconde Marques (Sapinho).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre escolaridade e atividade física de lazer em adultos com síndrome de down

AUTORES

Mateus dos Santos Lima
Gabriel Gustavo Bergmann
Viktória Fernandes Nascente
Thomas Brum Cleff
Patrick Costa Ribeiro Silva
Thábata Viviane Brandão Gomes

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

A prática de atividade física (AF) deve ser um hábito para todas as pessoas durante todo o ciclo de vida, incluindo as pessoas com síndrome de Down. O presente estudo teve como objetivo investigar a associação entre o nível de escolaridade e o nível de AF de lazer de pessoas com síndrome de Down. Participaram do estudo 20 adultos (8 mulheres e 12 homens) com síndrome de Down, com idade média de 25,8 anos, todos participantes do projeto de extensão Carinho Down-Dança, da ESEF-UFPel. Uma anamnese foi utilizada para a identificação da escolaridade e para o nível de atividade física foi aplicado o IPAQ versão longa sendo analisado apenas o domínio de lazer (AF de recreação, esporte, exercício e de lazer). As informações foram fornecidas pelos responsáveis dos participantes. A análise de qui-quadrado não registrou associação significativa entre os participantes considerados ativos e os irregularmente ativos para as categorias: a) Não estudou / Fundamental em curso: 71% ativos ($X^2 = 1,29$ $p = 0,257$); b) Fundamental completo / Ensino Médio em curso: 60% ativos ($X^2 = 0,2$ $p = 0,655$); e c) Médio completo / Superior completo ou em curso: 87,5% ativos ($X^2 = 0,5$ $p = 0,480$). Uma possível explicação é a participação no projeto de extensão, que permite maior envolvimento em um contexto sociocultural permeado pela prática de atividade física. É importante ainda destacar que o tamanho da amostra pode ter influenciado os resultados. Futuros estudos podem investigar uma amostra maior de adultos com síndrome de Down que não estão envolvidos com prática regular de atividade física.

Palavras-chave: Atividade Física; Síndrome de down; Escolaridade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análise do custo energético da Frame Running em atleta com Lesão Cerebral: um estudo de caso

AUTORES

Pedro Henrique de Araújo
Edson Soares da Silva
Ricardo Dantas de Lucas
Gabriela Fischer

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

A Frame Running (FR) ou Petra é um dispositivo de locomoção assistida, voltado para pessoas com dificuldades na locomoção, similar a um triciclo, porém a propulsão é realizada similarmente à corrida. A FR vem sendo usada para locomoção, lazer ou competição. Contudo, ainda não se conhece a demanda metabólica desta atividade. Portanto, o objetivo do presente estudo foi analisar o custo energético da FR em um indivíduo com Lesão Cerebral (LC). Participou do estudo um atleta do sexo masculino (48 anos de idade, 176 cm, 76 kg, classe esportiva RR3) com ataxia. Foram realizados em uma pista de atletismo, 3 testes de corrida com a FR, durante 5 minutos cada, com velocidades submáximas fixas (10, 11 e 12 km.h⁻¹) em ordem randomizada. A obtenção do VO₂ e demais variáveis cardiorespiratórias foi realizada a partir de um espirômetro portátil (K5, Cosmed, Roma, Itália). O custo energético foi considerado a quantidade de energia para transportar 1 kg de massa corporal por 1 metro de distância. Foi observado valores de custo energético de 1,94, 1,95 e 2,11 J.Kg.m⁻¹, durante as respectivas velocidades de 10, 11 e 12 km.h⁻¹. É possível observar valores aproximadamente 50% menores do custo energético comparado aos valores de custo de corrida livre de pessoas sem deficiência (4 J.Kg.m⁻¹). O que poderia explicar este achado é a característica inerente à Petra de sustentação de grande parte da massa corporal, pelo selim do triciclo, aumentando assim a eficiência energética.

Palavras-chave: Paralisia cerebral; Fisiologia; Locomoção.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Variáveis de caracterização influenciam mudanças no controle postural de pessoas com doença de Parkinson após programa de exercício físico

AUTORES

Pedro Paulo Gutierrez
José Angelo Barela
Gabriel Antonio Gazziero Moraca
Vinicius Cavassano Zampier
Lilian Teresa Bucken Gobbi (in Memoriam)
Diego Orcioli-silva

Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, SP.

Programas de exercício físico (PEF) podem apresentar efeitos positivos no controle postural (CP) de pessoas com doença de Parkinson (DP). Entretanto, esses possíveis efeitos podem variar de acordo com características individuais, sendo importante um melhor aprofundamento sobre esse aspecto. Identificar variáveis de caracterização relacionadas com o desempenho do CP após PEF em pessoas com DP. Dezesesseis pessoas com DP participaram de um PEF multimodal, durante 3 meses, constituído de exercícios de força, equilíbrio, agilidade e flexibilidade. Variáveis de caracterização (sexo, idade, avaliações clínicas e cognitivas) foram obtidas antes do PEF. A avaliação do CP foi realizada antes e após o PEF, com o participante instruído a permanecer em pé sobre uma plataforma de força, em 3 condições experimentais: bipodal com olhos abertos e fechados, e em posição tandem com olhos abertos. Três tentativas de 30s foram registradas para cada condição e o delta (pós - pré-treino) foi calculado para os parâmetros do centro de pressão (CoP). Análises de Spearman indicaram correlação positiva entre idade e velocidade médio-lateral ($p = 0,030$) e entre subtipo da DP e área do CoP ($p = 0,046$) na condição de olhos fechados; entre o estagiamento da DP e root mean square (RMS) anteroposterior ($p = 0,041$), e entre cognição e velocidade médio-lateral ($p = 0,018$) na condição tandem. Sexo apresentou correlação negativa com deslocamento médio-lateral ($p = 0,003$), velocidade médio-lateral ($p = 0,011$), RMS médio-lateral ($p = 0,003$) e área do CoP ($p = 0,017$) na condição de olhos fechados. Variáveis de caracterização influenciam mudanças no CP em condições desafiadoras em pessoas com DP após PEF.

Palavras-chave: Doenças neurodegenerativas; Centro de pressão; Atividade Física.

Apoio: FAPESP.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Barreiras para a atividade física: a percepção por pessoas com deficiência

AUTORES

Rafaela Müller Fidencio
Luciana Erina Palma
Daniela Lopes dos Santos
João Vitor Zibell
Verônica Rufino Dornelles
Nicanor da Silveira Dornelles

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

Os benefícios de um estilo de vida ativo são evidentes, em todos os tipos de populações. Entretanto, a prevalência do sedentarismo continua elevada no mundo todo. Por isso, as barreiras percebidas para a prática de atividades físicas (AF) têm sido bastante estudadas. Assim, o objetivo deste estudo foi descrever as barreiras percebidas por pessoas com deficiência, para a prática de AF. Fizeram parte do estudo 47 indivíduos de ambos os sexos, com idade média de $25,32 \pm 14,30$ anos, participantes do Festival Paralímpico/2022 na Universidade Federal de Santa Maria. Para a coleta de dados foi utilizada a escala de percepção de barreiras proposta por Martins e Petroski (2000) adaptada. Foram percebidas, em média, 6,96 barreiras de um total de 20 que compõem o instrumento. As barreiras mais citadas foram “falta de equipamento disponível” (63,83%), “falta de espaço disponível para a prática” (59,56%) e “falta de acessibilidade nos ambientes de atividade física” (55,32%). As menos citadas foram “preocupação com a aparência durante a prática” (8,5%), “tarefas domésticas” (17,02%) e “falta de interesse em praticar” (19,15%). Conclui-se que as pessoas com deficiência percebem barreiras para a prática de AF, e as que mais dificultam são as relacionadas com o ambiente físico, enquanto as barreiras relacionadas com motivação e autopercepção não são muito prevalentes.

Palavras-chave: Pessoas com deficiência; Atividade física; Percepção.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de ansiedade e tensão pré-competitiva de paratletas em cadeira de rodas

AUTORES

Thiago Luis da Silva Castro
David Braga de Lima
Fernanda Matos Weber
Kamilla Brum Martins Barreto
Estefânia Lopes da Silva
Rudney da Silva

Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Investigar as características sociodemográficas, nível de ansiedade e tensão pré-competitiva de paratletas que competem em modalidades paralímpicas que utilizam cadeira de rodas. A amostra foi composta por 60 paratletas de alto rendimento praticantes de basquetebol de cadeira de rodas, handebol de cadeira de rodas, rugby em cadeira de rodas e tiro com arco. Os dados foram coletados em períodos pré-competitivos e utilizou-se os seguintes instrumentos: Ficha de avaliação dos dados sócio demográficos, clínicos e esportivos, Sport Competition Trait Anxiety Test - SCAT, para a identificação da ansiedade em competição e a Escala de Humor de Brunel - BRAMS, para avaliar nível de tensão. Utilizou-se estatística descritiva e o Teste de Kolmogorov-Smirnov no software SPSS 20.0, com um nível de significância de $p < 0,05$. Os paratletas tinham média de idade superior a 30 anos, baixo peso e em sua maioria eram do sexo masculino, além disso, os paratletas que competiam em cadeira de rodas apresentaram uma alta ansiedade e índices moderados de tensão competitiva. Com base nos resultados observados sugere-se que paratletas que competem em cadeiras de rodas tendem a apresentar maior nível de ansiedade e tensão pré-competitiva, podendo influenciar diretamente em seus resultados esportivos. Dessa forma, os achados deste estudo são capazes de contribuir diretamente na preparação mental e psicológica de paratletas de alto rendimento em períodos pré-competitivos, a fim de impactar positivamente na performance esportiva.

Palavras-chave: Paratletas; Ansiedade; Transtornos do humor.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre atividade laboral e o nível de atividade física de adultos com síndrome de down

AUTORES

Thomas Brum Cleff
Gabriel Gustavo Bergmann
Victória Fernandes Nascente
Mylena Rocha de Farias
Giulia dos Santos Silva Garcez
Thábata Viviane Brandão Gomes

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

Praticar atividade física (AF) tem sido um desafio, pois demanda destinar um tempo exclusivo para tal tarefa. Isto parece ser ainda mais difícil para os trabalhadores, que já demandam grande parcela do dia para sua atividade laboral. No presente estudo foi investigado esta hipótese para pessoas com síndrome de Down. Assim, o objetivo foi investigar a associação entre atividade laboral e o nível de AF de adultos com síndrome de Down. Vinte adultos (8 mulheres e 12 homens) com síndrome de Down, com idade média de 25,8 anos, matriculados no projeto de extensão Carinho Down-Dança, da ESEF-UFPel participaram do estudo. Uma anamnese foi utilizada para identificação de atividade laboral formal e para identificar o nível de AF foi aplicado o IPAQ versão longa, incluindo todos os domínios. Os responsáveis consentiram a participação voluntária na pesquisa, bem como forneceram as informações solicitadas. O teste qui-quadrado indicou associação significativa ($X^2 = 8,07$ $p = 0,005$), sugerindo que as pessoas que não trabalham ($n = 15$ 86,7% ativos) têm o comportamento mais associado à categoria ativa que os participantes trabalhadores ($n = 5$ 100% ativos). A confirmação da hipótese do estudo, que os trabalhadores têm menos tempo para dedicar à prática de atividade física deve ser vista com cautela, visto que a amostra pequena de trabalhadores pode ter influenciado no resultado. A ampliação da amostra poderá trazer maior solidez nos resultados encontrados na presente pesquisa.

Palavras-chave: Atividade Física; Síndrome de down; Trabalho.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Esporte e promoção da saúde



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos da estimulação transcraniana por corrente contínua na resistência de força dos membros inferiores e taxas de esforço percebido

AUTORES

Alberto Souza Sá Filho
Pedro Augusto Inacio
Eduardo Lattari
Patricia Sardinha Leonardo Lopes-martins
Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins
Sérgio Machado

Universidade Salgado de Oliveira, Niterói, RJ.

A estimulação transcraniana por corrente contínua (tDCS) parece ser uma ferramenta eficaz para melhorar o desempenho físico. Entretanto, existem inúmeras questões sobre seus efeitos nas medidas relacionadas à força e nas classificações de esforço percebido que necessitam de investigação. Nosso objetivo avaliar os efeitos da tDCS no córtex motor sobre a resistência dos membros inferiores para o movimento de salto vertical e nas classificações de esforço percebido (RPE). 10 homens praticantes de exercícios de agachamento, completaram três condições de tDCS: anódica, catódica e controle (Sham). Cada sessão de estimulação durou 20 min (2 mA). Antes e depois de cada condição de tDCS, os participantes concluíram uma tarefa de resistência de 60 seg de saltos contínuos de contra movimento. A RPE foi mensurada em todas as condições experimentais. A média de potência muscular de pico, altura de salto e tempo de contato para todos os saltos foram computados para cada avaliação. Não houve achados significativos em relação ao pico de potência muscular, altura e tempo de contato. ANOVA de medidas repetidas mostrou uma interação significativa entre a condição e o tempo (pré vs. pós-estimulação) para RPE ($p = 0,01$), significativamente inferior em comparação com as condições catódica e Sham. Além disso, a análise do tamanho do efeito indicou uma redução moderada do RPE na condição anódica ($d = 0,71$). Nossos resultados demonstram que tDCS anódica no córtex motor não pode aumentar a resistência de potência, mas pode diminuir o RPE após uma tarefa de resistência de potência.

Palavras-chave: Endurance; Performance; tDCS.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Programa híbrido de exercícios físicos minimizou a percepção de desfechos negativos de saúde relacionados à terapia oncológica em mulheres sobreviventes de câncer de mama

AUTORES

Aline Rachel Bezerra Gurgel
Jule Pires Amaral
Jean Augusto Coelho Guimarães
Christian Klausener
Christina May Moran de Brito
Patrícia Chakur Brum

Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.

Verificar os efeitos de um programa híbrido supervisionado de exercícios físicos (EF) sobre sinais e sintomas relacionados ao câncer e à terapia oncológica em mulheres sobreviventes de câncer de mama (MSCM). Procedimentos metodológicos: estudo de amostra por conveniência, transversal, conduzido com 26 mulheres com idade entre 44 e 79 anos, e em média 84 meses após o diagnóstico oncológico, participantes do programa híbrido de EF Remama Dragão Rosa. As mulheres praticaram canoagem coletiva na raia da USP em barco dragão e/ou fizeram aulas de condicionamento físico (CF) multicomponente em domicílio sendo, cada modalidade, oferecida 2x/semana, por 1h. Um questionário on-line baseado numa escala Likert foi aplicado em fevereiro de 2022 para examinar a presença de 15 sinais e sintomas autorreportados relacionados ao câncer de mama e ao tratamento, conforme diretrizes do American College of Sports and Medicine, nos períodos pré- e pós-intervenção de EF. O programa está em andamento desde 2021, sendo ministradas 111 aulas de CF até a coleta. Após participação na aula de CF número 111 (23/02/2021), com aderência de 27,5%, observou-se melhora em 14 (93%) dos desfechos autorreportados de saúde, sendo alguns dos mais relevantes: qualidade de vida (pré-EF 19%, pós-EF 81%), sintomas depressivos (pré-EF 74%, pós-EF 48%), problemas cognitivos (pré-EF 70%, pós-EF 52%) e fadiga (pré-EF 48%, pós-EF 19%). EF supervisionados foram capazes de minimizar a percepção de baixa qualidade de vida, reduzir sintomas depressivos, cognitivos e fadiga, além de outras queixas diversas. Os achados apontam a importância dos benefícios e relevância clínica de programas de EF para melhoria da qualidade de vida em MSCM.

Palavras-chave: Exercício físico; Câncer de mama; Atividade física remota; Exercício supervisionado.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A promoção da saúde na agenda retórica dos gestores das capitais das unidades federativas brasileiras

AUTORES

Ana Caroline Baleeiro Silva
Saú da Silva Souza
Sérgio Donha Yarid
Temístocles Damasceno Silva

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, BA.

Essa pesquisa tem como objetivo analisar a atenção dada à promoção da saúde na agenda retórica dos candidatos eleitos para o cargo de chefe do Poder Executivo Municipal das capitais das unidades federativas brasileiras. Trata-se de uma pesquisa exploratória, quanti-qualitativa e documental. A organização e o tratamento dos dados foram realizados com base no modelo teórico do Equilíbrio Pontuado elaborado por Baumgartner e Jones. Consequentemente, utilizou-se o livro de códigos codebook para seleção dos descritores, a saber: prevenção e promoção da saúde. Os planos de governos dos candidatos eleitos nas eleições de 2020 disponíveis no site do Tribunal Superior Eleitoral e os planos plurianuais 2022-2025 disponíveis no site das prefeituras municipais foram utilizados como indicadores de atenção ao tema supracitado. Os resultados apontaram um baixo número de menções a prevenção e promoção da saúde. O tema foi mencionado nos programas governamentais na perspectiva da prevenção do agravamento de doenças e promoção da saúde por meio da prática regular de atividade física. Na maioria dos casos, não existe uma consonância entre as menções elencadas nas eleições com o conteúdo mencionado no planejamento plurianual. Vale ressaltar que a proporção de menções a saúde não corresponde ao aumento linear da atenção a prevenção e promoção da saúde. Desta forma, concluiu-se que atenção ao tema se encontra de maneira difusa e assistemática nas agendas analisadas. Por outro lado, torna-se necessário ampliar a compreensão sobre a dinâmica política abordada com base no desenvolvimento de estudos correlatos ao processo de formação das agendas administrativa e legislativa.

Palavras-chave: Política pública; Promoção da saúde; Agenda de prioridades em saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito dose-resposta da terapia de fotobiomodulação sobre marcadores de desempenho de corrida em adultos jovens treinados: um ensaio clínico randomizado, crossover, duplo-cego

AUTORES

Ana Paula do Nascimento
Giani Alves de Oliveira
João Pedro Beguetto Bressanin
Pablo Aguirra
Cleber Ferraresi
Andreo Fernando Aguiar

Unopar, Londrina, PR.

Investigar o efeito dose-resposta da Fotobiomodulação (FBM) sobre o desempenho no teste de corrida de 5 km. Foi empregado um ensaio clínico randomizado, duplo-cego, crossover, no qual foram avaliados 18 corredores recreacionais. Os participantes foram submetidos à 5 momentos de avaliação (M1-M5), separados por um período washout de 2 semanas. No momento M1 foi realizada a coleta de dados basais e um teste de corrida de 5 km para a familiarização. Nos momentos M2-M5 os participantes receberam os tratamentos com FBM inativa (placebo), e FBM ativa (300 J, 900 J e 1260 J), de modo contrabalanceado, imediatamente antes do teste de corrida de 5 km. As doses de irradiação foram aplicadas no músculo quadríceps, isquiotibial e gastrocnêmio de ambas as pernas, por meio de um dispositivo de LEDs. As seguintes variáveis foram analisadas: tempo total e parcial de prova, percepção subjetiva de esforço (PSE) nos momentos pré, a cada 400 m e após o teste, e o nível de fadiga mental nos momentos pré e pós-teste. Não houve diferença significativa no tempo de corrida entre as condições de tratamento. O aumento da PSE durante o teste foi similar. Houve um aumento significativo da fadiga mental do pré para o pós-teste nas condições placebo, 300 J, e 900 J, sem alteração significativa na condição 1260 J. A terapia de FBM não melhorou o desempenho e a PSE na prova de 5 Km, mas atenuou o aumento da fadiga mental na dose de 1260 J.

Palavras-chave: Fototerapia; Desempenho atlético; Corrida.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos da suplementação de cafeína sobre o desempenho de cleans and jerks: uma análise de desempenho do benchmark grace da crossfit®

AUTORES

Anne Caroline de Almeida Rodrigues
Pedro Augusto Querido Inacio
Davi das Aguas Caixeta
Patrícia Sardinha Leonardo
Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins
Alberto Souza de Sá Filho

Universidade Evangélica de Goiás, Anápolis, GO.

O objetivo do presente estudo foi investigar os efeitos da ingestão de cafeína diante de uma tarefa de levantamento de pesos (Cleans & Jerks - Workout Grace®). 12 sujeitos de ambos os sexos, treinados para o alto rendimento na modalidade Crossfit, participaram do estudo. Após uma familiarização prévia com os participantes, o estudo se desenvolveu em 2 visitas distribuídas de forma randomizada em 2 procedimentos: a) 400 mg de cafeína (CAF); b) placebo (CON). Na 1ª visita, foi realizado a caracterização da amostra por bioimpedância e o primeiro teste, sendo a ordem previamente definida por sorteio (CAF ou CON). Na 2ª visita, foi realizado o segundo teste de desempenho em Clean and Jerk. O protocolo foi composto de 30 movimentos de Clean & Jerk com carga padronizada de 60kg para homens e 40kg para mulheres, com tempo limite de 8 min de execução. O comportamento da frequência cardíaca foi registrado durante todos os testes. Um teste T para amostras independentes foi realizado, adotando uma significância de $p < 0,05$. Os resultados não apresentaram diferenças significativas para a ingestão de CAF ($4,22 \pm 1,41$ min) vs. CON ($4,18 \pm 1,24$ min); ($p = 0,950$). Conclui-se que a cafeína não foi capaz de criar um cenário ergogênico de forma aguda para uma prova contrarrelógio de Clean and Jerk em indivíduos altamente treinados. No entanto, cabe ainda a exploração dessa ingestão em modelos de Workouts mais prolongados.

Palavras-chave: Suplementação; Performance; Treinamento intervalado de alta intensidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



As alterações do ângulo de fase têm relação com a força muscular em meninas praticantes de voleibol? Um estudo piloto

AUTORES

Aryanne Hydeko Fukuoka Bueno
Núbia Maria de Olivera
Nicolly Gonçalves de Oliveira
Pâmela Teodoro de Oliveira
Maria Eduarda Fernandes Leite
Ezequiel Moreira Gonçalves

Universidade Estadual do Norte do Paraná,
Jacarezinho, PR

O objetivo desse estudo foi verificar a relação do AngF com a força muscular em séries múltiplas em meninas praticantes de voleibol. Amostra foi composta por 11 meninas ($13,2 \pm 1,3$ anos; $60,2 \pm 18,4$ kg; $1,6 \pm 0,1$ m). A força foi determinada utilizando um protocolo de quatro séries, 10 repetições e um minuto de intervalo, em um dinamômetro isocinético. Para a avaliação do AngF foi utilizado um equipamento de bioimpedância, realizadas antes e após as séries. Foram calculadas as alterações ($\Delta = 4^{\circ}-1^{\circ}$ série). Foi determinado o PVC (Pico de Velocidade de Crescimento). A análise de regressão linear foi utilizada para verificar a relação entre as variáveis. O Δ AngF apresentou relações significativas com média do pico de torque ($\beta = -0,70$; $p = 0,016$) e Δ pico de torque ($\beta = 0,67$; $p = 0,024$). Quando as relações do Δ AngF com o Δ pico de torque e da média do pico de torque ($\beta = 0,53$; $p = 0,127$ e $\beta = -0,36$; $p = 0,148$, respectivamente), foram ajustados pelo PVC, não foram significativas. O PVC e Δ AngF foram os preditores mais importantes da média do pico de torque ($r^2 = 0,60$; $p = 0,003$) e Δ pico de torque ($r^2 = 0,39$; $p = 0,024$), respectivamente. As alterações do AngF apresentaram relação significativa com a força muscular determinado em séries múltiplas no dinamômetro, entretanto, os fatores maturacionais parecem interferir de forma importante na força muscular nesta população.

Palavras-chave: Impedância Bioelétrica; Voleibol; Adolescentes; Desempenho físico.

Apoio: CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física e pessoas transgênero: barreiras e facilitadores

AUTORES

Bárbara Proença Buosi
Mateus Rossato

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, AM.

A população possui barreiras e facilitadores para alcançar níveis adequados de atividade física (AF) em suas rotinas. As barreiras dificultam a participação, enquanto os facilitadores promovem a adesão à AF. Pensando na população transgênero (TG) que apresenta características específicas, tornou-se necessário identificar quais seriam esses fatores. Caracterizado como um estudo epidemiológico transversal, com coleta de 2022/2. A análise contou com estatística descritiva, análise fatorial e teste de Kaiser-Meyer-Olkin. A consistência interna da escala foi monitorada por alfa de Cronbach, demonstrando alta confiabilidade do estudo. Foi aplicado um questionário online. Participaram 28 indivíduos maiores de 18 anos, que se identificam como TG e residem no Brasil. Com as seguintes características: 50% homens transgêneros, 67,9% com idade inferior a 30 anos, 60,7% de etnia parda, 85,7% solteiros, 57,1% com ensino médio completo e 60,7% com renda de até três salários mínimos. As principais barreiras identificadas foram a falta de envolvimento dos amigos em AF, a falta de sensibilidade dos profissionais e a falta de divulgação inclusiva LGBTQ+. Por outro lado, os principais facilitadores foram o desejo de ter um corpo ativo e saudável e o apoio de amigos e familiares. Não foi observada uma relação direta entre escolaridade e renda com a adesão à prática de AF. Destacando-se assim a importância do apoio recebido de amigos, familiares e profissionais, bem como a divulgação de centros esportivos inclusivos para a comunidade LGBTQ+, a fim de promover o crescimento contínuo da prática de AF entre a população TG.

Palavras-chave: Transexual; Exercício físico; Análise fatorial.

Apoio: Gostaria de dedicar meus agradecimentos às instituições apoiadoras, com grande destaque a Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Amazonas (FAPEAM), a qual sempre deu suporte a seus pesquisadores para que tenham condições de custear e executar seus projetos, onde sem este apoio seria irreal concluir este trabalho. À Universidade Federal do Amazonas (UFAM) por oferecer ensino, estrutura e profissionais capacitados, os quais proporcionaram a mim toda experiência que obtive dentro do campus, assim como o Programa de Pós-graduação em Ciências da Saúde, o qual ofereceu apoio multidisciplinar e abriu suas portas para a pesquisa em questão.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Métodos de perda rápida de peso corporal entre atletas de kickboxing no período pré-competição

AUTORES

Beatriz de Oliveira Oshiro
Joanna Darc Luciana de Souza Almeida de Oliveira
Luiz Felipe Ravagnani de Souza
Ana Luiza de Oliveira Kida
Pedro Henrique Hernandes
Christianne de Faria Coelho-ravagnani

Universidade Federal de Mato Grosso do Sul,
Campo Grande, MS.

Atletas de kickboxing costumam perder massa corporal na pré-competição para lutar em categorias ponderais mais baixas e obter vantagens sobre oponentes. Entretanto, essa estratégia pode ser prejudicial ao rendimento e/ou à saúde dos lutadores. Conhecer as estratégias adotadas por atletas é importante para que os profissionais possam minimizar riscos e propor condutas clínicas apropriadas aos seus objetivos. Descrever os métodos utilizados para perda de peso entre atletas de kickboxing. Trata-se de estudo descritivo no qual 24 atletas homens adultos, categorias super leve (26%); médio (17%); médio ligeiro (17%); meio médio (12%); leve (8%); cruzador (8%); meio pesado (4%); pesado (4%) e super pesado (4%) responderam questionário validado sobre métodos de perda rápida de peso um dia antes da competição. As respostas “sempre” e “às vezes” foram usadas para descrever os métodos mais relatados. Utilizou-se estatística descritiva para dispor a frequência das respostas. 87% dos atletas relataram utilizar métodos para perder peso. Dentre os que “sempre” fazem, as respostas mais frequentes indicaram: realizar dieta (59%); praticar mais exercícios (59%); treinar com agasalhos (50%); jejum (42%); treinar em locais quentes (38%); diminuir líquido (37%); pular refeição (29%) e cuspir (21%). Nas afirmativas “às vezes”, as maiores prevalências foram: diminuir líquidos (42%); usar sauna (42%); pular refeições (34%) e treinar em locais quentes e com agasalhos (29%). Quase todos os atletas usam alguma estratégia rápida para perder peso no período pré-competitivo e boa parte deles adotam mais de uma estratégia, sendo algumas dessas práticas, associadas à desidratação.

Palavras-chave: Saúde; Desidratação; Peso corporal.

Apoio: UFMS, CNPq e CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS

Relato de experiência a partir da vivência dos treinamentos específicos dos goleiros da UFSM futsal



AUTORES

Braian Silveira Lima
Frederico Diniz Lima

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

Relatar a experiência a partir da vivência no projeto do UFSM FUTSAL durante a pré - temporada dos goleiros da equipe. Foi realizado um levantamento das ações que ocorreram durante a pré - temporada de uma equipe de futsal de Santa Maria/RS. A partir disso, o autor do presente trabalho realizou reflexões acerca do treinamento desenvolvido visando o aumento do desempenho, manutenção da saúde e preservação da integridade física dos atletas. A pré-temporada trata-se de um período de treinamento específico, tanto para aperfeiçoamento quanto manutenção tática, técnica e física dos atletas. O específico ocorre na primeira parte do treino, tal ação é fundamental para controle de carga, intensidade e objetivos principais do treinamento, pois esse é o momento de maior intensidade que eles encontrarão durante o treinamento. A montagem do treinamento toma como base as capacidades físicas que uma partida demanda para os goleiros, como: potência, agilidade, flexibilidade, velocidade. Com isso, pode ser realizado o controle de carga do treino e quais ações técnicas serão trabalhadas naquele dia. Eles trabalhavam três vezes na semana, dois dias com foco nas questões físicas e um na parte técnica. Com o ganho de condicionamento físico o foco se inverte. O treinamento específico é fundamental para uma boa atuação e bom desempenho dos goleiros durante uma partida, sendo ela tática, técnica e física. Além disso, uma adequada preparação pode auxiliar na preservação da integridade física dos atletas durante os jogos, bem como aprimorar capacidades físicas essenciais à saúde.

Palavras-chave: Goleiros; Futsal; Treinamentos; Capacidades físicas; Valências físicas.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Hábitos de sono, leitura, lazer ativo, lazer passivo, trabalho e deslocamento de atletas brasileiros de wushu sanda: comparações por nível competitivo

AUTHORS

Breno Berny Vasconcelos
Fabrício Boscolo Del Vecchio
Cristine Lima Alberton

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

OBJECTIVE: To describe the sleep, reading, active and passive leisure, work, and locomotion habits of Wushu Sanda athletes in the six months preceding the main competition of their careers and compare them by competitive level. **METHODS:** 97 Brazilian Wushu Sanda athletes (61 men and 36 women), 30 state-level, 34 national-level, and 33 international-level, participated in the study. Each athlete answered a questionnaire based on recall about training routine and daily habits in the six months that preceded their participation in the main competition of their careers. The questions were related to the average time spent sleeping, reading, active leisure, passive leisure, work, and locomotion to training. Data are presented as mean and standard deviation. One-way ANOVAs with Bonferroni's posthoc tests were used to compare the variables between the competitive levels, adopting an $\alpha = 5\%$. **RESULTS:** No significant differences were observed between competitive levels in sleep time (state-level: $6.7 \pm 1.07h$; national-level: $7.4 \pm 1.40h$; international-level: $6.9 \pm 1.45h$; $p = 0.313$), active leisure (state-level: $0.9 \pm 0.62h$; national-level: $0.9 \pm 0.97h$; international-level: $1.2 \pm 0.80h$; $p = 0.253$), passive leisure (state-level: $2.3 \pm 1.6h$; national-level: $2.1 \pm 1.23h$; international-level: $2.6 \pm 1.51h$; $p = 0.324$), work (state-level: $7.0 \pm 3.07h$; national-level: $5.0 \pm 3.38h$; international-level: $5.0 \pm 3.36h$; $p = 0.079$) and locomotion time to training (state-level: $30.7 \pm 28.37min$; national-level: $22.9 \pm 17.33min$; international-level: $43.0 \pm 39.94min$; $p = 0.052$). The reading time of national-level athletes ($0.7 \pm 0.61h$) was shorter than the others (state-level: $1.3 \pm 1.24h$; international-level: $0.8 \pm 0.64h$; $p = 0.021$). **CONCLUSION:** Athletes of different competitive levels of Wushu Sanda have similar sleep, active and passive leisure, work, and locomotion habit. National-level athletes read less than state and international-level athletes.

Keywords: Martial arts; Leisure activities; Functional status.

Support: This work was carried out with the support of the Coordination for the Improvement of Higher Education Personnel - Brazil (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparações de parâmetros neuromusculares entre mulheres vegetarianas estritas e não vegetarianas: um estudo transversal

AUTORES

Bruno Strey
Israel Dias Trapaga
Gabriela Lucciana Martini
Marcio Beck Schemes
Rodrigo Neske
Ronei Pinto

Universidade Federal de Ciências da Saúde, Porto Alegre, RS.

Comparar o desempenho no salto vertical com contramovimento (CMJ) e a força dos músculos extensores (EXT) e flexores (FLEX) de joelhos em mulheres vegetarianas estritas (VE) e não vegetarianas (NV). Trata-se de um estudo transversal, com amostra composta por 68 mulheres destreinadas em treino de força ($29,6 \pm 4,1$ anos), com padrão alimentar VE ($n = 35$) ou NV ($n = 33$) nos 6 meses anteriores ao estudo. Utilizando um dinamômetro isocinético, o pico de torque (PT) concêntrico e excêntrico de FLX e concêntrico de EXT de joelho do membro direito foi avaliado na velocidade de $60^\circ/s$ em 5 tentativas, utilizando-se o valor mais elevado. Com um tapete de contato, a altura do salto vertical CMJ foi avaliada, sendo utilizada a média de 3 saltos válidos. A normalidade dos dados foi verificada pelo teste de Shapiro-Wilk. Foi utilizado o teste t para amostras independentes, adotando um nível de significância de 5% ($p < 0,05$). Não houve diferença significativa entre os grupos em nenhum parâmetro analisado ($p > 0,05$). O tamanho de efeito foi considerado pequeno para PT concêntrico de EXT ($d = 0,24$), PT concêntrico de FLEX ($d = 0,049$) e PT excêntrico de FLEX ($d = 0,15$), e médio para CMJ ($d = 0,415$). Em mulheres destreinadas em força, independente do padrão alimentar, indivíduos VE e NV parecem apresentar semelhante desempenho de força máxima isocinética e altura de saltos verticais.

Palavras-chave: Dieta vegetariana; Força muscular; Potência muscular.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos de intervenções no sistema fascial na biotensegridade do corpo: uma revisão sistemática

AUTORES

Camila de Barros Rodenbusch
Bruna Pereira da Silva Matos
Diego Garcia Vassoleri
Isabel de Almeida Paz
Bruna Nichele da Rosa
Emmanuel Souza da Rocha

Faculdade Sogipa, Porto Alegre, RS.

Os movimentos do corpo são possíveis graças à presença dos tecidos fasciais e sua interligação que permite o deslizamento da estrutura muscular, de nervos, vasos e articulações. A biotensegridade leva em consideração órgãos, tecidos e sistemas, como o sistema musculoesquelético ou o sistema fascial, para explicar a mecânica do movimento. Alterações na fáscia são capazes de comprometer a biotensegridade. A liberação miofascial promove melhora de flexibilidade, extensibilidade e a elasticidade do sistema fascial. Nosso objetivo é verificar o efeito de técnicas de liberação miofascial no padrão de movimento e na postura em pessoas fisicamente ativas. Esse estudo de revisão sistemática foi registrado no PROSPERO (CRD42022372302). Foram incluídos ensaios clínicos randomizados ou não que tenham avaliado amplitude de movimento e/ou postura. A busca pelos artigos foi realizada nas bases de dados PubMed, Scielo, PEDro e ScienceDirect. A pesquisa foi realizada em outubro de 2022 sem limitar tempo e idioma. A análise de dados foi realizada de forma qualitativa. A qualidade metodológica dos estudos foi avaliada por meio da escala PEDro. Foram identificados 106 estudos, entretanto apenas 13 estudos foram incluídos após análise de elegibilidade. A maioria dos estudos (n = 10, 77%) concorda que a intervenção na fáscia proporciona melhora nos praticantes, sendo cinco indicando aumento da ADM. Técnicas de liberação miofascial levam ao aumento da ADM e da flexibilidade, sendo uma boa estratégia para intervenções clínicas. Entretanto, devido à baixa qualidade metodológica dos estudos, faz-se necessária a realização de novos estudos, a fim de fortalecer e expandir as evidências sobre essa temática.

Palavras-chave: Fáscia; Músculo; Liberação miofascial; Movimento humano.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Perfil do treinamento aeróbico realizado por frequentadores de academias

AUTORES

Carlos Leandro Tiggemann
Franciele Letícia Storch
Leonardo de Ross Rosa

Universidade do Vale do Taquari, Lajeado, RS.

O treinamento aeróbico (TA) é um dos mais importantes componentes de um programa de atividade física. Este estudo tem por objetivo avaliar o perfil do TA realizado por frequentadores de academias. Trata-se de um estudo transversal e descritivo, realizado em cidades do Vale do Taquari e Rio Pardo/RS no segundo semestre de 2021. Os dados foram coletados por meio de um questionário online, divulgado nas redes sociais dos pesquisadores, contendo questões relacionadas ao perfil dos praticantes e do perfil do TA realizado. Dos 438 participantes, 282 (64,3%) não atingiram as recomendações de realizar 150 min de TA semanais, sendo por não realizar este tipo de treinamento ($n = 117$; 26,7%) ou por não atingir o volume recomendado ($n = 165$; 37,6%). Mulheres demonstram realizar mais TA do que os homens (78,4 vs 62%), sendo que saúde e qualidade de vida é o principal objetivo de 40% dos participantes. Entre os praticantes de TA, sujeitos que atingem as recomendações realizam o treinamento com um maior volume, tanto na frequência semanal, quanto na duração da sessão, além de realizar a mesma com uma maior intensidade, comparados aos que não atingem. A grande maioria dos sujeitos que realiza TA não possui um acompanhamento adequado, seja na orientação do profissional, no monitoramento da intensidade ou na aplicação de avaliações. Conclui-se que apenas um terço dos frequentadores de academias alcança as recomendações de volumes do TA sugeridas pela literatura, porém, parece ainda haver a necessidade de um melhor atendimento nas orientações e assistência dada pelos profissionais de Educação Física.

Palavras-chave: Treino aeróbico; Exercício físico; Monitores de aptidão; Teste de esforço.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre níveis de atividade física, sedentarismo e sintomas depressivos em estudantes universitários do Rio Grande do Sul

AUTORES

Carlos Leandro Tiggemann
Leonardo Fin
Cláudia Gomes Bracht
Rochelle Rocha Costa
Leonardo de Ross Rosa

Universidade do Vale do Taquari, Lajeado, RS.

Este estudo teve como objetivo avaliar a prevalência e a associação dos níveis de atividade física (AF), sedentarismo e sintomas depressivos (SD) em estudantes universitários. Trata-se de um estudo associativo, de corte transversal, no qual foram investigados os níveis de AF (Questionário Internacional de Atividade Física) e SD (Patient Health Questionnaire-9), em abril de 2021. Ainda, foi verificado se a idade, o sexo e o nível de AF constituem preditores dos SD através de análise multivariada, adotando-se a regressão logística multinomial. Ao todo, 529 estudantes de diferentes semestres, selecionados por amostragem por conveniência, participaram da pesquisa, constatando-se que 43,9% foram considerados sedentários, 9,8% apresentaram SD moderadamente severos e 4,3% severos, com uma maior prevalência entre as mulheres (14,8% das mulheres e 12,4% dos homens) e sujeitos mais jovens (mais jovens: 18,1%, idade intermediária: 12,6% e mais velhos: 11,9%). Uma maior prevalência de SD severos foi encontrada entre sedentários (15,9% nos sedentários, 12,3% nos fisicamente ativos de intensidade moderada e 14,3% nos fisicamente ativos de intensidade intensa). Uma maior prevalência de SD severos foi encontrada naqueles com maior tempo sentado do que naqueles com pouco tempo (pouco tempo sentado: 9,9%; moderado tempo: 18,3%; muito tempo: 14,1%). Adicionalmente, as análises multivariadas demonstraram que estudantes com menor idade, do sexo feminino e com menores níveis de AF possuem maior chance de apresentar SD. Conclui-se que os níveis de AF, sedentarismo e SD estiveram associados, indicando uma maior prevalência de SD severos entre as mulheres, estudantes mais jovens, sedentários e que passam mais tempo sentado.

Palavras-chave: Exercício físico; Comportamento sedentário; Depressão; Estudantes.

Apoio: Universidade do Vale do Taquari - UNIVATES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre a participação em esportes coletivos e ideação suicida em adolescentes

AUTORES

Carlos M. Moya
Javiera A. Aguilar
Tulio G. Martins-guimarães
Caroline Ramos de Moura Silva
Daniel R. Queiroz
Mauro V. G. Barros

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

A ideação suicida se torna mais comum durante a adolescência, e um dos fatores de risco é o isolamento social. A prática de esportes parece facilitar o desenvolvimento de novas relações sociais e a manutenção de amigos existentes na adolescência. Analisar a associação entre a participação de esportes coletivos e ideação suicida em adolescentes. Trata-se de um estudo epidemiológico de base escolar, a partir de uma amostra representativa de estudantes (14-19 anos) do ensino médio da rede pública estadual de Pernambuco (n = 4.514). Os dados foram coletados pelo questionário Global School-based Student Health Survey. A exposição foi a preferência pela prática de esportes, caracterizado pela participação em esportes coletivos, e o desfecho foi a ideação suicida. Foi utilizado regressão logística binária estratificada por sexo para verificar as associações das variáveis, ajustado por idade, escolaridade da mãe e religião, adotando um $p < 0,05$. A maioria da amostra era composta por moças (54,5%) e adolescentes entre 14 e 16 anos (50,8%). Os rapazes que não preferem praticar esportes coletivos apresentaram aproximadamente 89% mais chances de ter ideação suicida quando comparados aos rapazes que praticam esportes coletivos (OR:1,89 IC95% 1,39;2,55). Não foi encontrada associação para as moças. Rapazes que não participam de esportes coletivos tem uma maior chance de ter ideação suicida, esses fatores podem contribuir no desenvolvimento de ações e estratégias de prevenção da ideação suicida em adolescentes.

Palavras-chave: Suicídio; Jovens; Esportes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Prevalência de lesões quanto ao posicionamento em quadra de atletas de equipes brasileiras masculinas de voleibol sub-19

AUTORES

Carol de Luca Baccarin
Guilherme Pereira Berriel
Maria Eduarda de Assis Brasil Cavagni
Lavínia Di Luca
Ananda Silveira Cardoso
Leonardo Alexandre Peyré Tartaruga
Luiz Fernando Martins Kruehl

Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

As lesões desportivas estão muito presentes na realidade de atletas que praticam esportes em equipe, como o voleibol. Diversos fatores contribuem para o aparecimento destas lesões, mas não há evidência da especificidade sobre a modalidade esportiva. Apresentar a prevalência de lesões esportivas por articulações e por diferentes posições, em atletas de alto rendimento das equipes brasileiras masculinas de voleibol Sub-19. Estudo transversal no qual 244 atletas ($80,96 \pm 11,79\text{Kg}$; $187,55 \pm 8,70\text{cm}$; tempo de prática $5,26 \pm 2,19$) foram analisados, distribuídos nas posições: levantador, ponteiro, opositor, central e líbero. A partir de uma anamnese, os atletas informaram sobre a ocorrência de lesões articulares no último ano de prática esportiva, e as articulações foram segmentadas em tornozelo, joelho, lombar, ombro, pé e mão. Para a apresentação dos resultados foi utilizado estatística descritiva por meio de frequência relativa (%). Foram analisados 244 jogadores. Destes, 22,95% (56 atletas da equipe) já apresentaram alguma lesão articular durante o último ano de prática da modalidade, sendo a articulação do tornozelo (35,71%) a mais acometida dentre as posições. A articulação do joelho também teve grande evidência (25%), exceto no líbero. Quanto às lesões de mão (16,07%), lombar (10,71%), ombro (7,14%) e pé (5,35%), as porcentagens demonstraram alguma incidência em níveis menores. Os achados deste estudo evidenciaram que a modalidade do voleibol é um fator de risco para lesões nos tornozelos e joelhos, desta maneira percebe-se a importância de um treinamento preventivo específico.

Palavras-chave: Atletas; Voleibol; Traumatismos em atletas; Esportes de equipe.

Apoio: Esse estudo financiado pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e Confederação Brasileira de Voleibol (CBV).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre a simultaneidade da inatividade física e do comportamento sedentário e depressão: um estudo de base populacional em adultos e idosos brasileiros

AUTORES

Cecília Bertuol
Deborah Kazimoto Alves
Anne Ribeiro Streb
Caroline Soares da Silva
Patrine Vargas
Giovani Firpo Del Duca

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O objetivo deste estudo foi verificar a associação entre a simultaneidade da inatividade física e do comportamento sedentário e o diagnóstico de depressão em adultos e idosos residentes nas capitais dos estados brasileiros e no Distrito Federal. Este foi um estudo transversal, derivado do sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGI-TEL), realizado em 2021, com indivíduos ≥ 18 anos ($n = 27,093$). O diagnóstico de depressão foi obtido por autorrelato pelo participante. A inatividade física (≤ 149 min/semana) e o comportamento sedentário elevado, derivado do tempo em frente à televisão e ao computador, tablet ou celular no lazer (≥ 4 h/dia), foram definidos por uso de questionário. Na estatística, empregou-se regressão logística binária, ajustada para variáveis sociodemográficas (idade, sexo, situação conjugal e escolaridade), com resultados expressos em razão de odds (RO) e intervalos de confiança de 95% (IC95%). Indivíduos que simultaneamente eram fisicamente inativos e que apresentavam comportamento sedentário elevado tiveram maior chance para o diagnóstico de depressão quando comparados àqueles ativos e com comportamento sedentário reduzido (RO = 1,76; IC95%: 1,21; 2,55; $p = 0,003$). Para as demais combinações, compostas por indivíduos inativos e com reduzido comportamento sedentário ($p = 0,869$) e por indivíduos ativos e com elevado comportamento sedentário ($p = 0,844$), não foram observadas diferenças significativas. Conclui-se que somente a presença simultânea dos comportamentos de risco investigados apresentou uma associação com a saúde mental dos adultos brasileiros.

Palavras-chave: Estilo de vida; Vigilância em saúde pública; Depressão; Atividade física; Comportamento sedentário.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos da cooperação e da competição sobre a autoeficácia, motivação intrínseca e afetos na aprendizagem do arremesso de lance livre do basquete

AUTORES

Cristiano Martins da Rosa Junior
Suzete Chiviawowsky
Gisele Severo
Priscila Cardozo

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

Investigar os efeitos da estrutura de prática cooperativa versus competitiva sobre a autoeficácia, motivação intrínseca, afetos e aprendizagem do arremesso de lance livre do basquete em adultos. Procedimentos metodológicos: Trinta e seis adultos de ambos os sexos, com idade entre 18 e 24 anos, praticaram o arremesso de lance livre. Todos foram designados aleatoriamente, equiparados por sexo e idade, para dois grupos. Enquanto o grupo Cooperação recebia instrução após o pré-teste, informando que a dupla estaria realizando a tarefa em conjunto e seus escores de pontuações seriam somados, formando um time, o grupo Competição foi instruído que a dupla estaria realizando a tarefa como adversários e teriam seus resultados comparados para verificar o melhor da dupla. Prática envolveu vinte e cinco arremessos. Testes de retenção e transferência (distância do arremesso aumentada em um metro), contendo cinco tentativas cada, foram realizados no dia seguinte. Questionários de autoeficácia, motivação intrínseca e afetos positivos foram aplicados após o pré-teste, prática e antes da retenção. Os dados foram analisados no SPSS, através da Anova two-way com medidas repetidas na prática e Anovas one-way no pré-teste, retenção e questionários. Os grupos apresentaram desempenho semelhante na prática. Entretanto, o grupo Cooperação apresentou maior pontuação do arremesso na retenção e transferência, em relação ao grupo Competição. Ainda, ambos os grupos apresentaram elevada motivação intrínseca, autoeficácia e afetos em todas as fases. A prática com estrutura cooperativa é benéfica para aprendizagem do arremesso de lance livre em adultos, em comparação a prática com estrutura competitiva.

Palavras-chave: Relacionamento social; Aprendizagem motora; Motivação; Basquete.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Resultados do programa academia da saúde nas doenças não transmissíveis: percepção dos profissionais dos polos

AUTORES

Daniela Lopes dos Santos
Luciana Flores Battistella
André Moreira de Oliveira
Alessandra Garrot Vilanova
Xavéle Braatz Petermann

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

O Programa Academia da Saúde (PAS) faz parte do plano de ações estratégicas para enfrentamento das Doenças e Agravos Não Transmissíveis (DANT), no Brasil, no período de 2011 a 2022. O objetivo deste estudo foi avaliar a percepção dos profissionais dos Polos/PAS da região central do Rio Grande do Sul (RS), sobre os resultados do programa nas DANT da população. Foram incluídos profissionais dos Polos/PAS de três Conselhos Regionais de Desenvolvimento - Central, Jacuí Centro e Vale do Rio Pardo, totalizando 17 profissionais de 8 polos, sendo 13 do sexo feminino. Suas idades variaram entre 22 e 45 anos e 47% deles trabalhavam no polo há mais de 1 ano. A maior parte dos respondentes (46,06%) eram profissionais de educação física, havendo também fisioterapeutas (17,65%), nutricionistas (17,65%), enfermeiros (11,76%) e psicólogos (5,88%). Utilizou-se um questionário com 4 questões indicando em escala Likert o nível de satisfação do profissional com o resultado do Polo para os usuários com diabetes (DM), hipertensão (HAS), obesidade (OB) e com o comprometimento (CO) desses usuários com o Polo. Agrupando-se as respostas “concordo” e “concordo plenamente”, verificou-se que 64,7% dos profissionais consideram-se satisfeitos com os resultados do Polo para usuários com DM, 70,6% com os resultados para HAS, 70,6% com os resultados para OB e 52,9% com o CO. Conclui-se que a percepção dos profissionais dos Polos/PAS sobre os resultados das ações do Programa sobre as DANT é positiva, indicando que o Programa vem atingindo seus objetivos, na avaliação dos profissionais da região central do RS.

Palavras-chave: Saúde; Programa; Doenças não transmissíveis; Percepção.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Predição do desempenho anaeróbio máximo a partir da produção de força máxima de extensores de quadril e joelho no movimento de agachamento

AUTORES

Davi das Aguas Costa Caixeta
Anne Caroline Rodrigues
Pedro Augusto Inacio
Patricia Sardinha Leonardo
Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins
Alberto Souza de Sá Filho

Universidade Evangélica de Goiás, Anápolis, GO.

O objetivo do presente estudo é prever o desempenho de potência anaeróbia máxima a partir da produção de força no exercício de Agachamento. 22 universitários recreacionalmente treinados realizaram total de 4 visitas. A primeira visita consistiu na caracterização da amostra a partir da antropometria, bem como, familiarização com o teste de repetição máxima (RM) do movimento de agachamento com barra por trás (back squat) e a familiarização com o teste de desempenho máximo de corrida anaeróbia (MART). Na 2ª e 3ª visitas, os participantes realizaram os procedimentos de repetição máxima para determinação da confiabilidade da medida da medida de força. Na última visita apenas o protocolo de teste MART foi realizado. Após análise de pressupostos, uma regressão linear entre a variável preditora e predita foram realizadas, além de um Coeficiente de Correlação Intraclasse (CCI). A CCI apresentou um excelente índice de concordância, apresentando consistência da medida de carga. A regressão demonstrou significativa associação entre a força máxima agachamento e o desempenho de corrida MART ($r = 0,636$; $p = 0,001$). A equação da reta de predição foi estabelecida [$12,102 + (0,059 \times \text{nível de força máxima} - \text{kg})$] com um coeficiente de determinação de $R^2 = 0,40$, sugerindo que as variações do desempenho de esforço no teste MART podem ser explicadas em 40% a partir do desempenho de força no Agachamento. Conclui-se que os níveis de força dos extensores de joelho e quadril no movimento de agachamento se associam e explicam de forma moderada o desempenho de potência anaeróbia máximo.

Palavras-chave: Rendimento físico; Treinamento de força; Performance.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Avaliação da composição corporal e sua associação com dano no DNA entre praticantes de academias: um estudo comparativo entre brasileiros e espanhóis

AUTORES

Diene da Silva Schlickmann

Gabriela Cristina Uebel

Patrícia Molz

Aline Alves da Luz

Munithete Moraes Eisenhard

Silvia Isabel Rech Franke

Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, RS.

Avaliar e comparar a composição corporal entre praticantes de academias, brasileiros e espanhóis, e associar com danos ao DNA. Estudo transversal com praticantes de academias de Santa Cruz do Sul/RS e de Madrid/Espanha. A composição corporal foi avaliada pelo percentual de gordura corporal (%GC) e massa muscular (%MM), utilizando balança de bioimpedância. O ensaio de células bucais esfoliadas foi realizado para avaliar o dano ao DNA (frequência de micronúcleos (MN) e nuclear buds (NB)). Os dados foram analisados no SPSS versão 23.0, utilizando o teste t de Student e nível de significância de $p < 0,05$. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNISC sob o número de protocolo 3.267.789. Avaliou-se 139 brasileiros (54% do sexo feminino, idade média de $41,32 \pm 14,5$ anos) e 67 espanhóis (57% do sexo masculino, idade média de $38,28 \pm 14,40$ anos). Os brasileiros apresentaram significativamente maiores %GC ($30,19 \pm 9,01$ vs $26,67 \pm 8,70$; $p = 0,009$), enquanto os espanhóis tinham maiores %MM ($33,02 \pm 6,23$ vs $30,94 \pm 6,13$; $p = 0,024$). Os brasileiros também apresentaram maiores frequências de MN ($2,09 \pm 5,36$; $0,53 \pm 1,25$; $p = 0,020$) e NB ($1,69 \pm 1,53$ vs $0,69 \pm 1,10$; $p < 0,001$) comparado aos espanhóis. Maiores frequências de MN e NB em ambos os países se associaram com alto %GC quando comparado com aqueles com %GC normal. Os brasileiros apresentaram maiores %GC e maiores frequências de danos ao DNA. O maior %GC se associou a maiores frequências de danos ao DNA nos praticantes de exercícios físicos.

Palavras-chave: Composição corporal; Micronúcleos; Dano no DNA

Apoio: CNPq, CAPES, Fapergs e UNISC.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Utilização de whey protein e sua relação com a frequência semanal de exercícios entre praticantes de academia

AUTORES

Eduarda da Silva Limberger Castilhos

Diene da Silva Schlickmann

Gabriela Moura Soares

Patrícia Molz

Silvia Isabel Rech Franke

Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, RS.

Associar a utilização de whey protein por praticantes de exercícios em academias com a frequência semanal de treinamento. Estudo transversal realizado com praticantes de academias localizadas em Santa Cruz do Sul/RS. Foram incluídos indivíduos de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 18 anos. Aqueles que utilizavam outros tipos de suplementos foram excluídos do estudo. Utilizou-se um questionário online, contendo questões demográficas, o uso de suplemento (whey protein ou não) e a frequência semanal de exercícios (até 2 vezes na semana, 3 vezes na semana, 4-5 vezes na semana, mais de 5 vezes na semana). Os dados foram analisados no programa SPSS, utilizando o teste de qui-quadrado, com nível de significância de $p < 0,05$. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da UNISC (nº 2.020.170). Avaliou-se 507 praticantes de academias, com idade média de $36,6 \pm 13,8$ anos, sendo 55,2% do sexo feminino. A utilização de whey protein foi relatada por 27,6% dos participantes. Em relação à frequência semanal de exercícios em academia, 45,2% relataram realizar exercícios de 4-5 vezes por semana. Verificou-se diferença significativa entre o consumo de whey protein e a frequência semanal ($p < 0,001$), indicando que os indivíduos que consumiam ou não whey protein realizaram exercícios 4-5 vezes na semana (57,1% vs. 40,6%). A utilização de whey protein por praticantes de exercícios em academia associou-se a uma frequência semanal de 4-5 sessões de treino por semana.

Palavras-chave: Suplementos nutricionais; Academia de ginástica; Nutrição no esporte; Proteínas do soro do leite.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Predição do desempenho aeróbio máximo a partir da produção de força máxima de extensores de quadril e joelho no movimento de deadlift

AUTORES

Eduardo Augusto Silva Rocha

Pedro Augusto Inacio

Josivam Peixoto Siqueira

Patricia Sardinha Leonardo

Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins

Alberto Souza Sá Filho

Universidade Evangélica de Goiás, Anápolis, GO.

O objetivo do presente estudo é prever o desempenho de potência aeróbia máxima a partir da produção de força no exercício de Deadlift. 22 universitários recreacionalmente treinados ($25,2 \pm 4,1$ anos; $74,3 \pm 11,4$ kg) realizaram 4 visitas. A primeira visita consistiu na caracterização da amostra ($24,6 \pm 2,0$ IMC; $12,3 \pm 2,5\%$ GOR), bem como, familiarização com o teste de repetição máxima (RM) de Deadlift, e a familiarização com o teste de desempenho progressivo máximo. Na 2ª e 3ª visitas, os participantes realizaram os procedimentos de repetição máxima para determinação da confiabilidade da medida. Na última visita apenas o protocolo de desempenho aeróbio máximo foi realizado. O protocolo consistiu em progressões de 1km/h a cada 2 min até a exaustão. Após análise de pressupostos, uma regressão linear entre a variável preditora e predita foi realizada, além de um Coeficiente Correlação Intraclasse (CCI). A CCI apresentou um excelente índice de concordância, apresentando consistência da medida de carga (CCI = 0,99). A regressão demonstrou significativa associação entre a força máxima e o desempenho de potência aeróbia máxima ($r = 0,538$; $p = 0,005$). A equação da reta de predição foi estabelecida [$10,957 + (0,032 \times \text{nível de força máxima} - \text{kg})$] com um coeficiente de determinação de $R^2 = 0,290$, sugerindo que as variações do desempenho de esforço progressivo máximo podem ser explicadas em 29% a partir do desempenho de força. Conclui-se que os níveis de força no movimento de Deadlift se associam e explicam de forma moderada o desempenho de potência aeróbia máxima.

Palavras-chave: VO2Máx; Repetição máxima; Performance.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Quem o programa Segundo Tempo - UFSM está atendendo?

AUTORES

Eliana Citolim Rech
Maria Eduarda Somavilla Gonçalves
Igor Martins Barbosa
Nathália Prado Trindade
Gitane Fuke
Daniela Lopes dos Santos

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

As políticas públicas costumam ser mais efetivas quando se conhece bem o público-alvo. Neste estudo, analisou-se o perfil dos participantes do Programa Segundo Tempo (PST) da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Participaram 101 estudantes (graduação e pós-graduação), sendo 68% do sexo feminino. O grupo apresentou idade de $24,82 \pm 6,34$ e IMC de $25,32 \pm 5,23$. As modalidades oferecidas no PST/UFSM são hidroginástica, ritmos, treinamento funcional, voleibol e yoga. Utilizou-se o International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) para se estimar o nível de atividade física (AF), o questionário de qualidade de vida (QV) da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL) e a Escala de Silhuetas de Stunkard para determinar a percepção da imagem corporal (IC). Realizou-se análise estatística descritiva. Verificou-se que apenas 23% dos sujeitos estudados não atingiram as diretrizes de AF propostas pelo Ministério da Saúde, de 150 minutos semanais com intensidade moderada a vigorosa, sendo 77% do grupo classificado como fisicamente ativo. Quanto à QV, a pontuação média obtida pelo grupo foi de $93,92 \pm 11,85$, o que é classificado como um bom nível. Na percepção da IC, 26% do grupo está satisfeito com seu peso corporal, 52% estão insatisfeitos por estar acima do peso desejado e 22% estão insatisfeitos por estar abaixo do peso desejado. Conclui-se que o público que procura o PST já é ativo, tem uma boa QV e boa percepção da IC e aqueles que mais precisariam, ainda não estão sendo atendidos pelo Programa, sendo necessária uma estratégia de sensibilização sobre o papel da AF na saúde, junto à esta população.

Palavras-chave: Exercício físico; Saúde; Qualidade de vida; Imagem corporal.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre a composição corporal e o desempenho do teste de 3km

AUTORES

Fabio Santana
Euller Rodrigues de Oliveira
Maria Helena de Souza Santana
Frederico Schutz Rabelo
Iransé Oliveira Silva
Alberto Souza de Sá Filho

Universidade Evangélica de Goiás, Anápolis, GO.

O objetivo desta pesquisa foi identificar se existe influência da composição corporal sobre o teste de desempenho de 3km entre praticantes de corrida de rua. Amostra composta por 25 corredores meio fundistas e fundistas, sendo 16 masculinos ($35,2 \pm 4,5$ anos) e 09 femininos ($38,1 \pm 3,4$ anos). Foram verificados os dados antropométricos e a estimativa da composição corporal através do protocolo de 7 dobras, bem como, os diâmetros ósseos, obtendo os valores de quatro compartimentos: peso gordo, magro, residual e ósseo. O teste de desempenho foi realizado na pista de atletismo, através do protocolo de 3km. No período de coleta, os participantes realizavam 5 sessões de corrida com um volume médio de 48km semanais, sendo todos já inseridos nos treinamentos entre 10 e 14 meses. Os dados foram apresentados de forma descritiva e uma Correlação de Pearson determinou a associação entre as variáveis dependentes. Os resultados demonstram que o grupo masculino apresentou um percentual de gordura corporal (%GC) com valor médio de 15,5%, e o feminino com 21,1%. O teste de 3km apresentou desfechos médio de 11,2 e 14,7 min para os grupos masculino e feminino, respectivamente. A correlação de Pearson foi significativa e positiva entre as variáveis dependentes (Masculino: $r = 0,714$, $p = 0,035$; Feminino: $r = 0,581$, $p = 0,049$), sugerindo que quanto menor o %GC dos corredores de rua, menor foi o tempo de desempenho de teste. Podemos concluir que a composição corporal exibe uma influência significativa em relação ao desempenho dos corredores de rua.

Palavras-chave: Performance; Esporte; Corrida; Composição corporal.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Validação de um biossensor vestível para mensuração da frequência cardíaca para prescrição de exercício físico

AUTORES

Fernanda Laís Loro
Riane Martins
Lucio Rene Prade
Cristiano Bonato Both
Cintia Laura Pereira de Araújo
Janaina Barcellos Ferreira
Pedro Dal Lago

Universidade Federal de Ciências da Saúde, Porto Alegre, RS.

Diante do contexto que o sedentarismo está entre as principais causas de doenças e é fator de risco para eventos fatais e não fatais, torna-se fundamental a utilização de novas abordagens que utilizem biofeedback para melhorar o engajamento na prática de atividade física. : Projetar e validar um biossensor vestível de frequência cardíaca (FC) durante um teste funcional. Procedimentos metodológicos: Estudo piloto exploratório com 20 indivíduos com idade ≥ 18 anos e sem contra-indicação para a realização de exercício físico. Após o desenvolvimento do biossensor de pulso para monitoramento da FC, os voluntários realizaram o “Incremental Shuttle Walk Test” com o frequencímetro Polar H10 (referência para medida da FC) e o biossensor em teste. A diferença média entre FC basal do Polar H10 e o sensor em teste foi de -2,66 [IC95%: -3,54 a -1,77], FC máxima -4,16 [IC95%: -5,32 a -3,0], FC média do teste -2,43 [IC95%: 3,49 a -1,38] e FC média da recuperação -2,52 [IC95%: -3,56 a -1,17]. As comparações entre o Polar H10 e biossensor em teste foram consideradas excelentes para FC basal (ICC3,1 = 0,956), FC média durante o teste (ICC3,1 = 0,918) e FC média de recuperação (ICC3,1 = 0,959). Já para a FC máxima foi boa (ICC3,1 = 0,785). Os dados indicam que o sensor pode determinar com precisão a FC no período basal, durante exercício e na recuperação. Diante disso, podemos concluir que o biossensor apresenta um excelente coeficiente de correlação podendo ser utilizado para promover o biofeedback da FC e servir para prescrição correta e na intensidade desejada do exercício físico.

Palavras-chave: Monitores de atividade física; Frequência cardíaca.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Prática esportiva orientada e o atendimento às recomendações de atividade física em adolescentes

AUTORES

Franciéle da Silva Ribeiro
Gustavo Dias Ferreira
Júlio Brugnara Mello
Eraldo dos Santos Pinheiro
Gabriel Gustavo Bergamann

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

Analisar as associações entre a prática esportiva orientada (PEO) e o nível da atividade física (AF) de adolescentes. Participaram do estudo 1,045 escolares (51,7% meninas) de 11 a 17 anos selecionados de forma aleatória. A PEO foi considerada a partir do relato dos adolescentes (sem considerara a EF escolar) e as repostas foram categorizadas em nenhuma vez; 1-2 vezes; e ≥ 3 vezes/semana. A AF foi estimada pelo número de passos/dia medido por pedômetros e por questionário (QAFA). Para os passos/dia os resultados foram classificados quanto ao atendimento à recomendação proposto por Tudor-Locke, e a AF medida por questionário foi classificada conforme a recomendação do Guia Brasileiro de Atividade Física. Um conjunto de indicadores sociodemográficos foi utilizado como variáveis de ajuste. Para testar as associações foram utilizados testes Qui-quadrado (análise bruta) e a regressão logística binária (análise ajustada) com cálculos de odds ratio (OR) e intervalo de confiança de 95% (IC95%). A PEO não se associou ao atendimento às recomendações do número passos/dia ($p > 0,05$), mas apresentou associação linear e direta com o atendimento à recomendação de AF medida pelo questionário ($p < 0,05$). Na análise ajustada, comparados aos adolescentes que não participam de PEO, os que participam 1-2 vezes/semana apresentaram 2,79 (IC95%:1,74-4,49) mais chance de atenderem à recomendação de AF medida pelo questionário, e os que participam ≥ 3 vezes/semana apresentaram 6,36 (IC95%: 4,00-10,10) mais chance de atenderem à recomendação de AF. A participação de adolescentes em PEO está associada ao atendimento às recomendações de AF para esta população.

Palavras-chave: Esporte; Estudantes; Comportamentos saudáveis.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Effects of açai supplementation (*euterpe precatoria*) on the eco-intensity of muscles after high-intensity intermittent exercise: a preliminary study

AUTORES

Gabriel Gomes Aguiar
Luma Palheta de Azevedo
Yana Barros Hara
Mayara da Silva Rodrigues
Yuri Menezes e Silva
Mateus Rossato

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, AM.

O objetivo do estudo foi avaliar os efeitos da suplementação com açai (SA) sobre a eco-intensidade (EI) do Reto Femoral (RF), Vasto Lateral (VL) e Gastrocnêmio Medial (GM) após realização de uma sessão de exercício intermitente de alta intensidade (EIAI). Participaram 16 homens (22,37 ± 4,8 anos, 74,12 ± 7,3 kg e 174,5 ± 3,6 cm), onde 50% consumiram açai (GSA - 250mL/dia, 5 dias antes do EIAI). A sessão de EIAI consistiu em 10 séries de 60s na velocidade de 100% do pico de velocidade aeróbia (definido previamente) e 45s de recuperação passiva. A EI foi avaliada por meio da ultrassonografia nos momentos -72h, pré, 24, 48 e 72h após o EIAI. Para a comparação entre os grupos nos diferentes momentos, na SA e na interação entre variáveis utilizou-se a Anova Two-way ($p < 0,05$), em sequência de Post Hoc (Tukey). Não houveram diferenças significativas entre os grupos (controle e açai) e os momentos (-72h, 00h, 24h, 48h, 72h) para o músculo RF. Contudo houveram diferenças significativas entre o grupo controle e açai para o músculo VL (tamanho efeito = 2,93 - alto) assim como o músculo GM (tamanho efeito = 1,64 - alto). Podemos concluir que a suplementação de açai promoveu uma melhora recuperação na qualidade muscular evidenciado na eco-intensidade dos músculos VL e GM após a realização de EIAI.

Palavras-chave: Açai; Dano muscular; Antioxidante; Desempenho; Estresse oxidativo.

Apoio: À instituição de ensino Universidade Federal do Amazonas, que foi e ainda é essencial no meu processo de formação profissional, pela dedicação, e por tudo o que aprendi ao longo dos anos do curso de Bacharel em Educação Física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Hipóxia como estímulo adicional para 8 semanas de treinamento e diferentes níveis de atividade física para manutenção em 8 semanas de *follow-up*: estudo AerobiCOVID

AUTORES

Gabriel Peinado Costa
Carlos Dellavechia de Carvalho
Germano Marcolino Putti
Talita Morais Fernandes
Marcelo Papoti
Átila Alexandre Trapé

Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, SP.

Analisar os efeitos de 8 semanas (sem) de treinamento em cicloergômetro associado à hipóxia e 8sem de follow-up com diferentes níveis de atividade física (AF) em convalescentes da COVID-19. 84 participantes ($49,5 \pm 9,8$ anos, $83,4 \pm 16,3$ kg) foram randomizados em grupo controle (GC, $n = 24$), treinamento em normóxia (GN, $n = 20$), hipóxia na recuperação (GHR, $n = 19$) ou hipóxia (GH, $n = 20$). Entre setembro/2020 e fevereiro/2021, antes(S0), pós 8sem de intervenção(S8) e pós 8sem de follow-up(S16), os participantes realizaram teste incremental para estimativa do VO2MAX ($\text{ml}\cdot\text{min}^{-1}$), caminhada 6min (C6' - metros) e, sentar e levantar (SL - repetições). A intervenção consistiu de treinos 3x/sem-1 de até 50,5min (3-6 esforços 5min, 90-110% frequência cardíaca limiar 2, 2,5min recuperação). Nível de AF foi questionado durante o follow-up. Dados expressos em diferença média \pm erro padrão e analisados por modelo linear generalizado com efeitos mistos, utilizando post-hoc Bonferroni e nível de significância de 5%. Na S0, não houve diferença entre grupos. GN, GHR e GH apresentaram aumento na S8 no VO2MAX ($294,2 \pm 40,0$; $256,8 \pm 46,8$; $278,4 \pm 44,5$), C6' ($44,6 \pm 10,9$; $43,4 \pm 11,9$; $55,9 \pm 10,7$) e SL ($4,6 \pm 0,5$; $1,6 \pm 0,6$; $2,7 \pm 0,6$), respectivamente, com slope significativo comparado ao GC. GHR apresentou diferença no VO2MAX na S8 comparado ao GC ($293,4 \pm 67,8$). Durante o follow-up, apenas os inativos apresentaram perdas significativas na C6' ($-37,6 \pm 9,8$) e SL ($-1,4 \pm 0,3$), comparado ao GC e aos que mantiveram AF menor ou maior que a intervenção. Conclusões: O exercício per se é eficiente, o uso da hipóxia potencializou a recuperação dessa população e a continuidade da AF é importante para manutenção das adaptações.

Palavras-chave: COVID-19; Exercício; Hipóxia; Altitude; Estudo clínico.

Apoio: USP Vida (3518/2020) e Apoio a Projetos Integrados de Pesquisa em Áreas Estratégicas (PIPAAE) da Pró-Reitoria de Pesquisa da USP.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Capacidade cardiorrespiratória e futsal: fator determinante no desempenho?

AUTORES

Gabriel Rigo Weber
Igor Martins Barbosa

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

O objetivo desse estudo foi comparar o Volume de Oxigênio Máximo (VO^2_{max}) de atletas femininas de futsal semiprofissional após um mês de treinamento. A amostra compôs-se de 10 atletas (idade: $19,5 \pm 1,96$ anos; estatura: $1,61 \pm 0,03$ metros; massa corporal: $56,62 \pm 3,5$ Kg) que participaram de um mês de treinamento com 3 sessões semanais (média de 90min). As sessões compunham três partes: mobilidade geral e treino físico (trabalho de velocidade, força/potência musculares); trabalho técnico-tático (movimentações, transições, jogos reduzidos); jogo formal. O VO^2_{max} foi mensurado através do Yo-Yo recovery test, que consiste em percorrer 40m em um intervalo de tempo que é marcado por sinais sonoros que alertam o momento de partida/chegada. Os intervalos de tempo diminuem ao decorrer do teste e, quando a distância não é completada no tempo estipulado por duas vezes consecutivas, o teste é finalizado. O VO^2_{max} é calculado pela equação: (distância percorrida em metros*0,0084)+36,4. As comparações foram feitas pelo teste de Wilcoxon e o nível de significância adotado foi $p \leq 0,05$. As análises demonstraram um aumento entre os momentos PRÉ-PÓS ($39,42 \pm 2,02$; $41,11 \pm 4,03$ mL*kg⁻¹*min⁻¹; $p = 0,008$). Portanto, os treinos físicos, em conjunto à prática do futsal, incrementaram o VO^2_{max} em média de 6,2% entre as atletas. A característica intermitente é importante no aumento do VO^2_{max} , dado que treinamentos/esportes intermitentes, como futsal, parecem desenvolver mais o VO^2_{max} quando comparados aos exercícios contínuos. Outrossim, um VO^2_{max} maior pode inferir no desempenho esportivo, melhorando a recuperação (mais ações em alta intensidade) e aumentando o tempo em quadra.

Palavras-chave: Treinamento físico; Aptidão cardiorrespiratória; Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Prescrição de suplementos alimentares conforme a faixa etária: um estudo com praticantes de exercícios físicos em academias

AUTORES

Gabriela Moura Soares
Diene da Silva Schlickmann
Eduarda da Silva Limberger Castilhos
Patrícia Molz
Sílvia Isabel Rech Franke

Universitário, Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, RS.

Associar a prescrição de suplementos alimentares entre faixas etárias de praticantes de academia. Estudo transversal realizado com praticantes de academias de Santa Cruz do Sul/RS, que utilizavam suplementos alimentares, de ambos os sexos e idade igual ou maior de 18 anos. Utilizou-se um questionário online, contendo questões sobre idade, sexo, e prescrição de suplementos (nutricionista, médico, instrutor, iniciativa própria e outras fontes). A faixa etária foi classificada como: 18-30 anos, 31-50 anos e mais de 50 anos. Os dados foram analisados no SPSS versão 23.0, utilizando o teste de χ^2 e nível de significância de $p < 0,05$. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNISC (nº 2.020.170). Avaliou-se 207 praticantes de academias que consumiam suplementos alimentares, com prevalência do sexo masculino (53,1%). A maioria (44,4%) dos indivíduos pertenciam a faixa etária de 18-30 anos e relataram usar suplementos por iniciativa própria (30,1%). A prescrição para o consumo de suplementos diferiu significativamente conforme a faixa etária ($p < 0,001$), verificando-se que indivíduos entre 18-30 anos (40,7%) buscavam a prescrição de suplementos com nutricionistas, enquanto que os indivíduos 31-50 anos (39,7%) consumiam suplementos por iniciativa própria e aqueles com mais de 50 anos (48,6%) usam suplementos por indicação médica. Entre as faixas etárias avaliadas, os praticantes de academia jovens buscavam orientação com um nutricionista, enquanto que os mais velhos procuravam orientação médica. Ainda, o uso de suplementos por iniciativa própria foi mais reportado pelos indivíduos com 31-50 anos.

Palavras-chave: Suplementos nutricionais; Academia de ginástica; Monitoramento de prescrições; Nutrição no esporte.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Avaliação da lateralidade e co-contração muscular em ciclistas recreacionais com o uso do Ezzebike

AUTORES

Gabriella Lapresa Ribas
Jefferson Fagundes Loss

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O EzzeBike é um extensor de guidão destinado a ciclistas recreacionais, com a finalidade de permitir a alternância de posturas durante a pedalada. A alteração aguda na postura do ciclista e na ativação de alguns músculos já foi demonstrada na literatura. O objetivo deste estudo é avaliar a lateralidade e o nível de co-contração de músculos do membro inferior em ciclistas recreacionais utilizando o EzzeBike. Foram monitorados os sinais eletromiográficos de superfície (EMG), bilateralmente, nos músculos reto femoral e bíceps femoral de 10 participantes, cuja atividade eletromiográfica foi normalizada pela respectiva contração voluntária máxima isométrica. Os ciclistas pedalarão em um rolo ergométrico por 17 minutos, com a carga auto-selecionada, utilizando suas próprias bicicletas. Após os primeiros 15 minutos, foram coletados dados eletromiográficos durante dois minutos: um minuto na posição tradicional e um minuto utilizando o EzzeBike. Para as comparações foram realizados testes t pareados adotando-se um nível de significância de $p < 0,05$. Em média, não foram observadas diferenças significativas na lateralidade. Entretanto, ao examinar os dados individualmente, constatou-se que alguns participantes utilizaram predominantemente o lado direito, enquanto outros o lado esquerdo. De forma similar, o nível de co-contração não se alterou com a utilização do Ezzebike, entretanto, alguns participantes aumentaram o índice de cocontração com o uso do extensor de guidão enquanto outros diminuíram. Há indícios que o Ezzebike afeta os níveis de ativação muscular assim como o momento de entrada e saída no ciclo de ativação.

Palavras-chave: Lateralidade funcional; Eletromiografia; Ciclismo.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Produção de torque extensor de joelho entre praticantes de cross training e treinamento resistido: resultados preliminares

AUTORES

Heinrich Leon Souza Viera
Tiago Dutra Leite Nunes
Fábio Juner Lanferdini

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

A modalidade de treinamento físico pode acarretar diferentes adaptações no que diz respeito às capacidades físicas do praticante, neste meio a força é um exemplo cabível. Diante disso, o estudo teve como objetivo comparar a produção de torque de extensores de joelho em praticantes de cross training (CROSS) e praticantes de treinamento resistido (TR). O torque dos músculos extensores de joelho do membro dominante foi avaliado utilizando dinamometria isocinética (Biodex-4[®]) em duas velocidades angulares (60-300°/s) em 10 praticantes de CROSS (~29,2 anos; ~83,5 kg; ~173,1 cm; 3,1 anos de experiência; 321,5 minutos de treinamento semanal) e 10 de TR (~22,4 anos; ~80,67 kg; ~173,9cm; 6,0 anos de experiência; 472,5 minutos de treinamento semanal). A normalidade dos dados foi testada com o teste de Shapiro-Wilk e as variáveis comparadas utilizando o MANCOVA com post-hoc de Bonferroni (Covariáveis: experiência e volume semanal de treinamento) e significância de $\alpha = 0,05$ no software SPSS 22.0[®]. Não foi encontrada diferenças significativas na capacidade de geração de torque dos extensores do joelho entre CROSS (60°/s = 249,2 ± 45,2 N.m; 300°/s = 140,5 ± 17,6 N.m) e TR (60°/s = 235,8 ± 39,8 N.m; 300°/s = 132,2 ± 16,3 N.m); $p > 0,05$. Estes resultados sugerem que independentemente do tipo de treinamento de força (CROSS ou TR) os valores de torque dos músculos extensores do joelho são similares e podem estar relacionados a compatibilidade de exercícios executados dentro de ambas as modalidades.

Palavras-chave: Torque; Força muscular; Treinamento de força; Musculação; Treinamento físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Perfil Força-Velocidade (PFV) em karatecas e sua relação com Tempo de Resposta de Escolha (TRE)

AUTORES

Hugo Enrico Souza Machado
Victor Silveira Coswig
Antenor Barbosa Calandrini de Azevedo
Eduardo Macedo Penna

Universidade Federal do Pará, Belém, PA.

O PFV avalia as capacidades mecânicas musculoesqueléticas e estratifica atletas a um perfil mais orientado para força ou velocidade. Com isso, é possível que a classificação do PFV esteja associada a um melhor TRE. O objetivo do estudo foi descrever o PFV e correlacionar com TRE de karatecas. Participaram 15 atletas (massa corporal = 74.1 ± 7.5 kg; estatura = 172 ± 7.6 cm; idade = 27.1 ± 10.4 anos; prática = 14.3 ± 8.3 anos) que tivessem no mínimo 6 meses de experiência com treinamento de força. O PFV foi estimado através de quatro saltos contramovimento analisados pelo aplicativo MyJump2® a 240 Hz de gravação, como proposto por Jiménez-Reyes et al. (2017). Os pontos de cargas variaram entre 0, 20, 40 e 60% da massa corporal dos atletas. O PFV foi considerado válido quando $R^2 \geq 0.9$. No TRE foi utilizado o BlazePod™. Quatro pods foram posicionados em um saco de boxe e eram ativados de forma aleatória e simultânea. Um pod possuía cor diferente e fora definido como alvo. Três blocos de 10 chutes semicirculares foram realizados. Os dados foram descritos como média e desvio-padrão. Para análises inferenciais fora usado teste de correlação de Pearson. O projeto foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa do ICS-UFPa sob número: 5.636.221. Os atletas assinaram TCLE. Os participantes apresentaram média de 36.2 ± 11.4 N/Kg, 4.5 ± 2.6 m/s e 38.2 ± 17.7 W/Kg para força, velocidade e potência máxima teórica. A média do TRE foi de 934 ± 118 , 877 ± 87 e 863 ± 98 ms para os três blocos. Não foram encontradas correlações significantes entre as variáveis de interesse ($r \leq 0,3$ e $p \geq 0,05$). Conclui-se que capacidades físicas não predizem TRE em karatecas amadores.

Palavras-chave: Treinamento de força; Ergonomia; Performance esportiva.

Apoio: Agradecemos a Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação da Universidade Federal do Pará (PROPESP) e a Fundação Amazônica de Amparo a Estudos e Pesquisa do Estado do Pará (FAPESPA) pelo provimento de bolsas de estudos e apoio nas pesquisas.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS

Ofertas de políticas públicas de esporte e lazer na Região Metropolitana do Recife/PE



AUTORES

Jean-pierre Martins Carneiro da Silveira
Andresa Amorim de Lima
Carla Meneses Hardman
Vilde Gomes de Menezes

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

O objetivo do estudo foi descrever as ofertas de Políticas Públicas de Esporte e Lazer e a interação da população, na Região Metropolitana do Recife (RMR). Trata-se de um estudo descritivo exploratório, a partir de análise documental. Coletou-se postagens sobre ofertas de programas e projetos de esporte e lazer, nos perfis oficiais (Instagram, Facebook e Twitter) das prefeituras da RMR, entre 2017 e 2020. Avaliou-se a interação por meio da Taxa de Engajamento e da Análise de Sentimentos. Os comentários foram categorizados: positivo, negativo, neutro e fora-do-tema. O Instagram apresentou maior quantidade de postagens e interações, comparado ao Facebook e Twitter. Os perfis do Recife e Jaboatão dos Guararapes têm maior quantidade de postagens sobre oferta de programas e projetos de esporte e lazer (atividade física), com 81 e 79 postagens, respectivamente. As ofertas mais destacadas foram dança/zumba (n = 113), futebol (n = 85) e caminhada/corrida (n = 54). As cidades com maior quantidade de curtidas no Instagram foram Recife (n = 7.741) e Igarassu (n = 7.547). Os perfis com maior taxa de engajamento no Instagram foram de Camaragibe (21,34%), Itapissuma (21,02%) e Igarassu (19,32%). Os comentários positivos (n = 1.803) se sobressaíram às outras categorias, nas postagens das três cidades com a maior quantidade de comentários (Recife, Jaboatão e Olinda). Parece haver uma boa perspectiva da população nos perfis, quanto às ofertas publicadas nas redes sociais, destacando a importância de analisar as interações para ofertar políticas públicas segundo as demandas, necessidades e preferências da população.

Palavras-chave: Política pública; Esportes; Atividades de lazer; Rede social.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Promoção da Saúde de pessoas LGBT através das práticas esportivas: um dispositivo de inclusão social

AUTORES

João Batista de Oliveira Junior
Zeno Carlos Tesser Junior
Rodrigo Otávio Moretti Pires

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O esporte, um dispositivo amplamente disseminado na sociedade e considerado um direito constitucional, pode excluir certos grupos, como a população LGBT, devido à presença de lgbtfobia estrutural. No entanto, o esporte transcende sua função como atividade física e mental, tornando-se uma ferramenta de inclusão social significativa. Em face do contexto de exclusão e violência enfrentado pela população LGBT, o esporte assume um papel importante como meio de promoção da saúde. Este trabalho teve como objetivo analisar as práticas esportivas na vida das pessoas LGBT no âmbito da promoção da saúde. Este estudo é de natureza qualitativa e exploratória. Cinco grupos focais online foram conduzidos, envolvendo um total de 35 participantes, divididos com base em sua identidade de gênero e orientação sexual. Os dados sociodemográficos foram coletados por meio de um formulário online. As sessões dos grupos foram gravadas, transcritas e analisadas utilizando a técnica de Análise Temática. Os resultados revelaram que a população LGBT enfrenta estigmas e violências no contexto esportivo, especialmente quando consideramos a realidade das pessoas trans. Apesar das experiências de lgbtfobia, o esporte foi identificado como um espaço fundamental para a saúde mental, inclusão social, oportunidades de emprego formal e senso de pertencimento. Além disso, a criação de associações LGBT mostrou-se uma realidade importante, permitindo a “saída do armário” dentro do universo esportivo. É necessário estabelecer mecanismos para transformar os espaços esportivos em ambientes livres de discriminação e opressão.

Palavras-chave: Promoção da saúde; Inclusão social; Minorias sexuais e de gênero.

Apoio: Universidade Federal de Santa Catarina e Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação entre os efeitos do exercício de mobilidade ou aquecimento geral sobre a amplitude de movimento e o esforço percebido: um estudo controlado randomizado

AUTORES

Josivam Peixoto Siqueira
Lorraine Rodrigues Miranda
Pedro Augusto Inacio
Patricia Sardinha Leonardo
Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins
Alberto Souza de Sá Filho

Universidade Evangélica de Goiás, Anápolis, GO.

Buscou-se analisar o efeito agudo de um protocolo de mobilidade articular ou aquecimento sobre os ângulos no movimento de agachamento profundo padrão Overhead (OHS). 15 participantes ativos compareceram ao laboratório para 3 visitas. A 1ª visita consistiu na caracterização antropométrica e uma familiarização com os protocolos de mobilidade (MOB) e aquecimento geral (CON). A 2ª e 3ª visitas foram randomicamente determinadas e consistiram na realização dos protocolos experimentais. Antes e após a execução dos protocolos experimentais, foram realizadas análises fotogramétricas bidimensionais do movimento de agachamento OHS. A percepção de esforço (PSE) diante do movimento de OHS foi registrada. Além disso, foi também realizado pré e pós-intervenção uma análise de temperatura corporal por termografia próxima. Uma ANOVA foi utilizada para comparação entre as variáveis angulares e temperatura. Um teste não paramétrico comparou as medidas de PSE. Houve diferenças significativas apenas nos ângulos de joelho ($61,5^\circ \pm 13,8^\circ$? $55,2^\circ \pm 15,6^\circ$ vs. $58,7^\circ \pm 16,2^\circ$? $53,4^\circ \pm 16,5^\circ$; $p = 0,001$, respectivamente para MOB vs. CON) e quadril ($55,0^\circ \pm 10,2^\circ$? $50,2^\circ \pm 9,0^\circ$; $p = 0,001$). Não houve diferenças entre MOB e CON ($p > 0,05$). Houve diferenças nas PSE pré e pós-intervenção ($p = 0,001$), sem diferenças entre grupos ($p = 0,837$). A análise termográfica apresentou diferenças pré e pós-intervenção ($p = 0,001$), sem diferir entre grupos ($p = 0,764$). Conclui-se que a amplitude de movimento foi aumentada diante de ambas as intervenções, com menores PSE, sugerindo possível utilização como estratégia pré exercício.

Palavras-chave: Aquecimento; Performance; Flexibilidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O futsal feminino da Universidade Federal de Santa Maria e sua equipe multidisciplinar: um relato de experiência

AUTORES

Juliano Brilhante Alves
João Gabriel Gewehr
Igor Martins Barbosa

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

O projeto do Futsal Feminino da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM) busca oportunizar e inserir as mulheres no contexto esportivo do futsal. Baseado nisso, esse trabalho tem por objetivo relatar como ocorre e ressaltar a importância do trabalho conjunto da comissão técnica multidisciplinar em torno da equipe durante o primeiro semestre do ano de 2023. Esse trabalho foi conduzido e desenvolvido a partir de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência. Tendo em vista a superação de métodos tradicionais, semanalmente, as atletas recebem o suporte e o acompanhamento do campo da fisioterapia, nutrição e psicologia, tanto nos treinamentos, quanto nas competições. Também é realizada semestralmente as baterias de testes para o monitoramento de dados visando uma evolução tanto individual, quanto coletiva da equipe. Vale ressaltar que a comissão técnica se reúne semanalmente para alinhar as atividades, considerando a contribuição de todas as áreas, e planejando os próximos passos. Logo, mesmo atuando de forma independente a partir das áreas de atuação, o trabalho da equipe multidisciplinar vem proporcionando um ambiente mais dinâmico e completo de ensino, pesquisa e extensão, resultando em um trabalho íntegro. Dessa forma, há um aporte na conservação das atletas em todas as variantes, que influenciam em seu desempenho diário, como: qualidade dos treinos e rendimento nas competições. Por conseguinte, a partir de uma equipe multidisciplinar foi possível perceber e potencializar sua importância no projeto, de modo a qualificar o ambiente de trabalho das atletas, oportunizando melhores resultados e mais segurança na prática esportiva.

Palavras-chave: Educação física e treinamento; Nutrição no esporte; Psicologia do esporte; Medicina esportiva.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Reprodutibilidade das medidas de área de secção transversa muscular via ultrassom modo-b: um estudo de avaliação interdias e intra/inter avaliadores

AUTORES

Katielle Rodrigues da Silva Cardoso

Pedro Augusto Inacio

Viviane Soares

Patrícia Sardinha Leonardo

Alberto Souza de Sá Filho

Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins

Universidade Evangélica de Goiás, Anápolis, GO.

O objetivo foi determinar a consistência interna e estabilidade das medidas de ultrassonografia modo-B, bem como sua reprodutibilidade entre avaliadores. A amostra consistiu em 45 participantes de ambos os sexos ($30,7 \pm 16,2$ anos). O estudo foi realizado em 2 visitas. Os voluntários permaneceram em posição supinada com os membros relaxados por 10 min. Foram adotados os pontos anatômicos do fêmur da coxa direita, em seguida o posicionamento de 40° do comprimento do fêmur para a região proximal para a análise de espessura do músculo reto femoral (RF). Foi utilizado uma sonda linear (Midway® M6) com frequência de 6-14 mega-hertz (MHz). Para análise dos dados, foi determinado um Coeficiente de Correlação Intraclasse (CCI), o erro típico de medida (ETM), bem como, o teste de Bland-Altman para inspeção da distribuição do erro de medida. Os resultados mostraram a confiabilidade intra e entre avaliadores com CCI = 0,92 ($p = 0,001$). Intra avaliadores observou-se um ETM de 1,7% e 1,8% (erro absoluto de 0,03 e 0,04 cm) respectivamente entre avaliador 1 e 2. Entre avaliadores observou-se um ETM de 3,5% ETM (0,07 cm). Estabilidade das medidas apresentou 5,6% e 4,8% de variação entre dias (0,10 e 0,09 cm, respectivamente para avaliador 1 e 2). O Bland-Altman apresentou comportamento homocedástico para as medidas. Conclui-se que o ultrassom modo-B é uma ferramenta confiável para medição de espessura muscular.

Palavras-chave: Ultrassom; Músculo; Reprodutibilidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Prevalência de lesão em atletas de equipes masculinas de voleibol sub -17

AUTORES

Lavinia Martins Di Luca
Guilherme Pereira Berriel
Maria Eduarda de Assis Brasil Cavagni
Carol de Luca Baccarin
Ananda Silveira Cardoso
Leonardo Alexandre Peyré Tartaruga
Luiz Fernando Martins Krue

Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O voleibol, apesar de não ser classificado como um esporte de contato, possui considerável predisposição à lesão. Como a incidência e os fatores de risco associados a estas lesões ainda não foram bem definidos na literatura, é importante que entendamos os processos de lesão na modalidade e conforme a posição em quadra do atleta. Descrever a prevalência de lesões por articulação e nas diferentes posições em atletas no Campeonato Brasileiro de Seleções estaduais e Campeonato Brasileiro Interclubes das equipes masculinas de voleibol da categoria Sub-17. Estudo transversal em que foram analisados 724 atletas ($74,03 \pm 23,58\text{Kg}$; $183,19 \pm 8,11\text{cm}$; tempo de prática $3,98 \pm 2,13$). Os jogadores responderam a uma anamnese sobre a incidência de lesão no último ano e respectiva posição ocupada em quadra. As articulações lesionadas foram subdivididas em tornozelo, joelho, lombar, ombro, pé e mão, e as posições em levantador, ponteiro, oposto, central e líbero. Para a apresentação dos resultados foi utilizado estatística descritiva por meio de frequência relativa (%). Dos 724 atletas, 195 (26,9%) sofreram alguma lesão no último ano. O tornozelo foi a articulação mais lesada em todas as posições, totalizando 46,15%, seguida do joelho com 21,53%, mão com 13,33%, ombro com 10,76%, lombar com 6,15% e pé com 2,05%. Os achados do presente estudo mostram que a articulação mais lesada foi o tornozelo tanto de maneira geral quanto por posição. Assim, é fundamental investir em um treinamento preventivo com maior enfoque nesta articulação, a fim de evitar lesões futuras.

Palavras-chave: Atletas; Esportes de equipe; Voleibol; Traumatismos em atletas.

Apoio: Esse estudo foi financiado pela coordenação de aperfeiçoamento de pessoal de nível superior (CAPES), pelo conselho nacional de desenvolvimento científico e tecnológico (CNPq) e confederação brasileira de voleibol (CBV).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação da Força de Preensão Palmar após uma sessão de beach tennis jogada individualmente e em duplas em atletas amadoras

AUTORES

Leandro de Oliveira Carpes

Nathalia Jung

Lucas Domingues

Vinicius Schneider

Rodrigo Ferrari

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Avaliar e comparar a força de preensão palmar após uma sessão de beach tennis jogada individualmente e em duplas em atletas amadoras da modalidade. 22 mulheres fisicamente ativas, que competiam há pelo menos 1 ano em torneios da modalidade, realizaram aleatoriamente duas sessões experimentais: beach tennis Individual (1 vs. 1) e Duplas (2 vs. 2). Cada sessão iniciou com um aquecimento de 5min, seguido de 3 partidas de 12min com 2min de intervalo entre elas. A força de preensão palmar isométrica foi avaliada em ambos os braços antes (Pré), e após 5 e 30min do término da sessão, utilizando um dinamômetro de mão analógico (Jamar, EUA). Foi utilizado Equações de Estimativas Generalizadas para comparações (tempo e grupo). Não houve diferença nos valores Pré entre as sessões (braço dominante- Individual: $39 \pm 8\text{kgf}$, Dupla: $38 \pm 6\text{kgf}$, $p = 0,269$; não-dominante- Individual: $36 \pm 7\text{kgf}$, Dupla: $35 \pm 6\text{kgf}$, $p = 0,233$). Após a sessão Individual, não houve diferença ($> 0,05$) no braço dominante (Pós 5'/30': $0 \pm 4\text{kgf} / 0 \pm 4\text{kgf}$) e não-dominante (Pós 5'/30': $0 \pm 3\text{kgf} / 0 \pm 4\text{kgf}$). Após a sessão em Duplas, observou-se um aumento significativo na força de preensão palmar somente no braço dominante (Pós 5': $2 \pm 3\text{kgf}$, $P < 0,001$; Pós 30': $2 \pm 3\text{kgf}$, $p = 0,001$), braço não-dominante ($> 0,05$) (Pós 5'/30': $1 \pm 2\text{kgf} / 2 \pm 2\text{kgf}$). Ainda, a força de preensão palmar no Pós 30' foi maior quando comparada à sessão Individual ($\Delta = 2 \pm 2\text{kgf}$, $p = 0,001$). Uma sessão de beach tennis jogada em duplas pode aumentar agudamente a força de preensão palmar em atletas amadoras da modalidade.

Palavras-chave: Esporte; Mulheres; Condicionamento físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação do humor em jogadores profissionais e amadores de futsal durante o período competitivo

AUTORES

Leonardo Noschang Raimundo
Daniel Guterres Miranda da Silva
Pedro Schons
Guilherme Droescher de Vargas
Lucas Moraes Klein
Luiz Fernando Martins Kruehl
Artur Avelino Birk Preissler

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O futsal é um esporte muito praticado no Brasil e diversos fatores podem interferir no desempenho dos jogadores amadores e profissionais. As alterações no estado de humor são fatores que podem afetar de maneira positiva ou negativa o rendimento no futsal, perante a rotina de vida de um atleta, onde é exigido disciplina para treinos e competições. O objetivo do presente estudo foi comparar o humor de jogadores profissionais e amadores de futsal durante o período competitivo. Os grupos foram compostos por 34 jogadores amadores (27,41 ± 8,14 anos, 79,85 ± 12,28 kg e 173,18 ± 6,68 cm) e 37 jogadores profissionais (28,51 ± 5,82 anos, 74,27 ± 8,34Kg e 174,49 ± 5,23cm) de futsal. Para avaliação do humor dos atletas foi utilizada a Escala de Humor de Brunel. Os dados estão apresentados em média e desvio padrão. Para comparação entre os grupos foi utilizado o teste T Independente ($\alpha < 0,05$). O domínio da fadiga foi o único que apresentou diferença significativa entre os jogadores amadores (3,35 ± 3,43 UA) e profissionais (5,62 ± 3,18 UA), sendo superior nos jogadores profissionais ($p < 0,001$). Os demais domínios: tensão, depressão, raiva, vigor e confusão mental não apresentaram diferenças entre os grupos. Assim, o nível competitivo dos jogadores deve ser considerado no planejamento da temporada de treinamento, visto que, foram encontradas diferenças significativas nos níveis de fadiga em jogadores amadores e profissionais de futsal.

Palavras-chave: Variação de humor; Escala de BRUMS; Competição; Psicologia; Desempenho.

Apoio: Esse estudo foi financiado pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) e pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relato de experiência em programas de atividade física: atividades presenciais na EEFERP-USP, à distância e em estabelecimento parceiro

AUTORES

Letícia Detore Develey
Gabriel Peinado Costa
Arthur Polveiro da Silva
Isabela Mendes Zamperlini
Camila de Moraes
Átila Alexandre Trapé

Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, SP.

O objetivo deste relato de experiência é descrever três programas de atividade física (AF) da Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto (EEFERP) da USP. No segundo semestre de 2022, visando ampliar o alcance dos grupos de AF específicos para condições especiais de saúde, foram finalizadas as atividades do “Programa de AF no pós-COVID” e iniciadas as atividades do (1) “Programa de AF para Adultos”. Antes do início e posteriormente, foram realizadas avaliações em saúde nos participantes. Os treinos ocorrem 3x/sem, por 1h, em três turmas, sendo duas de treinamento combinado (força e aeróbio) e uma de treinamento multicomponente (atividades para diversas capacidades e habilidades motoras, incluindo jogos e dança). Ressalta-se que os participantes que não conseguem manter a participação nos grupos presenciais, são convidados a participar do (2) “Grupo de Aconselhamento para a AF”, onde por meio de um aplicativo de mensagens pelo celular, recebem semanalmente orientações, além de ter a possibilidade de interagir com outros colegas e profissionais, para realizar AF de forma autônoma. No primeiro semestre de 2023, as atividades do (3) Projeto de AF na Psiquiatria do Hospital das Clínicas de Ribeirão Preto foram iniciadas como ferramenta para auxiliar no tratamento dos pacientes, para promover bem-estar, interação social e minimizar os efeitos adversos dos medicamentos. As atividades multicomponente acontecem 1x/sem por 45 min. Nos três projetos é possível observar melhoras em aspectos físicos, sociais e emocionais. Diante do exposto, destaca-se a importância de possibilidades de acesso na prática da AF para população.

Palavras-chave: Programa de atividade física; Projeto de extensão; Relato de experiência.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito agudo da mobilização articular sobre o desempenho subsequente da resistência de força: um estudo piloto

AUTORES

Lorraine Rodrigues Miranda
Pedro Augusto Inacio
Anne Caroline Rodrigues
Patricia Sardinha Leonardo
Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins
Alberto Souza de Sá Filho

Universidade Evangélica de Goiás, Anápolis, GO.

Buscou-se avaliar se um protocolo de mobilização articular específico sobre as articulações de tornozelo e quadril gerariam alterações sobre o desenvolvimento de força no movimento de Deadlift (DL). 8 participantes vieram ao laboratório em 3 visitas. Na 1ª visita foi realizado a caracterização da amostra com procedimentos antropométricos e um teste de uma repetição máxima de Deadlift (DL). Na 2ª e 3ª visitas, os sujeitos realizaram aleatoriamente: a) condição controle - apenas número de repetições máximas possíveis para 80% de RM; b) mobilidade + número de repetições máximas a 80% de RM para o movimento de DL. Para o protocolo de mobilidade, foram utilizados 3 padrões de movimentações específicas para 3 articulações móveis envolvidas no padrão de DL (tornozelo, quadril, coluna torácica). Todos os movimentos de mobilidade foram realizados por 15 repetições, num total de 3 séries. Não foi realizado aquecimento prévio para nenhuma das condições. Um teste T independente comparou os procedimentos distintos. O comparativo entre a estratégia de mobilidade e controle não apresentou diferenças significativas para o trabalho total durante o exercício de DL a 80% de RM ($24,0 \pm 1,0$ repetições vs. $25,0 \pm 2,1$ repetições; respectivamente para a condição controle e condição experimental - $p = 0,832$). Conclui-se que o procedimento de mobilidade não interferiu de forma concorrente sobre o desenvolvimento da resistência de força, sugerindo que o protocolo de mobilização articular específico pode ser utilizado como estratégia pré-treinamento.

Palavras-chave: Aquecimento; Força; Flexibilidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Sobrecarga cardiovascular durante uma partida de beach tennis em mulheres com e sem hipertensão arterial

AUTORES

Lucas Betti Domingues
Leandro de Oliveira Carpes
Natália Nunes Jung
Rodrigo Ferrari

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Analisar e comparar a sobrecarga cardiovascular de uma sessão de beach tennis em mulheres de meia-idade normotensas saudáveis (NT) e com hipertensão arterial (HTN). Neste estudo transversal, 26 mulheres (13 NT e 13 HTN) foram submetidas a uma sessão de beach tennis (BT) composta por 3 minijogos de 12 minutos com 2 minutos de intervalo entre eles. Todas as partidas foram disputadas por quatro participantes em uma quadra e regras oficiais de beach tennis. A pressão arterial (PA) e a frequência cardíaca (FC) foram avaliadas antes (Pré), durante (Intra) a sessão (imediatamente após cada minijogo) e após (Pós) a sessão durante 30 minutos. O duplo-produto foi calculado através do produto da PA e da FC. Análise de equação de estimativa generalizada foi usada para comparar efeitos principais entre tempo e grupos. Comparando HTN e NT, o duplo-produto foi diferente no início (Pré: 9977 vs. 8856 mmHg.bpm, $p = 0,041$) e durante a sessão (Intra1: 5736 mmHg.bpm, $P < 0,001$; Intra2: 4753 mmHg.bpm, $p = 0,012$; Intra3: 4954 mmHg.bpm, $p = 0,001$), embora apresentasse valores semelhantes após a sessão (Pós15': -62 mmHg.bpm, $p = 0,935$; Pós30': -473 mmHg.bpm, $p = 0,494$). As HTN apresentam maior sobrecarga cardiovascular antes e durante uma sessão de BT quando comparadas às NT. Os valores semelhantes do duplo-produto ao longo de 30 minutos de recuperação sugerem que uma sessão de BT pode ser uma estratégia para reduzir a sobrecarga cardiovascular em mulheres com hipertensão.

Palavras-chave: Atividade física; Pressão arterial alta; Esportes com raquete.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos da suplementação com açaí (*euterpe precatoria mart*) sobre o desempenho de salto e sprint após exercício intermitente de alta intensidade

AUTHORS

Luma Palheta de Azevedo
Gabriel Gomes Aguiar
Luana Marina Aranha e Silva
Vinicius Ventura Miranda de Araújo
Mateus Rossato

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

The objective was to evaluate the effects of acai supplementation (AS) on counter movement jump (CMJ) performance and 30m sprint (S30m) after a session of high-intensity intermittent exercise (HIIE). Twenty-four men (22.7 ± 2.6 years, 74.1 ± 10.4 kg, and 175.5 ± 5.8 cm) participated, with 50% consuming acai (GSA - 250 mL/day, 4 days before HIIE). The HIIE session consisted of 10 sets of 60 seconds at 100% of peak aerobic velocity (previously determined) and 45 seconds of passive recovery. CMJ height and S30m time were assessed before and immediately after HIIE using a contact platform and photocells, respectively. Two-way ANOVA ($p < 0.05$) was used for group comparisons. For GSA, the mean CMJ values were 40.1 ± 5.8 cm (Pre) and 40.7 ± 7.1 cm (Post). For the control group (GC), the values were 39.5 ± 7.0 cm (Pre) and 40.1 ± 8.4 cm (Post). No significant interactions were observed between time and treatment ($p = 0.994$), treatment ($p = 0.839$), and time ($p = 0.332$). In the S30m, the values for GSA were 4.49 ± 0.35 s (Pre) and 4.53 ± 0.37 s (Post). For GC, the values were 4.54 ± 0.42 s (Pre) and 4.66 ± 0.61 s (Post). No significant interactions were observed between time and treatment ($p = 0.353$), treatment ($p = 0.610$), and time ($p = 0.098$). We conclude that AS did not promote additional ergogenic effects on CMJ and 30m sprint performance after HIIE.

Keywords: Açaí berries; High-Intensity Intermittent Exercise; Recovery of function.

Support: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Amazonas - FAPEAM.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Conhecimento sobre tecnologias na atuação em saúde de profissionais de educação física: um estudo transversal

AUTORES

Magna Leilane da Silva
Ana Amélia Neri Oliveira
Valter Cordeiro Barbosa Filho

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará

A era da digitalização introduziu uma mudança no comportamento nos profissionais de educação física, especialmente no que tange à utilização de tecnologias. Este estudo teve como objetivo verificar a associação entre o conhecimento e a utilização de tecnologias na atuação profissional e pessoal destes profissionais. Com abordagem transversal, o estudo foi realizado em novembro de 2022, envolvendo 13 profissionais cursando especialização em Educação Física Escolar em uma instituição pública no interior do Ceará, Brasil. Foi aplicado um questionário on-line via google forms, com questões sobre a autoavaliação do conhecimento e a aplicação de tecnologias. A estatística descritiva e o teste de Qui-quadrado foram utilizados ($p < 0,05$). Os participantes, de ambos os sexos, tinham uma média de idade de 33,46 ($\pm 6,476$) anos. Em relação à autoavaliação do conhecimento sobre tecnologias, não foi identificada associação com a realização de cursos sobre tecnologias voltadas à área de educação física nos últimos 5 anos ($X^2(1) = 0,258; p = 0,612$) nem com o uso de aplicativos para monitoramento de saúde, como de deslocamentos ($X^2(1) = 0,737; p = 0,391$), sono ($X^2(1) = 0,077; p = 0,782$), stress ($X^2(1) = 0,929; p = 0,335$), frequência cardíaca ($X^2(1) = 0,929; p = 0,335$) e nutrição ($X^2(1) = 0,014; p = 0,906$). O conhecimento em tecnologias também não esteve associado com a utilização prática na vida pessoal ($X^2(3) = 10,116; p = 0,182$). Conclui-se que houve uma desconexão entre o conhecimento tecnológico e sua aplicação real na rotina profissional e pessoal dos profissionais citados. Tal descoberta sugere que um maior foco na atualização e na inovação prática das tecnologias pode potencializar benefícios na área da saúde, desde a melhoria da qualidade do serviço prestado até a promoção da saúde e do bem-estar dos profissionais.

Palavras-chave: Inovação; Monitoramento; Trabalho.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A utilização de diferentes configurações de Pequenos Jogos no desempenho cognitivo, na percepção de sucesso no esporte, na motivação e na ansiedade

AUTORES

Marcelo Couto Jorge Rodrigues
Tauany Garcia Marra
Geovana Pires Rodrigues
Else Saliés Fonseca
Eduardo de Paula Amorim Borges
Gustavo de Conti Teixeira Costa

Universidade Federal de Goiás, Goiânia, GO.

A performance esportiva é condicionada por uma complexa mistura de fatores físicos, sociais, psicológicos e ambientais, influenciando e sendo influenciada pela saúde mental dos indivíduos. Dessa forma, é de suma importância, nos processos de ensino-aprendizado dos esportes coletivos, possibilitar o desenvolvimento da cognição, bem como desenvolver uma boa relação com as variáveis psicológicas nas aulas/treinos. Investigar o impacto da utilização dos Pequenos Jogos (PJ) com manipulação da área relativa por jogador em configurações de igualdade e superioridade numérica ofensiva sobre o desempenho cognitivo, a percepção de sucesso no esporte, a motivação e a ansiedade. Consistiu-se como amostra, 79 alunos de ambos os sexos (homens e mulheres), com idades de 18 a 32 anos, divididos em 4 grupos com manipulação da área relativa por jogador em configurações de igualdade e superioridade numérica ofensiva, selecionados por conveniência da Universidade Federal de Goiás, que realizaram os seguintes testes: para avaliação do desempenho cognitivo o teste de Stroop, a percepção de sucesso a partir do POSQ, a motivação por meio do BRSQ-8 e a Ansiedade a partir do IDATE Estado/Traço, aplicados antes e depois da participação em 23 aulas de acordo com o tipo de intervenção proposta. Os resultados mostraram que os PJ melhoraram o desempenho cognitivo, a motivação extrínseca e intrínseca e a ansiedade traço. Os PJ se configuram como uma ferramenta pedagógica para o ensino do esporte, aumentando o desempenho cognitivo, motivando os alunos e reduzindo a ansiedade, independente da configuração com igualdade ou superioridade numérica.

Palavras-chave: Motivação; Ansiedade; Cognição; Esportes de equipe; Saúde mental.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Foam rolling's acute effects on myofascial tissue stiffness: a meta-analytical review with grade's recommendation

AUTHORS

Marcelo Henrique Glänzel
Deivid Ribeiro Rodrigues
Gustavo do Nascimento Petter
Daniel Pozzobon
Marco Aurélio Vaz
Jeam Marcel Geremia

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Foam rolling (FR) is widely used in rehabilitation and physical training. However, the FR's effects on myofascial tissue stiffness remain unclear. We performed a systematic review with meta-analysis of trials that tested the FR's acute effects during warm-up on the myofascial tissue stiffness in healthy adults of different/diverse training status. This review (CRD42021227048) was performed according to Cochrane's recommendations, with searches performed in PubMed, Web of Science, Embase, and PEDro databases. Syntheses of included studies' data were performed, and the PEDro scale was used to assess the studies' methodological quality. The evidence's certainty was assessed using the GRADE approach. Eleven studies (PEDro scale: mean 5.0 ± 1.3) were included. Studies assessed trunk and thigh fascial tissue stiffness, and thigh and calf muscle stiffness, while no studies investigated the FR's effects on tendon stiffness. Studies demonstrated decreases in fascial (21-57%; $n = 2$) and muscle (3-24%; $n = 5$) stiffness after FR application. However, our meta-analysis showed no FR effects on fascial (SMD = 0.2; 95%CI 20.4-0.7; $p = 0.5$; $I^2 = 0\%$; $n = 2$; low-certainty) and muscle (SMD = 0.2; 95%CI 20.1-0.4; $p = 0.1$; $I^2 = 50\%$; $n = 5$; very low-certainty) stiffness. Our findings suggest that FR application promotes no changes in myofascial tissue stiffness. Therefore, functional effects (e.g., increased joint range of motion) produced by the FR application seem to be attributed to other mechanisms than myofascial stiffness. However, due to the studies' low methodological quality, this evidence may not truly represent the FR's effects on myofascial tissue, and studies with higher methodological quality should be performed to better ascertain the effects of FR on myofascial tissue stiffness.

Keywords: Fascia; Musculoskeletal manipulations; Myofascial release therapy; Massage; Warm-up exercise.

Support: The authors thank the Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), do Brasil for financial support.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Foam rolling effects on plantar flexors delayed-onset muscle soreness after an eccentric exercise-induced muscle damage in healthy individuals

AUTHORS

Marcelo Henrique Glänzel
Deivid Ribeiro Rodrigues
Rose Löbell
Carla Emilia Rossato
Daniel Pozzobon
Jean Marcel Geremia

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

Delayed-onset muscle soreness (DOMS) is often found after an intense bout of physical exercise. Self-massage with a foam rolling (FR) has been used to reduce DOMS, although there is no consensus about its effectiveness. We aimed to verify the effects of FR application in the DOMS recovery of plantar flexor muscles in healthy individuals. Twenty-eight men (26 ± 7 years old) were randomized into two groups: FR ($n = 14$) or control (CON, $n = 14$). Active (during a 5s isometric contraction) and passive (by palpation) DOMS were obtained by visual analogue pain scale. The evaluations were performed before, immediately after, Post-24h, Post-48h, and Post-72h after an exercise-induced muscle damage protocol (EIMD) (4x25 maximal eccentric contractions; 30s interval between sets). After the EIMD, the participants applied FR (3x30s; at maximum tolerable pressure; 25 repetitions per minute) or remained seated in a chair for 90s (CON). The EIMD protocol resulted in an increase in passive DOMS (both groups) and active DOMS (CON) after 24 and 48h. The FR application decreased active DOMS at Post-48h (CON = 214%, FR = -3%; $p = 0.04$) and passive DOMS at Post-24h (CON = 207%, FR = 178%; $p = 0.04$), Post-48h (CON = 315%, FR = 262%; $p = 0.02$) and Post-72h (CON = 248%, FR = 84%; $p < 0.01$). The increase in DOMS after EIMD could be related to the inflammatory process and edema accumulation. The mechanisms of DOMS reduction after FR application may involve effects at the central level (pain modulating system) and peripheral level (increase in blood flow). In conclusion, the FR application decrease DOMS after EIMD caused by eccentric exercise in plantar flexor muscles.

Keywords: Massage; Myofascial release therapy; Musculoskeletal pain; Exercise

Support: The authors would like to thank the Coordination for the Improvement of Higher Education Personnel (CAPES), Brazil, for the financial support.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Respostas fisiológicas e bioquímicas em exercício de intensidade leve em militares: um estudo piloto

AUTORES

Marcos Paulo Campos Assis
Maria Eduarda Westrup Apolinario
Tiffany Santana do Nascimento
Eduarda Valim Pereira
Joni Marcios de Farias

Universidade do Extremo Sul Catarinense

Avaliar respostas fisiológicas, bioquímicas e composição corporal após um programa de treinamento. trata-se de um estudo piloto. Participaram do estudo militares fisicamente ativos com idade entre 20 a 40 anos, foram realizados 12 treinos de corrida, com 6 repetições de 10 minutos por sessão, mantendo a intensidade leve determinada pela frequência cardíaca de reserva (40% a 60%). A coleta dos dados foi feita antes e depois de 12 sessões de treino. Foi coletado a frequência cardíaca (FC) de repouso, a composição corporal a partir de uma bioimpedância e uma análise de sangue composta por marcadores bioquímicos que indicam presença de radicais livres pela carbonilação de proteínas, di-clorofluoresceína, sulfidril, superóxido dismutase, glutatona e óxido nítrico (NO). Os dados foram avaliados a partir da aplicação da análise de variância. percebeu-se melhora no percentual de gordura de $16,05\% \pm 7,52$ para $14,90\% \pm 6,70$ ($p = 0,027$) e no aumento do NO endotelial de $0,15\mu\text{mol}/\text{mg} \pm 0,10$ para $0,29\mu\text{mol}/\text{mg} \pm 0,18$ ($p = 0,018$), as outras análises apresentaram melhoras, porém não significativas. A diminuição da gordura corporal é um ponto muito positivo uma vez que foram somente 12 sessões de treinamento e o aumento do NO na corrente sanguínea, uma vez que o mesmo promove a maleabilidade endotelial. Sugerindo assim uma eficácia do treinamento de intensidade leve na perda de gordura e na promoção da saúde cardiovascular.

Palavras-chave: Treino aeróbico; Esforço físico; Fenômenos fisiológicos; Exercício físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Qualidade de sono e sonolência diurna de atletas de triatlo amadores no período pré-competitivo para o Ironman

AUTORES

Maria Eduarda de Assis Brasil Cavagni
Renato Rosso
Pedro Schons
Guilherme Droscher de Vargas
Luiz Fernando Martins Kruehl
Artur Avelino Birk Preissler

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O triatlo é uma modalidade esportiva caracterizada por ser composta de três esportes executados em sequência: natação, ciclismo e corrida. Algumas provas são disputadas em maiores distâncias e exigem uma preparação específica com muito volume de treinamento. Contudo, por vezes, atletas amadores não possuem tempo hábil para periodizar os treinamentos, atividades da vida diária e períodos adequados de descanso. Descrever a qualidade do sono e a sonolência diurna de atletas de triatlo amadores em período pré-competitivo para o Ironman. Estudo piloto: transversal, descritivo e quantitativo com amostra composta de 33 atletas amadores (15 mulheres e 18 homens) de triatlo (39,85 ± 8,17 anos, 67,48 ± 9,29 kg, 5,88 ± 4,25 anos de prática). Um formulário foi enviado para as assessorias esportivas que encaminharam para seus atletas. Foram calculados o grau de sonolência diurna (Escala Epworth) e o índice de qualidade do sono (Escala Pittsburg). Os resultados foram apresentados utilizando estatística descritiva por meio de frequência (%). Os resultados indicam que 27,27% dos atletas apresentaram grau normal, 9,09% grau médio e 63,64% para grau alto de sonolência diurna. Para o índice de Qualidade do Sono, 24,24% dos atletas apresentaram uma boa qualidade do sono e 75,76% apresentaram uma qualidade ruim. Sugerimos que existe uma baixa qualidade de sono e grande sonolência diurna nos atletas amadores de triatlo, participantes da prova Ironman, o que deve alertar a atletas e treinadores sobre a adequada observação dos métodos de qualificação do sono preservando o atleta e, conseqüentemente, sua longevidade no esporte.

Palavras-chave: Triatlo; Qualidade do sono; Sonolência diurna; Atleta amador.

Apoio: CAPES e CNPq.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS

Relação força muscular com a densidade mineral óssea em mulheres jovens



AUTORES

Maria Eduarda Fernandes Leite
Núbia Maria de Olivera
Aryanne Hydeko Fukuoka Bueno
Pâmela Teodoro de Oliveira
Ezequiel Moreira Gonçalves

Universidade Estadual do Norte do Paraná,
Jacarezinho, PR.

A força muscular é um importante indicador de funcionalidade, tem efeito protetor contra diversas doenças crônicas degenerativas. A perda de massa óssea é mais prevalente nas mulheres, aumentando os riscos de fratura, principalmente na pós-menopausa. : Verificar a relação entre o desempenho no teste de força muscular (flexão/extensão de joelho) e indicadores de saúde óssea em mulheres jovens. A amostra foi composta por 22 jovens universitárias ($23,2 \pm 3,0$ anos). A determinação da densidade mineral óssea (DMO), conteúdo mineral ósseo (CMO) total, coluna e pernas, tecido mole magro (TMM) foi realizada por meio da absorciometria por dupla emissão de raios-x, teste de força de extensão e flexão do joelho direito realizado pelo dinamômetro isocinético. Foi utilizada análise de regressão linear para verificar a relação entre as variáveis de massa óssea e força, controladas pelo TMM total e da perna direita. Houve correlação positiva significativa das variáveis de força de flexão com a DMO, T-score e o CMO. O pico de torque da flexão foi preditor significativo da DMO da coluna ($\beta = 0,68$ $p = 0,001$) e mesmo quando ajustado pelo TMM permaneceu como preditor mais importante ($\beta = 0,44$ $p = 0,043$). Na análise segmentada, o pico de torque flexão foi um preditor significativo do CMO da perna direita ($\beta = 0,66$ $p = 0,001$), permanecendo significativo mesmo ao ajustar pelo TMM da perna direita ($\beta = 0,33$ $p = 0,045$). Nessa amostra de mulheres jovens, o pico de torque de flexão foi um preditor significativo da DMO da coluna e do CMO da perna direita independente do TMM.

Palavras-chave: Mulheres; Força muscular; Osteoporose; Densidade mineral óssea .



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Existe associação entre volume de treinamento, sintomas de stress pré-competitivo e intenção de seguir treinando e competindo em jovens atletas de Ginástica Artística?

AUTORES

Marina Krause Weymar

Cristine Alberton

Stephanie Santana Pinto

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

O objetivo do estudo foi verificar se existe associação entre o volume de treinamento de jovens ginastas com sintomas de stress pré-competitivo e a intenção de seguir treinando e competindo na modalidade na temporada seguinte. A amostra foi composta por 50 atletas, com idade média de $11,4 \pm 0,66$ anos, que participaram do Torneio Nacional e Campeonato Brasileiro da Confederação Brasileira de Ginástica, em 2022. A coleta de dados foi realizada através de um questionário online, na plataforma Google Forms. Para acessar o volume de treinamento, as ginastas foram questionadas sobre a rotina de treino, e para mensurar o stress pré-competitivo foi utilizada a Lista de Sintomas de “Stress” Pré-Competitivo Infante-Juvenil. Para analisar os dados utilizou-se a correlação de Spearman ($\alpha = 5\%$). Com relação aos resultados, as ginastas treinavam, em média, $17,31 \pm 7,83$ horas semanais, valor que ultrapassa as recomendações para a faixa etária. No entanto, o volume de treinamento não teve correlação significativa com as variáveis de stress pré-competitivo ($\rho = -0,73$; $p = 0,613$), intenção de continuar treinando ($\rho = 0,016$; $p = 0,910$) e competindo ($\rho = -0,129$; $p = 0,371$). Apesar de as ginastas apresentarem um alto valor de stress pré-competitivo ($100,42 \pm 19,45$ pontos), ele foi independente do volume de treinamento. Ainda, mesmo com esse alto valor de stress pré-competitivo, as ginastas ainda têm uma alta intenção de continuar treinando e competindo na modalidade na próxima temporada.

Palavras-chave: Exercício físico; Estresse psicológico; Ginástica.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Fatores de riscos à saúde e estilo de vida de atletas e a população geral: um estudo transversal

AUTORES

Mário Sérgio Vaz da Silva
Beatriz de Oliveira Oshiro
Nicole Iasmim Minante da Silva
Fabrício Cesar de Paula Ravagnan
Christianne de Faria Coelho-ravagnani

Universidade Federal de Mato Grosso do Sul,
Campo Grande, MS.

Comparar o estilo de vida e os fatores de risco à saúde entre atletas e a população geral (PG). Trata-se de um estudo transversal envolvendo atletas masculinos (n = 147) de 13 esportes, divididos em grupo EM (N = 100; esportes com características de resistência ou intermitentes) e grupo VS (N = 47; esportes com alto componente de força e/ou velocidade). O grupo PG foi pareado por idade de acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde (2015). Os participantes foram avaliados por meio de questionários sócio demográfico, saúde, psicológico e por medidas antropométricas e de pressão arterial. Nas análises utilizou-se os testes t, Mann-Whitney e qui-quadrado, com significância de $p < 0,05$. Os grupos VS e EM apresentaram semelhanças para idade, porcentagem de gordura e massa magra. O grupo VS apresentou maior peso corporal ($82,02 \pm 17,33$ vs $74,98 \pm 9,73$ kg), IMC ($26,41 \pm 4,28$ vs $23,76 \pm 2,29$ kg/m²) e pressão arterial (PAS $119,19 \pm 10,96$ e PAD $77,03 \pm 9,61$ vs PAS $114,24 \pm 9,72$ PAD $71,7 \pm 7,84$ mmHg), maior uso de substâncias farmacológicas (12% vs 23%), álcool (15% vs 7%) e percepção ruim de saúde (49% vs 24%), comparado ao grupo EM ($p < 0,05$). O grupo EM, em relação ao PG, apresentou menor prevalência de sobrepeso (26% vs 56%), hipertensão (3% vs 18%) e depressão autorreferida (0% vs 4%), respectivamente ($p < 0,05$). Já o grupo VS apresentou maior prevalência de percepção de saúde ruim quando comparado ao PG (49% vs. 30%; $p < 0,05$). O grupo de esportes com características de resistência ou intermitentes apresentou melhor perfil de saúde comparados aos atletas com alto componente de força/velocidade e à população geral.

Palavras-chave: Estilo de vida; Fatores de risco; Avaliação antropométrica; Atletas; População.

Apoio: UFMS e CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Futsal: uma modalidade eficaz para inferir no *stress* e humor?

AUTORES

Matheus Henrique da Silva Pacheco

Gabriel Rigo Weber

Lorenzo Laporta

Gabriel Ivan Pranke

Igor Martins Barbosa

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

O objetivo deste estudo foi avaliar parâmetros de stress e humor em uma equipe semiprofissional de futsal feminino. Foram analisadas 12 semanas de treinamento, com média de 3 sessões semanais, de uma equipe da cidade de Santa Maria/RS, composta por 12 atletas (idade: $21 \pm 2,04$ anos; massa corporal: $60,85 \pm 9,23$ Kg; estatura: $1,63 \pm 0,04$ metros). Em cada momento pré-sessão foram mensuradas as variáveis de stress e humor (escala subjetiva de Hopper de 1-5) e, então, comparou-se três momentos: PRÉ, PÓS-8, PÓS-12; respectivamente, semanas 1, 8 e 12. Os dados foram submetidos à estatística descritiva e foi feita uma ANOVA de medidas repetidas, com post hoc de Bonferroni. A análise não demonstrou diferença significativa nas variáveis stress ($p = 0,638$) e no humor ($p = 0,266$) entre os momentos PRÉ ($3 \pm 0,74$; $3 \pm 0,21$), PÓS-8 ($2,92 \pm 0,6$; $2,91 \pm 0,17$) e PÓS-12 ($3,1 \pm 0,45$; $3,1 \pm 0,13$). Embora a prática regular de esportes influencie em aspectos relacionados à qualidade de vida dos indivíduos, não houve diferença entre os momentos analisados em uma equipe feminina semiprofissional de futsal nas variáveis de stress e humor. Esses resultados podem estar relacionados às diferenças entre esporte competitivo e de lazer. Equipes competitivas apresentam fatores que podem influenciar na qualidade de vida, como: pressão por resultados, viagens e semanas congestionadas (2 ou mais jogos). Diferente de atletas que vivem para o esporte, atletas semiprofissionais costumam desempenhar outras atividades além daquelas focadas ao rendimento, como o trabalho e a vida acadêmica.

Palavras-chave: Desempenho atlético; Treinamento físico; Qualidade de Vida.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A promoção da saúde nas eleições estaduais de 2018 e 2022

AUTORES

Murilo Andrade Santos
Saú da Silva Souza
Sérgio Donhayarid
Temistocles Damasceno Silva

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, BA.

O objetivo desta pesquisa foi analisar a atenção dada a promoção da saúde nos planos de governo dos candidatos eleitos ao cargo de governador das unidades federativas brasileiras no que se refere as eleições estaduais de 2018 e 2022. Trata-se de uma pesquisa documental de caráter exploratório e abordagem mista. Foram coletados dados dos planos de governo dos candidatos supracitados disponíveis no site do Tribunal Superior Eleitoral. Para tal, utilizou-se o código “Saúde” e o subcódigo “Prevenção e Promoção da Saúde” como descritores, levando-se em consideração as diretrizes do Codebook (livro de códigos para coleta de dados correlata a análise do processo de formação da agenda). A análise dos dados foi delineada por meio do diagnóstico da frequência absoluta e relativa das menções ao tema. Ademais, analisou-se as prioridades elencadas nas menções diagnosticadas. As idéias em torno do tema dizem respeito ao desenvolvimento social e a melhora na qualidade de vida por meio de programas que envolvam principalmente a saúde mental, o acesso a água e alimentação saudável e programas esportivos. Todavia, torna-se necessário o desenvolvimento de novos estudos sobre o processo de formação da agenda administrativa na perspectiva de compreender a atenção dada ao tema na agenda administrativa com vistas à ampliação do conhecimento sobre a dinâmica política supracitada.

Palavras-chave: Política pública; Agenda de prioridades em saúde; Promoção da saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A suplementação aguda com guaraná altera a frequência cardíaca no exercício físico?

AUTORES

Nathália Prado Trindade
Igor Martins Barbosa
Gabriel Rigo Weber
Luiz Fernando Cuozzo Lemos
Ivana Beatrice Mânica da Cruz

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

O estudo teve como objetivo avaliar, através de uma revisão sistemática com metanálise, o efeito da suplementação aguda com guaraná na frequência cardíaca (FC) na realização de exercício físico. A presente revisão (CRD42023399300) seguiu a abordagem da PRISMA para filtrar artigos das bases de dados PUBMED, EMBASE, Web of Science, SPORTSDiscus e BIREME. Os termos de busca utilizados foram: adult, athletes, guarana e paullinia cupana. Foram considerados apenas ensaios clínicos randomizados que avaliassem o efeito da suplementação com guaraná e/ou compostos com adição de guaraná na modulação da FC no exercício físico. O risco de viés foi verificado pela escala Risk of Bias 2 (RoB 2). Os dados foram agrupados em uma metanálise, com a inconsistência entre estudos avaliada utilizando o teste estatístico I². Foram encontrados 436 estudos, sendo excluídos 84 como duplicatas, 339 através da leitura de títulos e resumos e 11 pela leitura do trabalho completo, totalizando 2 estudos incluídos na metanálise (RoB 2 = 1 estudo com baixo risco de viés e 1 com algumas considerações). O resultado da metanálise indica que a suplementação aguda com guaraná não altera a frequência cardíaca no exercício físico (SMD = -0,18; IC95% = 0,42 - -0,77; p = 0,56; I² = 0). Entretanto, devido ao baixo número de estudos, são necessários mais estudos para se alcançar um consenso sobre a temática. Por fim, compreende-se que a utilização do guaraná como suplemento proporciona a redução da percepção subjetiva de esforço sem alterar a FC do indivíduo na realização de exercício físico.

Palavras-chave: Desempenho atlético; Esforço físico; Suplementos nutricionais.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Influência da prática esportiva supervisionada na infância na prática esportiva na adolescência

AUTORES

Nathan Lazzaris Cruz
Débora Alves Guaríglia
Ezequiel Moreira Gonçalves

Universidade Estadual do Norte do Paraná

A prática de esportes na infância e adolescência está associada a maior condicionamento físico na vida adulta. Verificar se a prática esportiva supervisionada na infância influencia na prática esportiva na adolescência em universitários. Pesquisa transversal com característica observacional. A divulgação foi através de redes sociais e contato com universidades. A amostra foi composta por 904 universitários brasileiros com idades entre 17 e 65 anos ($25,1 \pm 7,6$ anos), 31,5% do sexo masculino, 67,9% do sexo feminino e 0,6% se identificaram como outros. A pesquisa foi realizada por meio de formulário eletrônico, e de forma presencial em laboratório de informática. Os dados analisados são da região sudeste do Brasil. A participação supervisionada em esportes na juventude por pelo menos um ano, foi obtida por meio de duas questões. Para verificar a associação entre as variáveis foi utilizado o teste do qui-quadrado. Entre 7 e 10 anos 348 não praticavam atividades físicas supervisionadas fora do ambiente escolar, 72,1% deles continuaram não praticando esportes com supervisão entre 11 e 17 anos, enquanto 27,9%, passaram a praticar atividades esportivas supervisionadas nesse período. Dos 556 praticantes de atividades esportivas supervisionadas, 14,6% interromperam a prática, enquanto 85,4% continuam com o acompanhamento esportivo. Houve associação significativa ($p < 0,001$) entre fazer ou não atividade supervisionada na infância e continuar ou não fazendo no futuro. A prática esportiva com supervisão na infância está associada a continuar ou não praticando esportes durante a adolescência.

Palavras-chave: Esporte; Crianças; Adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Qualidade do sono, avaliada em meia temporada, em atletas de uma equipe semiprofissional de futsal feminino

AUTORES

Natiele Follmann
Gabriel Ivan Pranke
Igor Martins Barbosa
Lorenzo Iop Laporta
Gabriel Rigo Weber
Matheus Henrique da Silva Pacheco

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

O Futsal é um esporte que apresenta uma série de complexidade em suas tarefas, exigindo do atleta aspectos cognitivos, físicos e fisiológicos. A qualidade do sono é uma das variáveis que influencia no desempenho de treino/jogo, bem como pode interferir positivamente na saúde e qualidade de vida do atleta. u-se avaliar a qualidade do sono em uma equipe semiprofissional de futsal feminino durante meia temporada. Foram acompanhadas 12 atletas ($21 \pm 2,04$ idade; $1,63 \pm 0,04$ estatura; $60,85 \pm 9,23$ massa corporal) de uma equipe da cidade de Santa Maria/RS. A meia temporada compôs-se de 12 semanas de treinamento, com média de três sessões semanais, nas quais foi coletada a variável qualidade do sono pela escala subjetiva de Hopper de 1-5. Comparou-se três momentos: semanas 1, 8 e 12 (PRÉ, PÓS-8, PÓS-12), realizou-se a estatística descritiva dos dados e uma ANOVA de medidas repetidas, com post hoc de Bonferroni (SPSS versão 22). A análise dos dados não demonstrou diferença entre os momentos PRÉ e PÓS-8 ($p = 0,69$) e entre PÓS-8 e PÓS-12 ($p = 1,0$). Contudo, a comparação de PRÉ e PÓS-12 apresentou aumento significativo ($3,08 \pm 0,9$; $3,93 \pm 0,68$; $p = 0,03$; IC95% $-1,61 - -0,76$) na qualidade do sono. Dito isso, concluiu-se, na análise realizada durante meia temporada em uma equipe semiprofissional de futsal feminino, que o futsal teve influência positiva sobre a variável qualidade do sono nas atletas. Logo, a saúde e qualidade de vida de atletas mulheres, praticantes dessa modalidade, pode ser influenciada positivamente por conta dessa variável.

Palavras-chave: Treinamento físico; Desempenho atlético; Qualidade de vida.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Aptidão física de atletas de handebol feminino de acordo com a bateria de testes do PROESP

AUTORES

Nicole Carneiro Tura
Daniela Lopes dos Santos

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

O objetivo deste estudo foi avaliar a aptidão física de atletas de handebol feminino, através da bateria de testes do Projeto Esporte Brasil (PROESP). Participaram 20 atletas da cidade de Santa Maria, com idades entre 10 e 13 anos, que praticam a modalidade há no mínimo 6 meses. Foi aplicada a bateria de testes do PROESP, incluindo medidas da massa corporal, estatura, envergadura (EN), perímetro da cintura (PC), índice de massa corporal (IMC), razão cintura-estatura (RCE), sentar e alcançar (SA), abdominais por 1 minuto (A1), corrida/caminhada em 6 minutos (TC6), arremesso de medicineball de 2kg (AM), salto horizontal (SH), quadrado de 4x4 metros (4x4) e corrida de 20 metros (C20). Foram realizados em um ginásio municipal em fevereiro de 2023. Obteve-se como resultados IMC de $20,25 \pm 3,49\text{kg/m}^2$; RCE de $0,48 \pm 0,06\text{cm}$ e envergadura de $156,7 \pm 7,7\text{cm}$. Quanto aos testes físicos, $37,95 \pm 9,43\text{cm}$ no SA; $27,25 \pm 7,58$ execuções no A1; $878,25 \pm 195,9\text{m}$ no TC6; $243,5 \pm 38,70\text{m}$ no AM; $137,95 \pm 40,45\text{cm}$ no SH; $8,07 \pm 0,82\text{s}$ no 4x4 e $4,62 \pm 0,38\text{s}$ na C20. De acordo com a classificação proposta pelo PROESP, o grupo de atletas tem resultados fracos para velocidade, potência de membros superiores e agilidade, resultado razoável para resistência muscular localizada e resultados bons para resistência cardiorrespiratória, flexibilidade e potência de membros inferiores. Conclui-se que o grupo de atletas avaliado precisa investir mais em treinamentos para as capacidades vinculadas a velocidade e que a bateria de testes do PROESP tem fácil aplicabilidade e baixo custo.

Palavras-chave: Atletas; Aptidão física; Testes de aptidão.

Apoio: Núcleo de Estudos em Exercício Físico e Saúde do CEFD/UFSM.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação dos parâmetros da L-BIA com a potência muscular de meninas praticantes de voleibol: um estudo piloto

AUTORES

Nicolly Gonçalves de Oliveira
Aryanne Hydeko Fukuoka Bueno
Núbia Maria de Oliveira
Mariane Lamin Francisquinho
Ezequiel Moreira Gonçalves

Universidade Estadual do Norte do Paraná;

A prática esportiva na infância é importante no desenvolvimento muscular e na prevenção de doenças crônicas no futuro. Estudos tem demonstrado a relação dos parâmetros de impedância bioelétrica de forma localizada (L-BIA) com indicadores de saúde e aptidão física. O objetivo do estudo foi verificar a relação dos parâmetros de L-BIA com a potência muscular em meninas praticantes de voleibol. Amostra foi composta por 11 meninas ($13,2 \pm 1,3$ anos; $60,2 \pm 18,4$ kg; $1,6 \pm 0,1$ m), praticantes de voleibol a pelo menos um ano, com frequência de 2 vezes na semana com uma hora de duração por sessão. A potência foi determinada utilizando salto vertical de contramovimento, em uma plataforma de força, sendo realizado três tentativas, utilizando o melhor resultado para a análise. Para a avaliação dos parâmetros da L-BIA (resistência [L-R], reatância [L-Xc] e ângulo de fase [L-AngF]) foi utilizado um equipamento de bioimpedância, a avaliação foi realizada na coxa direita. Foi realizada a análise de regressão linear para verificar a relação entre as variáveis. Apenas a L-R apresentou relação significativa ($\beta = -0,627$; $p = 0,039$) com a altura do salto de contramovimento, não acontecendo o mesmo para os parâmetros de L-Xc e L-AngF ($p = 0,877$ e $p = 0,151$, respectivamente). A L-R da coxa apresenta relação significativa com a potência muscular de meninas praticantes de voleibol. A L-BIA parece ser uma ferramenta útil para analisar o desempenho de potência muscular em meninas praticantes de voleibol.

Palavras-chave: Impedância bioelétrica; Voleibol; Adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Descrição das características cinéticas e cinemáticas do movimento de mudança de direção

AUTORES

Otávio Soares Emiliavacca
Gabriella Lapresa Ribas
Jefferson Fagundes Loss

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

A mudança de direção, um dos movimentos mais comuns nos esportes coletivos, é caracterizada pela súbita mudança do sentido de deslocamento do indivíduo. Em esportes com grama sintética, praticado com calçados com travas, ao fixar o pé no chão e rotacionar o restante do corpo, a mudança de direção pode ser responsável por lesões de não-contato, como o rompimento do ligamento cruzado anterior (LCA). Porém, este movimento não é bem descrito na literatura. : descrever o comportamento de variáveis cinéticas (força de reação com o solo) e cinemáticas (velocidade de deslocamento, velocidade angular, amplitude angular, local do eixo de rotação) durante a mudança de direção em grama sintética utilizando chuteiras com travas. 10 participantes percorreram um trajeto pré-determinado fazendo curvas de 45, 90, 135 e 180 graus ao atingirem uma marca específica no solo, enquanto foram mensuradas as forças de reação com o solo com uma plataforma de força e os dados cinemáticos foram obtidos com câmeras de infravermelho e marcadores reflexivos posicionados no membro inferior. os resultados sugerem que o movimento de mudança de direção inicia na passada anterior ao local indicado para ocorrer a troca de direção. a mudança de direção, simulada no laboratório, parece ser influenciada pelo planejamento da ação executada. Como há um local, e uma amplitude angular específica a ser executada, o movimento acaba sendo dividido em duas passadas. Talvez, em situações reais do esporte, onde a mudança de direção não seja necessariamente planejada, o comportamento das variáveis seja diferente.

Palavras-chave: Ruptura do LCA; Cinemática; Joelho; Cinética.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos da eletroestimulação transcraniana por corrente contínua sobre o desempenho de *cleans and jerks*: uma análise de desempenho do *benchmark grace* da crossfit®

AUTORES

Pedro Augusto Querido Inacio
Josivam Peixoto Siqueira
Lorraine Rodrigues Miranda
Patrícia Sardinha Leonardo
Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins
Alberto Souza de Sá Filho

Universidade Evangélica de Goiás, Anápolis, GO.

O objetivo do presente estudo foi investigar os efeitos da eletroestimulação transcraniana de corrente contínua (tDCSa) anódica sobre o córtex pré-frontal dorsolateral esquerdo (DLPFC) diante de uma tarefa de levantamento de pesos (Cleans & Jerks - Workout Grace®). 12 sujeitos de ambos os sexos, treinados para o alto rendimento na modalidade Crossfit, participaram do estudo. Após uma familiarização prévia com os participantes, o estudo se desenvolveu em 2 visitas distribuídas de forma randomizada em 2 procedimentos: a) tDCSa; b) tDCS Sham (placebo). Na 1ª visita, foi realizado a caracterização da amostra por bioimpedância e o primeiro teste, sendo a ordem previamente definida por sorteio (tDCSa ou Sham). Na 2ª visita, foi realizado o segundo teste de desempenho em Clean and Jerk. O protocolo foi composto de 30 movimentos de Clean & Jerk com uma carga padronizada de 60kg para homens e 40kg para mulheres, com um tempo limite de 8 min de execução. O comportamento da frequência cardíaca foi registrado durante os testes. Um teste T para amostras independentes foi realizado, adotando uma significância de $p < 0,05$. Os resultados não apresentaram diferenças significativas para aplicação de tDCSa ($3,54 \pm 1,01$ min) vs. tDCS sham ($4,11 \pm 1,14$ min; $p = 0,592$). Conclui-se que a tDCSa sobre o DLPFC não foi capaz de criar um cenário ergogênico de forma aguda para uma prova contrarrelógio de Clean and Jerk em indivíduos altamente treinados. No entanto, cabe ainda a exploração da tDCS em modelos de Workouts mais prolongados.

Palavras-chave: tDCS; Performance; Treinamento Intervalado de Alta Intensidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análise da oscilação da saturação de oxigênio após o exercício de potência em alta intensidade

AUTORES

Pedro Sardinha Leonardo Lopes Martins
Pedro Augusto Inacio
Iransé Oliveira Silva
Patrícia Sardinha Leonardo
Rodrigo Alvaro Brandão Lopes-martins
Alberto Souza de Sá Filho

Universidade Evangélica de Goiás, Anápolis, GO.

A monitorização por oximetria de pulso é uma técnica óptica simples e não invasiva para estudar a oxigenação durante o esforço físico. Entretanto, durante tarefas de potência, isso tem sido pouco estudado. O objetivo do presente estudo foi avaliar a saturação de oxigênio antes e após o teste de desempenho contrarelogio máximo de Kettlebell Swing (KBS). 22 estudantes universitários ($26,4 \pm 5,0$ anos) recreacionalmente treinados (36 meses) e saudáveis vieram ao laboratório. O protocolo de KBS foi realizado em um ambiente de temperatura controlada ($\pm 21^\circ$) e com um peso do equipamento padronizado (homens: 20kg; mulheres: 16kg). Para minimizar possíveis distorções de ordem técnicas, uma familiarização foi realizada com base no padrão de movimento Russo de KBS. Antes de iniciar o teste todos os participantes realizaram uma caracterização antropométrica e fizeram a mensuração dos níveis de saturação de oxigênio via oximetria de pulso portátil. Os sujeitos iniciaram os movimentos de KBS almejando obter 100 repetições no melhor tempo de desempenho possível, com tempo limite de 5 min. Imediatamente após o término, uma nova análise de oximetria foi realizada pós exaustão completa. Um teste T comparou médias e desvio padrão da variável dependente. O tempo de desempenho médio foi de $3,35 \pm 0,73$ min. Pós exercício, houve uma tendência de redução da saturação, porém sem diferenças significativas (baseline: $97\% \pm 0,5$ vs. $94\% \pm 1,0$; $p = 0,065$). Conclui-se que o teste de desempenho contrarelogio de KBS não foi estímulo suficiente para reduzir significativamente a saturação de oxigênio.

Palavras-chave: Saturação de oxigênio; Performance; Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Influência do nível de atividade física sobre os sintomas de ansiedade em estudantes universitários: um estudo piloto da coorte prospectiva Unilife-M

AUTORES

Rafael Araujo Motta
Jhonatan Wéllington Pereira Gaia
Lívia Patrícia da Silva Nascimento
Daniel Alvarez Pires
Andréa Camaz Deslandes
Felipe Barreto Schuch

Universidade Federal Do Pará

Apesar dos efeitos benéficos da atividade física na saúde mental estarem bem estabelecidos na literatura, a associação entre o nível de atividade física e os sintomas de ansiedade em estudantes universitários ainda é pouco compreendida. Verificar a influência da atividade física nos sintomas de ansiedade em estudantes universitários. A pesquisa utilizou um método observacional transversal com uma amostra de 139 universitários (53% de mulheres), com média de idade de 23 ± 6 anos. Foram utilizados o General Anxiety Disorder (GAD-7) para avaliar os sintomas de ansiedade e o domínio de atividade física do Short Multidimensional Inventory Lifestyle Evaluation (SMILE-C) para avaliar o nível de atividade física. A análise estatística foi realizada por meio de um modelo linear geral univariado. Utilizamos o software SPSS Versão 27.0. O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa conforme parecer nº 55481422.5.2002.5346. A atividade física mostrou uma associação positiva e significativa com os sintomas de ansiedade ($\beta = -0,25$; IC 95% = $-0,46, -0,04$; $p < 0,001$). Além disto, a atividade física foi um preditor significativo ($F(1, 105) = 5,575$; $p = 0,020$; $R^2 = 0,05$), explicando aproximadamente 5% da variação dos sintomas de ansiedade. Esse estudo fornece evidências indicando que a atividade física está associada a menores sintomas de ansiedade em estudantes universitários. A atividade física mostrou ser benéfica para indivíduos com sintomas de ansiedade, e quanto maior o nível de atividade física, maior o benefício, além de estar ligada diretamente a promoção de saúde e um melhor estilo de vida.

Palavras-chave: Medicina do estilo de vida; Ansiedade; Estudantes universitários.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos agudos da corrida em declive, sobre a geração do pico de torque em flexores e extensores de joelho

AUTORES

Raisa Seabra Carvalho
Esmeralda Lhia do Nascimento Santos
Luma Palheta de Azevedo
Nathalia Chris Oliveira Franco
Mateus Rossato

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, AM.

O objetivo da pesquisa foi explorar os efeitos agudos provocados por um protocolo de corrida em declive (PCD) sobre o pico de torque concêntrico (PTConc) e excêntrico (PTExc) de extensor (Ext) e flexores (Flex) do joelho. Fizeram parte do estudo 17 homens ($23,3 \pm 2,4$ anos, 82 ± 14 kg e 173 ± 6 cm), fisicamente ativos e sem histórico de lesões nos membros inferiores. Todos realizaram um protocolo de corrida em declive [6 séries x 5 min correndo, com intervalos de 2 minutos entre séries em intensidade correspondente a 70% ($10,3 \pm 1,1$ km/h) do Pico de Velocidade Aeróbia ($14,7 \pm 1,53$ km/h) determinado previamente]. Os parâmetros de torque foram avaliados no joelho direito nos momentos de 72h antes, Pré e imediatamente após o PCD. Para a comparação dos parâmetros de torque nos diferentes momentos foi utilizado a Anova de medidas repetidas, seguido do teste de Tukey. O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$. Não foram encontradas diferenças significativas para nenhum dos parâmetros de torque nos momentos -72h e Pré. No entanto, diferenças significativas foram observadas entre os momentos Pré e Pós para PTConc_Ext (245 ± 42 N/m vs. 220 ± 34 N/m; $p < 0,0001$; -10,2%) PTConc_Flex (123 ± 19 N/m vs. 107 ± 16 N/m; $p < 0,0001$; -13,0%); PTExc_Ext (300 ± 78 N/m vs. 254 ± 65 N/m; $p < 0,0001$; -15%) e PTExc_Flex (178 ± 37 N/m vs. 148 ± 34 N/m; $p < 0,0001$; -16,8%). Podemos concluir que o PCD provocou reduções significativas em todos os parâmetros de torque investigados, sendo que capacidade de gerar torque excêntrico foi a mais afetada.

Palavras-chave: Corrida; Contração muscular; Torque.

Apoio: Agradecimento institucional: Agradecimento a Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Amazonas - FAPEAM e Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico CNPq, pelo fomento as atividades e exercício desta pesquisa.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Influência da cafeína no desempenho de atletas de corrida de *endurance* treinados – resultados preliminares

AUTORES

Raquel Bender Lang
Rodrigo Quevedo
Rodrigo Leal
Gabriel Mayer Tossi
Nelson Jurandi Rosa Fagundes
Alvaro Reischak de Oliveira
Clarice Sperotto dos Santos Rocha
Vitor Aresi Delavald

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Na literatura, é possível encontrar diversos estudos sobre os efeitos da cafeína(CAF) em diferentes esportes. Porém, esses estudos tendem a se concentrar nos efeitos ergogênicos da CAF, sendo a maioria realizados em nichos masculinos. Com isso, o presente estudo teve como objetivo analisar a economia de corrida a partir de um teste de carga fixa em 9 atletas do sexo feminino, sem comorbidades, em treinamento regular (3-4x/semana), praticantes há pelo menos dois anos, com marca recente nos 10.000m em até 55 minutos, com idade média de $40,0 \pm 5,97$ anos, massa corporal média de $58,04 \pm 6,01$ kg, estatura média de $166 \pm 0,06$ cm e $VO_{2Máx}$ médio de $52,82 \pm 5,01$ ml.km⁻¹.min⁻¹, todas corredoras de *endurance*. A velocidade da carga foi determinada com base no tempo do teste de 5000m placebo(PLA). A CAF (4mg/kg, ajustada relativizada pela massa corporal) e o PLA (cápsula contendo açúcar) foram administrados em cápsulas, por um avaliador externo não cegado. No teste de carga fixa as voluntárias foram incentivadas a correr em esteira até a exaustão, com e sem uso da cafeína em dois dias diferentes, em velocidade constante previamente calculada. O teste t pareado foi utilizado para comparação das avaliações. O software SPSS (versão 20) foi utilizado para as análises, adotando um nível de significância de 5% ($p \leq 0,05$). Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre os tempos dos testes de carga fixa PLA e CAF (23min \pm 7min vs. 20min \pm 7min, $p = 0,188$) para esse grupo específico de participantes. O uso de cafeína não alterou significativamente o tempo de corrida neste grupo.

Palavras-chave: Cafeína; Mulheres; Corrida; *Endurance*; Desempenho.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Perfil e padrões de treinamento de nadadores da categoria máster da Região Sul do Brasil

AUTORES

Raul Javorsky da Costa
Cati Reckelberg Azambuja

Faculdade Metodista Centenário

O esporte praticado na categoria Máster pode ser uma opção para uma vida saudável. O objetivo do estudo foi ver o perfil e o padrão de treinos dos nadadores Máster da região Sul do Brasil. O estudo foi realizado com 101 nadadores da categoria Máster, da região Sul. Para avaliar o padrão de treinamento foi aplicado o instrumento, composto por questões objetivas e dissertativas, em formulário eletrônico, enviado aos participantes por meio de e-mail e redes sociais. Foram 62 homens e 39 mulheres, com média de idade de $51,4 \pm 12,6$ anos, massa corporal de $77,1 \pm 16,0$ kg e estatura de $174,4 \pm 9,6$ cm. A maioria dos nadadores realizava treinos e natação organizados e tinham a orientação de um profissional. A frequência semanal de treinamentos era de três a quatro vezes, o que atende às recomendações da OMS, que orienta a praticar atividade física por pelo menos três vezes por semana, e 150 minutos. O volume de treinamento era de distâncias entre 5 a 20 km por semana. O estilo de nado preferido foi o Crawl, em ambos os sexos. Os participantes de competições dividem a preferência entre provas rápidas e as travessias. Os motivos de permanência à prática do esporte mais citados foram o “cuidado com a saúde”, para “condicionamento físico” dos participantes. A maioria destes nadadores fazia exercícios de técnica de nado e realizavam treinamento físico fora da água, regularmente, sendo a modalidade mais citada, a musculação. Conclui-se que os nadadores masters podem sim nadar tanto travessias como provas rápidas de piscina, o que não exclui a preferência a uma prova específica, assim adequando a periodização de treinamento com volume e intensidade maiores ou menores.

Palavras-chave: Natação; Máster; Treinamento.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Reliability of the actigraph® gt3x accelerometer to evaluate the muscle power of lower limbs in the squat jump

AUTHORS

Rodrigo Alves França
Daniela Lopes dos Santos
Nicole Carneiro Tura
Tiago Dutra Leite Nunes
Heinrich Viera
Lucas Gidiel Machado

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

Several scientific publications focus their questions on an important neuromuscular function, muscle power. This physical capacity is a fundamental part of the athletic performance and some methods emerged with the aim of quantifying it. Actigraph® is a renowned brand, used to determine the level of physical activity; however, it can be used for another purposes. Considering that it measures acceleration, it is possible to use it to calculate movement velocity, force, and power. The present study aims to compare the accelerometer with the gold standard equipment (force platform), analyzing the correlation and reliability in the squat jump (SJ). Forty-two athletes were evaluated, with a mean age of 22.40 ± 5.8 years, mean body mass of 82.45 ± 19.99 kg and mean height of 1.78 ± 0.077 cm, divided into three sports modalities: track and field ($n = 16$), basketball ($n = 12$) and football ($n = 14$). The results of relative power for the force platform and accelerometer in the SJ of each modality and the whole group (All) were respectively: Track and Field- PLAT = 93.86 ± 14.32 W/kg and ACC = 94.16 ± 14.14 W/kg, Basketball- PLAT = 87.79 ± 6.94 W/kg and ACC = 88.06 ± 6.54 W/kg, Football- PLAT = 76.68 ± 14.94 W/kg and ACC = $75, 71 \pm 15.20$ W/kg and All- PLAT = 86.4 ± 14.60 W/kg and ACC = 86.16 ± 14.84 W/kg. High correlation (Pearson) was found between the devices in all groups (Track and Field, $r = 0.994$, Basketball, $r = 0.987$, Football, $r = 0.992$ and All, $r = 0.993$). Statistical agreement (Bland-Altman) was also found in all groups (Track and Field, $p = 0.447$, Basketball, $p = 0.438$, Football, $p = 0.073$, All, $p = 0.454$). The results suggest reliability for the evaluation of lower limb muscle power in the squat jump using the Actigraph® GT3X accelerometer.

Keywords: Physical assessment; Muscle power; Vertical jump; Accelerometer.

Support: Thanks to the Federal University of Santa Maria (UFSM), the Center for Studies in Physical Exercise and Health (NESEFIS) and the Biomechanics Laboratory (LABIOMEC) of the Federal University of Santa Maria.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A promoção da saúde na agenda presidencial brasileira (2006-2022)

AUTORES

Saú da Silva Souza
Sérgio Donha Yarid
Fernando Augusto Starepravo
Ismar Eduardo Martins Filho
Temístoclis Damasceno Silva

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, BA.

Este estudo teve como objetivo analisar a atenção dada a promoção da saúde na agenda presidencial brasileira, no período de 2006 a 2022. Trata-se de uma pesquisa exploratória, quanti-qualitativa e documental. O estudo foi delineado com base nos pressupostos teóricos da Ciência Política, especificamente o modelo teórico do Equilíbrio Pontuado. Os dados foram organizados a partir das seguintes categorias: agenda retórica, agenda administrativa e agenda legislativa. Nessa perspectiva, coletou-se dados nos seguintes documentos: planos de governo dos candidatos eleitos ao cargo de presidência da república no período de 2006 a 2018, discursos de posse, mensagens presidenciais e orçamentárias enviadas anualmente ao Congresso Nacional, decretos, peças orçamentárias (Planos Plurianuais e Leis Orçamentárias Anuais) e projetos de lei relacionados à promoção da saúde - levando-se em consideração a produção legislativa do Poder Executivo Federal. Os resultados evidenciaram que a imagem política foi concebida por meio da percepção de hábitos de vida saudáveis e oferta de medicamentos como vetores da promoção da saúde. Além disso, verificou-se a regulamentação da promoção da saúde por meio de atos normativos e indicativos de alterações no aparato institucional. Pontos de ruptura orçamentária na dinâmica alocativa anual também foram observados. A análise comparativa entre os governos possibilitou a compreensão das prioridades das pautas correlatas ao tema ao longo do tempo, evidenciando assim, ações incrementais e momentos de pontuação.

Palavras-chave: Política pública de saúde; Promoção da saúde; Agenda de prioridades em saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Perfil de força de preensão manual, escapular e dorsal em alunos/desportistas de modalidades coletivas do IFPI

AUTORES

Sérvulo Fernando Costa Lima

Osvaldino Ferreira Junior

Iransé Oliveira-silva

Universidade Evangélica do Goiás, Anápolis, GO.

A força muscular é um fator importante para o desempenho em diversas modalidades esportivas. Entre as principais medidas de força muscular destacam-se a força de preensão manual, escapular e dorsal. Em desportistas adolescentes, a força de preensão manual pode ser um indicador de desempenho em modalidades esportivas que exigem o uso das mãos, como o basquete, vôlei e o badmínton. Além disso, a força de preensão manual pode estar associada a outras medidas de desempenho físico, como a velocidade de corrida e agilidade. Traçar o perfil das medidas de força muscular em desportistas adolescentes de diferentes modalidades esportivas. Foram avaliados 35 alunos das modalidades coletivas do IFPI Campus Teresina Central de ambos os sexos com idade de 15 e 17 anos. Foram utilizados dinamômetros para a mensuração da Força das mãos, Força dos ombros e Força dos dorsais. A normalidade dos dados foi testada (Kolmogorov-Smirlov), e o nível de significância adotado foi de $p < 0,05$. Os resultados demonstraram as médias de idade, altura e peso foram de $16,14 \pm 0,77$ anos, $1,64 \pm 0,10$ m e $59,80 \pm 9,62$ kg, respectivamente. Em relação à força os alunos apresentam um nível de força compatível com seus pares adolescentes. As variáveis de força tiveram escores de $29,77 \pm 1,84$ kgf para “Força Manual”, $24,69 \pm 1,34$ kgf para “Força Escapular”, e $91,57 \pm 4,09$ kgf para “Força Dorsal”. Portanto, esse estudo apresentou uma contribuição inicial para estabelecer o perfil de força dos alunos/desportistas do IFPI, sendo relevante para referências de normalidade de força de alunos/atletas adolescentes da instituição, porém futuras pesquisas são necessárias relacionadas a força de adolescentes, uma vez que as medições realizadas são preliminares e específicas para alunos de modalidades coletivas do IFPI.

Palavras-chave: Força muscular; Dinamometria; Esportes coletivos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Satisfação com peso corporal e sua relação com consumo suplementos entre praticantes de exercícios físicos em academias

AUTORES

Silvia Isabel Rech Franke
Diene da Silva Schlickmann
Munithele Moraes Eisenhardt
Aline Alves da Luz
Patrícia Molz
Hildegard Hedwig Pohl

Universitário, Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, RS.

Associar a satisfação com peso corporal com o consumo de suplementos alimentares entre os praticantes de academias. Estudo transversal realizado com praticantes de academia de Santa Cruz do Sul/RS, de ambos os sexos e idade igual ou superior a 18 anos (aprovação CEP/UNISC nº 5.121.729). Utilizou-se um questionário online, contendo questões sobre idade, sexo, consumo de suplementos (sim ou não) e satisfação com peso corporal (sim; não, gostaria de aumentar o peso corporal não, gostaria de diminuir o peso corporal). Os dados foram analisados no SPSS versão 23.0, utilizando o teste de χ^2 e nível de significância de $p < 0,05$. Participaram do estudo 574 indivíduos com idade média de $37,5 \pm 14,3$ anos e prevalência do sexo feminino (56%). O consumo de suplementos foi reportado por 36% dos participantes. Em relação a satisfação corporal, metade (50%) dos participantes relatou estar insatisfeitos com o peso e gostaria de diminuir o peso corporal. Houve diferenças significativas ($p < 0,001$) para a insatisfação com peso corporal entre os indivíduos que consumiam suplementos com aqueles que não consumiam. O desejo de aumentar o peso corporal foi mais observado entre os indivíduos que consumiam suplementos (63%), enquanto que o desejo de diminuir o peso corporal (74,6%) foi mais prevalente entre aqueles que não consumiam suplementos. A insatisfação com o peso corporal foi prevalente entre praticantes de academias e diferiu entre consumidores ou não de suplementos. Enquanto que indivíduos que consumiam suplementos desejam aumentar o peso corporal, aqueles que não consumiam suplementos desejam diminuir o peso corporal.

Palavras-chave: Suplementos nutricionais; Peso corporal; Insatisfação corporal.

Apoio: CNPq, CAPES, FAPERGS e UNISC.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Estimativa de gasto energético de praticantes de Crossfit®

AUTORES

Tayani Palma Cohen
Larissa Guimarães
Ramiro Barcos Nunes
Cláudia Dornelles Schneider

Universidade Federal de Ciências da Saúde, Porto Alegre, RS.

Estimar o gasto energético de sessões de treinamento de CrossFit®. Foram convidados a participar adultos praticantes de uma box de CrossFit® de Porto Alegre/RS. O gasto energético (GE) foi estimado a partir do tempo total de treino e dos relatos de percepção subjetiva do esforço em três diferentes sessões de treino. Cada praticante foi questionado sobre a percepção de intensidade predominante da sessão de treinamento em cada um dos dias avaliados. Também foram aferidas massa corporal (kg) e estatura (cm). Para estimativa de GE foi considerada uma faixa de MET/intensidade (superior e inferior, respectivamente) entre 2,4 e 4,7 MET (intensidade leve), 4,8 e 7,1 MET (moderada), e 7,2 a 10,1 MET (intensa). A partir destes valores foi estimado o GE superior, inferior e médio (média dos 3 treinos) com o treinamento. Participaram 19 homens (33,1 ± 8,6 anos; 83,7 ± 11,2 kg; 176,6 ± 7,8 cm) e 26 mulheres (32,2 ± 7,6 anos; 68,3 ± 11,8 kg; 163,6 ± 5,6 cm). Os homens realizavam 5,0 ± 1,0 treinos de CrossFit®/semana, com duração de 40,0 ± 2,0 min/treino, e GE entre 222,8 ± 26,5 e 350,3 ± 41,8 kcal/treino (média de 350,3 ± 41,8 kcal/treino). As mulheres realizavam 5,0 ± 1,0 treinos de CrossFit®/semana, com duração de 39,0 ± 1,0 min/treino, e GE entre 177,9 ± 27,0 kcal/treino e 280,2 ± 43,0 kcal/treino (média de 280,2 ± 43,0 kcal/treino). Foi estimado o GE de homens e mulheres em sessões distintas de CrossFit® a partir da percepção de esforço percebida. Os equivalentes metabólicos são considerados práticos para a estimativa do GE com exercícios físicos, porém novos estudos com valores mais específicos são necessários, considerando as particularidades deste tipo de treinamento.

Palavras-chave: Gasto energético; Exercício físico; Metabolismo energético.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Será que diferentes testes anaeróbios podem prever acuradamente o desempenho aeróbio máximo?

AUTORES

Temistoclis Alaiã Pereira da Silva
Lorraine Rodrigues Miranda
Pedro Augusto Inacio
Patrícia Sardinha Leonardo
Rodrigo Álvaro Brandão Lopes-martins
Alberto Souza Sá Filho

Universidade Evangélica de Goiás, Anápolis, GO.

Buscou-se estabelecer se diferentes testes anaeróbios preveem adequadamente o desempenho de potência aeróbia máxima. 22 participantes realizaram 4 visitas. A 1ª visita consistiu na caracterização da amostra e teste de aeróbio progressivo máximo (T_{máx}). Na 2ª visita os participantes realizaram familiarização com sprint em esteira côncava e com protocolo de teste máximo de corrida anaeróbia (MART). Nas duas últimas visitas, os participantes foram randomicamente direcionados para: a) sprints; b) teste anaeróbio MART. Foram realizadas 4x20 seg de sprints por 5 min de recuperação (sendo utilizada a maior velocidade). MART foi realizado com estímulos progressivos de 20 seg/1:40 min de recuperação até a exaustão máxima (+1,0 km/h por estágio, iniciando a 10 km/h e 12% de inclinação). As correlações entre T_{máx} vs. sprint ($r = 0,813$; $p = 0,000$) e T_{máx} vs. MART ($r = 0,819$; $p = 0,000$), assim como, MART vs. sprint ($r = 0,924$; $p = 0,000$) foram significativas. A regressão demonstrou que a modelagem estatística incluindo ambas as variáveis para a predição não foram superiores ao modelo de inclusão apenas do sprint ($R^2 = 0,661$). Apesar disso a ANOVA apresentou que ambos os previsores são cabíveis e demonstraram significativas capacidade de predição [$F(1,20 = 38,934$; $p = 0,000$ e $F(2,19) = 19,414$; $p = 0,000$, respectivamente]. A equação de predição com modelo predictor de sprint pode ser descrita por $[0,216 + (0,713 \times \text{km/h})]$. Os testes anaeróbios preveem significativamente o desempenho de T_{máx} e explicam parte das variações do rendimento. O modelo preditivo com sprints apresentou similaridade com a predição por MART.

Palavras-chave: Performance; VO₂Máx; Exercício aeróbio.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Avaliação do desempenho físico de atletas amadores de futsal feminino do alto sertão paraibano

AUTORES

Thiago Mateus Batista Pinto
Noel Neto Nogueira Lacerda
Amanda Alves da Silva
Wesley Crispim Ramalho
Ana Caroline Ferreira Campos de Sousa
Wannubya Caroline de Almeida Nobre
Ramalho

Instituto Federal de Educação, Ciência e
Tecnologia da Paraíba

Analisar o nível das capacidades físicas de atletas de futsal feminino amador no alto sertão paraibano. Participaram 8 atletas, com idade entre 14 a 23 anos da equipe amadora de futsal feminino 29 de julho da cidade Vieirópolis-PB. Foram analisadas as seguintes capacidades físicas: resistência aeróbica e anaeróbica por meio do FIET, velocidade de deslocamento pelo teste de 20 metros, potência de membros inferiores por meio de saltos verticais e horizontais através dos testes Salto vertical e Salto horizontal e a agilidade pelo teste Zig Zag test. no FIET para avaliar a capacidade física aeróbica e anaeróbica foi apontado uma média de $202,5 \pm 103$ m, já o teste de 20 metros para análise de velocidade de deslocamento uma média de $4,57 \pm 1$ s. O Zig Zag test para capacidade agilidade, alcançou uma média de $9,81 \pm 1$ s. Para os testes de potência de membros inferiores, no Salto horizontal as atletas foram classificadas como bom 38% das amostras e 62% como fraco, enquanto para o teste Salto vertical foram classificadas como bom 50% e 50% como ótimo. confrontando os dados obtidos com outros estudos, pode-se observar que as atletas apresentaram níveis de desempenho das capacidades físicas abaixo em quase todos os testes, exceto potência de membros inferiores, onde maioria obteve resultados satisfatórios, em especial quanto a potência de membros inferiores realizada em saltos na vertical. Portanto, sugere-se que o mau desempenho físico das atletas pode estar relacionado, com a estrutura de seus treinos.

Palavras-chave: Futsal; Capacidades físicas; Testes físicos.

Apoio: Instituto Federal De Educação, Ciência E Tecnologia Da Paraíba- IFPB, Sousa, PB, Brasil.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS

Simetrias entre membros inferiores e razões de torque isquiotibiais/quadríceps (I/Q) de atletas



AUTORES

Tiago Dutra Leite Nunes
Heinrich Leon Souza Viera
Silvana Corrêa Matheus
Daniela Lopes dos Santos
Michele Forgiarini Saccol
Fábio Juner Lanferdini

Universidade federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

Assimetrias de torque em membros inferiores, bem como desequilíbrios nas razões de torque entre isquiotibiais/quadríceps (I/Q) são indicadores da capacidade funcional e risco de lesão em atletas. Portanto, o objetivo do estudo foi comparar as simetrias de torque entre membros inferiores (dominante-DM e não dominante-ND) e razões de torque I/Q em atletas. Sessenta atletas do sexo masculino (~24,6 anos; ~84,6 kg; ~175,9 cm) foram avaliados o torque I-Q em dinamometria isocinética (Biodex-4®) em duas velocidades angulares (60-300°/s). A normalidade dos dados foi testada com o teste Kolmogorov-Smirnov e comparadas com o teste t dependente ($p < 0,05$) com o software SPSS 22.0®. Os resultados do presente estudo demonstraram que não houve diferenças nos valores de torque Q-DM (60°/s = 238 ± 49 N.m; 300°/s = 142 ± 30) versus Q-ND (60°/s = 232 ± 48 N.m; 300°/s = 139 ± 29), ($p > 0,05$). Entretanto, o torque I-DM (60°/s = 137 ± 27 N.m; 300°/s = 110 ± 20 N.m) é maior que I-ND (60°/s = 129 ± 25 N.m; 300°/s = 104 ± 20 N.m), ($p < 0,05$). As razões I/Q não apresentaram diferenças ($p = 0,06$) a 60°/s (DM = $0,59 \pm 0,11$; ND = $0,57 \pm 0,09$), apesar de ambos os membros inferiores possuírem valores de razão I/Q abaixo do normal (0,60) em baixa velocidade angular (60°/s). Entretanto com diferenças ($p = 0,03$) a 300°/s (DM = $0,79 \pm 0,14$; ND = $0,76 \pm 0,14$), apresentando valores de razão I/Q abaixo do normal (0,80) em alta velocidade (300°/s). Em conclusão, os resultados do presente estudo demonstraram equilíbrio de torque do Q, e desequilíbrio de torque de I entre os membros inferiores. Por fim, as razões I/Q apresentaram desequilíbrios em ambos os membros inferiores. Estes resultados sugerem enfraquecimento do grupo muscular posterior da coxa.

Palavras-chave: Simetrias; Torque; Quadríceps/isquiotibiais; Atletas.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comportamento de sono como estratégia de recuperação em atletas: revisão de escopo

AUTORES

Verônica Moreira Souto Ferreira
Daniel Alvarez Pires

Universidade Federal do Pará, Castanhal, PA.

O sono desempenha um papel fundamental na recuperação e no desempenho dos atletas. Portanto, o comportamento de sono adequado é fundamental para a manutenção de resultados esportivos positivos. Explorar os principais resultados referentes ao comportamento de sono como estratégia de recuperação em atletas. Foram realizadas consultas nas bases de dados PubMed, LILACS, Scopus e Cochrane, incluindo estudos primários quantitativos ou qualitativos, realizados com atletas adultos e publicados a partir de 2018. Foram selecionadas apenas publicações em inglês, a partir das seguintes palavras-chave: (“sleep” OR “sleep behavior”) AND (“athlete” OR “athletic performance”). Foram identificados inicialmente 679 artigos. Após a exclusão de artigos duplicados e que não atenderam aos critérios de inclusão, foram selecionados 15 estudos, contemplando 2461 atletas. A privação do sono tem um impacto significativo no desempenho atlético, pois afeta negativamente a velocidade, força, precisão, capacidade respiratória e tempo de reação. Por outro lado, a qualidade do sono tem sido associada a melhorias no desempenho esportivo, como aumento da resistência, recuperação muscular aprimorada e tomada de decisões mais precisas. A duração adequada do sono, recomendada entre 7 e 9 horas por noite, é essencial para a reparação muscular e a regeneração do corpo. Além disso, a qualidade do sono, incluindo sua eficiência e continuidade, desempenha um papel crítico na recuperação física e mental. Portanto, atletas de alto desempenho devem adotar estratégias de sono para otimizar sua recuperação, além de valorizar a qualidade e a quantidade do sono como parte integrante de sua rotina esportiva.

Palavras-chave: Comportamento de sono; Recuperação; Atletas; Qualidade do sono; Desempenho.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre volume de treino e sintomas depressivos e de ansiedade em atletas de ginástica artística

AUTORES

Victória Winckler Sosinski
Marina Krause Weymar
Cristine Alberton
Stephanie Santana Pinto

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

O objetivo deste trabalho foi verificar a associação entre o volume de treinamento e sintomas depressivos e sintomas de ansiedade em ginastas de Ginástica Artística Feminina (GAF), da categoria infantil, que participam dos campeonatos de primeira e segunda divisão da Confederação Brasileira de Ginástica (CBG). A amostra foi composta por 50 meninas, especialistas na modalidade, com média de idade de $11,4 \pm 0,66$ anos. Como instrumentos de coleta foram utilizados questionários aplicados virtualmente através da plataforma Google Forms. Para acessar o volume de treinamento as ginastas foram questionadas sobre suas rotinas de treinamento e para mensurar os sintomas depressivos e de ansiedade foi utilizado o Short version of the Depression Anxiety Stress Scale-21 (versão brasileira). Para analisar os dados utilizou-se a correlação de Spearman ($\alpha = 5\%$). Foi encontrado que as ginastas treinavam, em média, $17,5 \pm 7,83$ horas semanais, valor acima do que se recomenda para a faixa etária. Com relação às associações, o volume de treinamento não esteve relacionado com sintomas de depressão ($\rho = -0,037$; $p = 0,801$) e ansiedade ($\rho = 0,072$; $p = 0,618$). Esses dados demonstram que, apesar do alto volume de treinamento, nessa faixa etária, ele não está relacionado com sintomas de ansiedade e depressão.

Palavras-chave: Exercício físico; Depressão; Ansiedade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A Promoção da Saúde nos conteúdos programáticos dos partidos políticos brasileiros

AUTORES

Vinicius Santos Porto
Saú da Silva Souza
Sérgio Donha Yarid
Temistocles Damasceno Silva

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, BA.

A pesquisa teve como objetivo investigar a atenção dada a promoção da saúde nas diretrizes dos partidos políticos brasileiros. Trata-se de uma pesquisa documental de caráter exploratório e abordagem mista. Foram coletados dados nos conteúdos programáticos dos partidos políticos brasileiros disponíveis no site do Senado Federal. Para tal, utilizou-se o código “Saúde” e o subcódigo “Prevenção e Promoção da Saúde” como descritores, levando-se em consideração as diretrizes do Codebook (livro de códigos para coleta de dados correlata a análise do processo de formação da agenda). A análise dos dados foi delineada por meio do diagnóstico da frequência absoluta e relativa das menções ao tema. Ademais, analisou-se as prioridades elencadas nas menções diagnosticadas. Os resultados revelaram um baixo percentual de atenção ao tema nos documentos analisados. O quantitativo reduzido de pautas refere-se à implantação de programas de proteção e educação em saúde por meio das Academias ao Ar Livre, programas de promoção do envelhecimento ativo, realização de campanhas de educação e prevenção às doenças infectocontagiosas e implementação de programas de prevenção com ênfase na vacinação, saneamento básico, educação sanitária e combate às endemias. Diante do exposto, concluiu-se que a promoção da saúde se apresenta de maneira difusa e assistemática nos conteúdos programáticos dos partidos políticos brasileiros. Entretanto, torna-se necessário o desenvolvimento de novos estudos sobre o processo de formação da agenda na perspectiva de compreender a atenção dada ao tema no período eleitoral no intuito de ampliar o conhecimento sobre a dinâmica política supracitada.

Palavras-chave: Política pública; Agenda de prioridades em saúde; Promoção da Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física e esportes em projetos de extensão: a experiência do gedmes na UENP-PR

AUTORES

Walcir Ferreira Lima
Sílvia Bandeira da Silva Lima
Mariane Aparecida Coco
Maria Eduarda Príncipe
Bianca de Oliveira Kanasiro Mazzuchelli
Flávia Évelin Bandeira Lima Valério

Universidade Estadual do Norte do Paraná

O objetivo do estudo é apresentar as ações extensionistas dos projetos de atividade física e saúde, desenvolvidos pelo Grupo de Estudos em Desempenho Motor, Esporte e Saúde - GEDMES, que promovem a saúde, bem-estar e a qualidade de vida por meio da prática regular de exercícios físicos e esportes, na Universidade Estadual do Norte do Paraná - UENP, em Jacarezinho - PR. As ações são direcionadas às pessoas com diferentes níveis de condicionamento físico, idade e classe social e, aproximam a universidade de outros setores da comunidade. As atividades são planejadas, organizadas, executadas e avaliadas em reuniões semanais; atendem semanalmente aproximadamente 670 alunos, em aulas de Natação (de três a 17 anos / 230 alunos), Hidroginástica (17 a 59 anos / 20), Programa Minitênis (três a 17 anos / 60), Voleibol (12 a 17 anos / 70), Futsal (sete a 17 anos / 50), Xadrez (três a 17 anos / 10), Basquetebol (sete a 17 anos / 40), Balé (três a 17 anos / 46), Condicionamento Físico e Treinamento Resistido (17 a 65 anos / 200). A realização de avaliações psicossociais, antropométricas e motoras estão na fase inicial, serão realizadas periodicamente, apresentarão o panorama do impacto dos projetos na vida de estudantes, professores, técnicos e comunidade. Espera-se uma incrementação qualitativa e quantitativa no desenvolvimento das ações, fortalecendo a relação do ensino, pesquisa e extensão no ensino superior, proporcionando aos acadêmicos de Educação Física experiências e vivências que favoreçam o processo de ensino-aprendizagem em diferentes modalidades esportivas e físicas.

Palavras-chave: Atividade Física; Esportes; Extensão.

Apoio: À Fundação Araucária, pelas bolsas concedidas, à Universidade Estadual do Norte do Paraná (UENP) e ao Grupo de Estudos em Desempenho Motor Esporte e Saúde (GEDMES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O desempenho físico se mantém o mesmo durante uma partida de basquetebol em cadeira de rodas?

AUTORES

Yana Barros Hara
Anselmo de Athayde Costa e Silva
João Claudio Braga Pereira Machado
Mateus Rossato

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, AM.

O basquetebol em cadeira de rodas é um esporte paralímpico popular e que permite a participação de pessoas com deficiência física. Por ser um esporte intermitente de alta intensidade, o desempenho físico é um dos fatores determinantes para o sucesso. : Avaliar o desempenho físico de atletas de basquetebol em cadeiras de rodas durante o jogo. Participaram do estudo 8 jogadores de basquetebol em cadeira de rodas da Associação dos Deficientes Físicos do Amazonas - ADEFA/AM (idade: 42,56 ± 8,91). Todos participaram de um jogo de basquetebol composto por 4 tempos e monitorados por meio de GPS Wimbu (distância percorrida, velocidade média e velocidade máxima). A normalidade dos dados foi avaliada através do teste de Shapiro-Wilk, as informações foram apresentadas por meio de estatística descritiva (média e desvio padrão). Para avaliar o desempenho físico entre cada tempo de jogo foi utilizado o teste de Friedman e post-hoc de Dunn's. O nível de significância adotado foi de 5% ($p < 0,05$). A análise estatística foi realizada no software GraphPad Prism versão 8.0. A distância percorrida ($p = 0,04$) e a velocidade média ($p = 0,01$) foram maiores no 1º tempo em relação ao 4º tempo, entretanto não houve diferença na velocidade máxima entre os tempos da partida ($p = 0,52$). A exigência física foi maior durante o primeiro tempo da partida. Portanto, a comissão técnica pode organizar o treinamento a fim de que o desempenho físico possa ser constante entre todos os tempos da partida.

Palavras-chave: Paratletas; Deficiência física; Desempenho físico.

Apoio: Este trabalho foi realizado com o apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código Financeiro 001 e da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Amazonas (FAPEAM).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física no Sistema Único de Saúde



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Disciplina Práticas de Atenção Primária à Saúde: relato de experiência curricular na Fisioterapia

AUTORES

Sofia Thiesen Dewes
Ana Alice Cardoso Faria
Manoela Araújo da Costa
Lauren dos Santos de Medeiros
Suendi Stiff Nornberg
Beatriz Mansanari
Maíra Junkes-cunha

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS

A formação dos profissionais da saúde deve ser de acordo com os sistemas de saúde e ao modelo de atenção à saúde vigente nos países. No Brasil, a Atenção Primária à Saúde (APS) é a porta de entrada e amplia o acesso da população ao sistema público de saúde proporcionando integralidade no cuidado em saúde. Proporcionar vivências aos acadêmicos do 5º semestre do curso de Fisioterapia da Universidade Federal de Pelotas (UFPe) no componente curricular obrigatório “Práticas de APS”, desenvolver planejamentos de ações de promoção à saúde e prevenção de doenças nos diferentes ciclos de vida e populações especiais em ambientes comunitários. Foram realizados 15 encontros de 3 horas, uma vez por semana, na Unidade Básica de Saúde (UBS) Escola com 24 acadêmicos, os quais participaram ativamente de atividades relacionadas aos cuidados primários: acolhimento, visitas domiciliares, discussões interdisciplinares com profissionais e acadêmicos da Medicina, Enfermagem, Educação Física e Nutrição. A disciplina foi avaliada pelos acadêmicos. Foi possível estabelecer vínculo entre a Fisioterapia e profissionais, professores e alunos atuantes na UBS Escola. As atividades desta disciplina foram exitosas, mostrando grande relevância, permitindo a continuidade das práticas neste contexto de atenção à saúde e uma aproximação entre Ensino/Pesquisa e a realidade da população. Foi a primeira experiência e aproximação do curso de Fisioterapia com as Equipes da UBS Escola sendo possível obter conhecimento da realidade local e assim desenvolver ações em saúde no contexto da APS.

Palavras-chave: Atenção Primária à Saúde; Educação em saúde; Ações integradas de saúde; Sistema Único de Saúde.

Apoio: Agradecemos à UFPe pela oportunidade de implementar as ações relacionadas à integralização da extensão prevista no cronograma curricular do Projeto Pedagógico do curso de Fisioterapia, a todos os profissionais, professores, residentes e acadêmicos por proporcionarem momentos integradores que contribuíram para a aprendizagem colaborativa.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física e saúde pública: conhecimento de profissionais da Atenção Básica sobre as recomendações da Organização Mundial da Saúde

AUTORES

Alice Tatiane da Silva
Thais Gabriele dos Santos
Letícia Pechnicki dos Santos
Jorge Royer Buchmann
Cassiano Ricardo Rech
Rogério César Fermino

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR.

O objetivo deste estudo foi descrever o conhecimento de profissionais da Atenção Básica à Saúde sobre as recomendações de atividade física (AF). Estudo transversal conduzido entre 2018-2020, com amostra de 497 profissionais (44% agentes comunitários de saúde - ACS, 29% enfermeiros, 27% médicos) que atuavam em 64 Unidades Básicas de Saúde de Florianópolis-SC e de São José dos Pinhais-PR. O conhecimento autorreportado foi identificado com base em duas questões: “Como você considera o seu conhecimento sobre as recomendações de AF?”; “Você conhece quais são as recomendações de AF de intensidade moderada e vigorosa (AFMV)?”. O conhecimento das recomendações foi avaliado com base na resposta sobre a frequência semanal e volume diário, as quais foram utilizadas para calcular o volume semanal de AFMV (150 min/sem) e vigorosa (AFV; 75 min/sem). Os dados foram analisados com a distribuição de frequência e o teste de qui-quadrado no SPSS ($p < 0,05$). Cerca de 74% dos profissionais reportaram elevado conhecimento sobre as recomendações, enquanto 50% relataram conhecer a recomendação sobre AFMV (médicos: 70%; enfermeiros: 41%; ACS: 40%; $p < 0,001$). Aproximadamente 12% indicaram corretamente a recomendações sobre AFMV (médicos: 19%, enfermeiros: 14%, ACS: 3%, $p = 0,014$); e apenas 1% a recomendação sobre AFV (médicos: 4%, enfermeiros: 0%, ACS: 0%, $p = 0,116$). Em conclusão, os profissionais de saúde superestimaram a sua compreensão sobre AF, mas o conhecimento é baixo. A restrita compreensão pode limitar a qualidade do aconselhamento sobre AF ofertado à população. Futuros estudos poderiam avaliar a efetividade de capacitações educacionais no desenvolvimento de competências relacionadas ao aconselhamento sobre AF.

Palavras-chave: Atividade motora; Exercício físico; Aconselhamento; Educação baseada em competências; Capacitação profissional.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Promoção da atividade física nas UBS do município de São Paulo/SP em 2018

AUTORES

Ana Carolina Martins de Oliveira
Evelyn Helena Ribeiro
Lúcia de Fátima Querido Rodrigues
Alex Antonio Florindo

Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.

A partir das evidências da literatura a prática de atividade física (AF) é componente necessário para a promoção da saúde. Assim, os serviços de saúde têm incluído a AF em suas ações de promoção. No ano de 2018, foi realizado um estudo transversal com o objetivo de identificar as ações de promoção da AF nas UBS da cidade de São Paulo. Os resultados obtidos via inquérito telefônico correspondem a 329 UBS (72,6% do total de UBS em 2018). 50,6% dessas UBS, classificavam-se enquanto Estratégia de Saúde da Família e quase 60% apresentaram cobertura do NASF, com profissional de educação física presente em 31% das UBS. Dentre as ações de promoção da AF mais ofertadas nessas UBS, os grupos de caminhada lideraram (65,7%), seguido dos alongamentos (58,1%), avaliação física (50,2%), danças (48,3%) e liang gong (45,3%). Essas práticas aconteciam principalmente no período da manhã, até 3 vezes por semana com duração entre 30 a 60 minutos. 43% das UBS, qualificaram as estruturas utilizadas para essas práticas, como boas/ adequadas e 52% das UBS, tinham previsões futuras de implementar e ampliar novas ações para promoção da AF. A oferta dessas diferentes atividades nas UBS da cidade de São Paulo, em 2018, corresponde principalmente a atuação, importância, presença e cobertura do NASF.

Palavras-chave: Promoção da saúde; Atividade física; Unidade Básica de Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Aptidão física de hemodialíticos crônicos: um estudo transversal

AUTHORS

Ana Carolina Pereira Baptista
Wagner Luiz do Prado
Diego Giulliano Destro Christofaro
Michael Torres
João Paulo Botero

Universidade Federal de São Paulo, Santos SP.

Background: Low physical fitness (PF) has been associated with worsened health outcomes, which may lead to increased hospitalization, morbidity, and mortality in patients undergoing chronic hemodialysis. **Objective:** To compare self-reported PF between patients undergoing chronic hemodialysis and those without chronic kidney disease (CKD). **Methods:** In this cross-sectional study, patients undergoing chronic hemodialysis (n = 674) and individuals without CKD (control, n = 518) self-reported PF by responding to “The International Fitness Scale”(IFIS) between October 2021 to July 2022. Analyses were adjusted for sex, age, skin color, educational years, diabetes, smoking, physical activity, sedentary behavior, and body mass index. **Results:** Patients undergoing chronic hemodialysis and those without CKD had, respectively, median age (years): 57.00 (IR: 21.00) x 41.00 (IR: 32.00), (p < 0.001); sex (% female): 41.00 x 68.00, (p < 0.001); BMI median (kg/m²): 25.28 (IR:6.59) x 25.81 (IR:6.14), (p = 0.015). Patients undergoing chronic hemodialysis are more likely to self-report lower general PF (OR = 2.03; 95% CI: 1.35 to 3.05; p = 0.001), cardiorespiratory fitness (OR = 3.18; 95% CI: 2.27 to 4.46; p < 0.001), strength (OR = 2.51; 95 % CI: 1.71 to 3.68; p < 0.001) and agility (OR = 1.83; 95% CI: 1.26 to 2.64; p = 0.001) than the control group. **Conclusion:** Patients undergoing chronic hemodialysis presented a lower perception of PF than individuals without CKD. In this scenario, considering the high prevalence of low PF in these individuals, and the consequences related to these factors, strategies to improve it, like initiatives related to the practice of physical exercises with this population, including strategically during hemodialysis, may be interesting.

Keywords: Renal dialysis; Exercise; Chronic kidney failure; Cardiorespiratory fitness; Muscle strength.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Profissional de educação física na Atenção Primária à Saúde: relato de experiência a partir de visitas domiciliares

AUTORES

Ana Luísa Kuehn de Souza

Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, RJ.

Relato de experiência a partir de Visitas Domiciliares (VD) desenvolvidas por uma Profissional de Educação Física (PEF) que atuou na Atenção Primária à Saúde (APS) vinculada a um Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família. relato de experiência, na qual ocorreu entre março de 2021 e março de 2022, em um Centro de Saúde na Zona Norte do Rio de Janeiro/RJ. as VD eram realizadas quinzenalmente. Os usuários que recebiam as VD eram definidos conforme discussões de casos nas reuniões semanais de equipe, assim como, em atendimentos e interconsultas que aconteciam entre os profissionais de saúde. Desta forma, a PEF deliberava um foco para as VD de acordo com a revisão dos casos priorizados. Foram efetuadas VD para usuários com questões de saúde mental, obesidade, diabéticos e hipertensos. Era aplicada uma anamnese no primeiro contato, e da mesma forma, a PEF investigava sobre o histórico de prática de atividade física do usuário. Era realizada uma avaliação física e prescrição de exercício conforme necessidade, com orientação e adaptação para atividades no ambiente doméstico. Entretanto, para além desses quesitos, a VD se mostrou um potente espaço para a aproximação entre a PEF e os usuários, proporcionou uma melhor compreensão do contexto de vida das pessoas e permitia importantes trocas com os familiares. as VD expõem os desafios do trabalho na APS e exigiram da PEF um olhar ampliado da saúde. Possibilitaram a produção do cuidado e o acesso à atividade física.

Palavras-chave: Sistema Único de Saúde; Atenção Primária à Saúde; Atividade Física; Visita domiciliar

Apoio: Ministério da Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Exercício físico e reabilitação funcional: análise da operacionalização e atendimento de ambulatório Pós-COVID-19 em um hospital universitário

AUTORES

Anderson Sprenger Valus
Jean Carlos de Goveia
Thaiane Moleta Vargas
Leandro Martinez Vargas

Universidade Estadual de Ponta Grossa

Este estudo descreve a operacionalização de um ambulatório Pós-COVID-19 no Hospital Universitário Regional da Universidade Estadual de Ponta Grossa (HU/UEPG). Trata-se de uma pesquisa longitudinal, com abordagem observacional e exploratória. A coleta de dados ocorreu de abril de 2021 a abril de 2022, por meio de formulário online. Participaram do estudo profissionais de Educação Física envolvidos na implementação do ambulatório: dois residentes, um preceptor do curso de Residência Técnica em Reabilitação do HU/UEPG e dois docentes do Departamento de Educação Física da UEPG. O ambulatório foi criado com o objetivo de atender pacientes com sintomas persistentes após a infecção por COVID-19. Após a alta hospitalar, os pacientes da ala COVID-19 da unidade de terapia intensiva do HU/UEPG eram encaminhados ao ambulatório, onde recebiam avaliação da equipe multiprofissional e intervenção em reabilitação física. As sessões de intervenção ocorriam de duas a três vezes por semana, com duração média de 40 a 45 minutos. As sessões eram prescritas por profissionais de Educação Física ou Fisioterapia, incluindo exercícios aeróbicos, neuromusculares e de alongamento ativo/passivo, de acordo com a capacidade funcional e aptidão física do paciente. Ao todo, foram realizados 811 atendimentos e 92 avaliações. Conclui-se que o ambulatório desempenhou um papel fundamental na reabilitação de pacientes gravemente afetados pela COVID-19, sendo essencial para a saúde pública.

Palavras-chave: Ambulatório Pós-COVID-19; Exercício físico; Reabilitação física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Hábitos alimentares de usuários do Programa Academia da Saúde

AUTORES

André Moreira de Oliveira
Daniela Lopes dos Santos
Adrielle Carine Menezes Denardin
Alessandra Garrot Vilanova
Luciana Flores Battistella
Xavéle Braatz Petermann

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

As escolhas alimentares são condicionantes de um corpo funcional e de hábitos de saúde, motivadas pelo conhecimento nutricional e acesso aos ingredientes. Estes tópicos são abordados pelo Programa Academia da Saúde (PAS), em suas práticas integrativas complementares. O objetivo deste estudo é apresentar o perfil de hábitos alimentares de usuários do PAS. Participaram da pesquisa 142 usuários, residentes em sete municípios da região central do Rio Grande do Sul, com idade média de 63 (10) anos e renda familiar mensal entre R\$ 2000,00 e R\$ 2900,00 (33,33%). Para a coleta de dados foram sistematizadas 22 questões fechadas baseadas no recordatório alimentar de 24h e questões abertas para os dados sociodemográficos. Verificou-se que o consumo diário de frutas e sopa de legumes é duas unidades (32,14% e 34,07%, respectivamente). O arroz está diariamente nos pratos de 92,51% da população, sendo utilizadas 1 a 5 colheres; o feijão é servido em quatro ou mais colheres. A ingestão de leite e o consumo de ovos é de uma unidade diária, para 33,94% e 55,79% da população. Quanto à carne, são consumidas duas unidades diárias por 47,14% dos participantes. Negativamente, o consumo semanal de doces é de duas a três vezes (38,29%), assim como 39,55% dos usuários consomem embutidos. Conclui-se que o perfil de hábitos alimentares de usuários do PAS abrange boas condições gerais e havendo poucos itens negativos, sendo de suma importância a educação em saúde junto aos usuários do programa.

Palavras-chave: Hábitos; Comportamento alimentar; Educação em saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atuação de profissionais de educação física no âmbito hospitalar: um relato de experiência

AUTORES

Andressa Marcelle Maia Guimarães
Kahoane Fragozo Sandmann
Julia Schlichting Azevedo
Ana Luísa Kuehn de Souza

Pontifícia Universidade Católica do Paraná,
Cutiriba, PR.

Relato das vivências no âmbito da educação física hospitalar de duas Profissionais de Educação Física (PEF) vinculadas a um Programa de Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso em um Hospital Universitário de Curitiba-PR, que compõe a rede do Sistema Único de Saúde (SUS). Relato de experiência referente às atividades desenvolvidas entre março de 2022 e maio de 2023. O processo de trabalho das PEF para atendimento de pacientes ocorreu por meio de prontuários eletrônicos e pedidos de consulta da equipe médica e multiprofissional. Os dados gerais e clínicos dos pacientes foram coletados a partir dos atendimentos à beira-leito e em idosos internados em enfermaria, nos quais eram efetuadas anamnese, aplicação de questionários em relação à independência e autonomia, e indicativo de risco de sarcopenia, além da avaliação cognitiva e física. Conforme a coleta das informações dos pacientes, as PEF conseguiram realizar suas condutas baseando-se nas demandas e necessidades dos mesmos, incluindo também a escuta ativa e orientações para realização de exercícios físicos e atividades cognitivas. As avaliações dos pacientes permitiram gerar uma melhor compreensão da capacidade físico-mental, assim como, das barreiras para a prática da atividade física (AF) e dos indicativos de risco de sarcopenia, pois mostraram-se elementos importantes para as intervenções das PEF que integram a equipe multiprofissional. A presença das PEF viabilizou um atendimento humanizado ao idoso hospitalizado, contribuindo com a sistematização de condutas para guiar um melhor plano de cuidado, promovendo também o direito ao acesso da prática de AF.

Palavras-chave: Saúde do idoso; Exercício físico; Comportamento sedentário.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Estratégias para promover motivação para a atividade física no contexto da Atenção Primária à Saúde

AUTORES

Anelise Sandri
Maria Eduarda Venera
Gabriela Remor
Rodrigo Sudatti Delevatti
Thiago Sousa Matias

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Apesar do reconhecimento social e da inclusão da atividade física no escopo da Atenção Primária à Saúde (APS), a consolidação da atividade física no dia a dia das pessoas ainda é um desafio. Assim, fatores afetivos como a motivação têm sido negligenciados na pedagogia dos programas de exercícios físicos. O objetivo deste trabalho foi reconhecer e sumarizar estratégias pedagógicas ligadas a processos regulatórios da motivação. Trata-se de um estudo teórico-metodológico, que teve seu macroprojeto organizado sob três processos: (a) desenvolvimento, produção, construção de ferramentas (foco exclusivo deste ensaio); (b) validação de ferramentas; e (c) avaliação e ou aplicação de ferramentas. A partir da análise bibliográfica foram extraídas 17 estratégias para promover motivação para a atividade física, oferecendo suporte para as necessidades psicológicas básicas e formas de implementá-las no contexto da APS. Para o suporte de autonomia aspectos como oferecer escolhas e educar o paciente para reconhecer objetivos intrínsecos foram observados. Para competência, oferecer desafios, e identificar barreiras e facilitadores são estratégias. O suporte de vínculo prevê o suporte social, a cooperação e a conexão entre os sujeitos dos programas. Este trabalho reconhece que há na literatura condições teóricas e práticas de implementar estratégias que se baseiam nas teorias da motivação para suportar programas de exercícios físicos ao longo do tempo. Fornecendo assim, uma oportunidade para que aspectos afetivos, cognitivos e comportamentais sejam apreciados por profissionais, pesquisadores e gestores envolvidos com a promoção da atividade física no contexto da APS.

Palavras-chave: Motivação; Saúde pública; Teoria psicológica; Exercício físico; Idoso.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Estado funcional e sintomas persistentes em adultos Pós-COVID-19 avaliados na atenção primária do sistema público de saúde brasileiro

AUTORES

Arina Hansen
Yolanda Gonçalves da Silva Fontes
Tatiane Boff Centenaro
Ana Inês González
Kamilla Brum Martins Barreto
Tales de Carvalho

Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Avaliar o estado funcional e a prevalência de sintomas persistentes em adultos após fase aguda da COVID-19. Estudo transversal de pacientes que tiveram o diagnóstico de COVID-19, identificados pelas Unidades Básicas de Saúde (UBS) de dois municípios do estado de Santa Catarina, recrutados via WhatsApp. A funcionalidade foi avaliada pela Post-COVID-19 Functional Status Scale (PCFS) e os sintomas persistentes por uma tabela desenvolvida pelos pesquisadores. Os dados foram coletados através de formulário online na plataforma survey monkey, analisados pelo software IBM SPSS Statistics 20 e nível de significância de 5%. Dos 87 indivíduos que iniciaram a pesquisa, 19 abandonaram na primeira seção. Assim, amostra foi de 68, 58,8% (n = 40) do sexo feminino e idade mediana de 45 anos (IIQ₃₅₋₅₇). O tempo entre o diagnóstico da COVID-19 até a participação foi de 9,27 meses (IIQ₆₋₁₂). De acordo com a PCFS, 77,9% (n = 53) relataram comprometimento funcional (CF), 33,8% limitações muito leves, 27,9% leves, 16,2% moderadas e 22,1% ausência de limitações. Observou-se uma associação entre CF e o sexo feminino (p = 0,004). Foi verificado que 82,6% dos participantes do Grau 1, 100% do Grau 2 e 100% do Grau 3 apresentaram sintomas persistentes. A diferença no número de sintomas entre os graus da PCFS foi significativa (p < 0001). A fadiga foi mais prevalente nos grupos com limitações moderadas (100%) e limitações leves (66,7%). A ansiedade foi mais frequente no grau 1 (34,8%). Uma parcela significativa apresenta comprometimento funcional e sintomas persistentes. A fadiga foi o sintoma mais frequente.

Palavras-chave: Afecções Pós-COVID; Desempenho Físico; Estado funcional

Apoio: Os autores agradecem a Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A contribuição do projeto Saúde Ativa nos aspectos psicossociais na percepção dos participantes

AUTORES

Camila Bosquiero Papini
Júlia Cunha Santos Oliveira
Isabella Aparecida Souza Silva
José Lucas Martins Rocha
Matheus Martins Moreira

Universidade Federal do Triângulo Mineiro,
Uberaba, MG.

O objetivo do estudo é apresentar a percepção dos participantes sobre a contribuição do projeto Saúde Ativa nos aspectos psicossociais. Trata-se de um estudo transversal descritivo. O projeto Saúde Ativa oferta exercícios físicos para os usuários de uma Unidade de Saúde na cidade de Uberaba-MG. Foi avaliada a percepção de saúde dos participantes (escala likert). Para a percepção de sentimentos negativos (choro fácil, tristeza ou estresse) foi perguntado se o projeto Saúde Ativa auxiliava no controle desses sentimentos ("sim" ou "não"). Foi questionado de que forma o projeto auxilia nesses sentimentos (pergunta aberta). As respostas foram analisadas e categorizadas: 1-fuga de pensamentos, 2-interação social, 3-atividade física/exercício físico (AF/EF), 4-sentimentos positivos, e 5-sair da rotina. Foram analisadas respostas de 31 participantes (93,5% do sexo feminino, idade média de $69,1 \pm 11,2$ anos). 77,4% ($n = 24$) percebem a saúde como boa, e 16,1% ($n = 5$) como ruim. Dos 31 participantes, 96,8% ($n = 30$), responderam que o grupo auxilia no controle dos sentimentos negativos. A interação social ($n = 21$, conversar, convivência com amigos) foi a categoria mais citada. Na sequência, a fuga de pensamentos ($n = 17$, esvaziar a mente, esquece um pouco das preocupações, diminui tristeza), AF/EF ($n = 13$, se movimentar, não ficar parado), sentimentos positivos ($n = 11$, corpo fica leve, disposição, mais alegre) e sair da rotina ($n = 3$). Por meio das percepções dos participantes, foi possível identificar que o projeto Saúde Ativa contribui para reduzir os sentimentos negativos. A interação social e fuga de pensamentos, são os principais meios para auxiliar sentimentos negativos como choro fácil, tristeza ou estresse.

Palavras-chave: Exercício físico; Análise de sentimentos; Atenção Primária à Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Portal Prática Saúde: uma iniciativa para instrumentalizar profissionais da saúde para promoção da atividade física no SUS

AUTORES

Carmen Arisi Terenzi
Paula Fabricio Sandreschi
Tânia Bertoldo Benedetti
Fábio Almeida

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Descrever a idealização do Portal Prática Saúde, projeto que visa prestar apoio técnico e capacitar os estados e os municípios sobre as políticas públicas de atividade física. Procedimentos metodológicos: foi desenvolvida pelos coordenadores com aprovação da equipe técnica do Ministério da Saúde, parceira deste estudo, a proposta de um website chamado Portal Prática Saúde. Foram realizadas diversas reuniões com especialistas (pesquisadores com representatividade de todas as regiões do Brasil) para definir sua funcionalidade. as funcionalidades para o Portal serão: 1) observatório de atividade física que possibilitará a visualização de dashboards e a extração de relatórios com dados de atividade física construídos no Power BI; 2) biblioteca com materiais que remetam à promoção da atividade física no SUS; 3) repositório com instrumentos para avaliação física e para avaliação da atividade física, e um documento com diversas opções de ações que podem ser desenvolvidas pelos profissionais das APS; 4) cadastro das práticas com visualização de vídeos apresentando ações que ocorrem no território (município) e; 5) espaço do profissional onde poderá favoritar conteúdos e realizar capacitações oferecidas pelo Prática Saúde. o Portal Prática Saúde é uma potencial ferramenta que auxiliará na instrumentalização de profissionais de saúde para que desenvolvam ações exitosas de atividade física no SUS. Essa iniciativa poderá minimizar a carência de conteúdo sobre saúde pública nos currículos dos cursos superiores de educação física, bem como, a ausência de temas que envolvam atividade física na formação de outros profissionais da área da saúde.

Palavras-chave: Atividade Física; Sistema Único de Saúde (SUS); Política de Saúde Pública; Página web; Educação Física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Muito além do exercício: a criação da equipe de apoio ao Programa Academias da Saúde em um município alagoano

AUTORES

Cintha Rafaella Nóbrega Magalhães da Nóbrega Novaes
Christian de Andrade Silva
Marcela de Oliveira Lima Gerbase
Jadson Barros
Eulina Valeska Soares Sarmiento
Monique Kelmany Duarte da Silva
Antônio Sérgio Pinheiro

Secretaria Municipal de Saúde de Arapiraca,
Arapiraca, AL.

O Programa Academias da Saúde (PAS) é um dispositivo de produção, ressignificação e vivência de conhecimentos favoráveis à construção coletiva de hábitos de vidas saudáveis. É inegável o potencial que a presença de profissional de educação física (PEF) agrega ao território. Contudo, o trabalho multiprofissional é fundamental para um cuidado integral, considerando a pluralidade dos determinantes e condicionantes de saúde. A fragilidade das equipes multiprofissionais no cenário nacional abriu uma lacuna importante neste nível de atenção. Descrever a experiência da criação da equipe de apoio ao PAS no município de Arapiraca, Alagoas. Procedimentos metodológicos A cidade dispõe de três polos do PAS voltados ao público de todas as idades. Cada um deles dispõe de um PEF exclusivo. Considerando as necessidades identificadas, a equipe de apoio é composta por: fisioterapeuta, nutricionista, monitor de judô e terapeuta holístico, que possuem cronograma fixo, permitindo aos profissionais atuação em até três turnos por polo, semanalmente. A clínica ampliada, o planejamento estratégico, a comunicação efetiva e a educação permanente são aliados do trabalho. Resultados A ação integrada da equipe garante a seguinte carta de produto: atendimentos individuais e compartilhados, anamneses, avaliações física, nutricional e fisioterapêutica, grupos de atividade física, alívio da dor e educação em saúde, iniciação ao judô e esportes coletivos, Reiki, aromaterapia, quiropraxia, acupuntura, auriculoacupuntura, cromoterapia, rodas de conversa, meditação e fitoterapia. Conclusão Enquanto componente da Rede de Atenção à Saúde, o PAS vem conseguindo cumprir seu papel na produção do cuidado integral e de modos de vida mais saudáveis nos territórios.

Palavras-chave: Exercício físico; Sistema Único de Saúde; Atenção Primária à Saúde; Equipe multiprofissional; Integralidade.

Apoio: À Secretaria Municipal de Saúde e Prefeitura de Arapiraca.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Programa Academia da Saúde: Modelo lógico das ações para a promoção da atividade física em uma cidade de pequeno porte

AUTORES

Claudia Heller Cunha Guimarães

Alice Tatiane da Silva

Josue Mendes dos Santos

Rogério César Fermino

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR.

O objetivo deste estudo foi descrever as ações para a promoção da atividade física do Programa Academia da Saúde (PAS) de Nova Tebas (PR) no ano de 2019. A abordagem qualitativa foi utilizada para o levantamento dos dados com análise dos documentos e relatórios do Ministério da Saúde, Secretaria Municipal de Saúde e entrevistas com gestores. O modelo lógico foi utilizado para sintetizar os dados em cinco categorias: insumos, atividades, produtos, metas e objetivos. Como parte dos insumos, foram identificados 64 profissionais envolvidos nas ações realizadas nos três polos da modalidade ampliada, com investimento anual de R\$ 187.000,00. As atividades desenvolvidas foram palestras, atividades em grupo, projetos específicos e eventos populares. Como principais produtos relacionados à atividade física, foram ofertadas 703 aulas de atividade física, participaram 238 usuários cadastrados, totalizando 12.520 atendimentos. As principais metas do PAS são ações para o desenvolvimento e a ampliação das atividades, além de integração das políticas de promoção da saúde e aumento dos níveis de atividade física e de aptidão física dos usuários. Como amplo objetivo, o PAS visa contribuir para a promoção da saúde e produção do cuidado e de modos de vida saudáveis da população a partir da implantação de polos com infraestrutura e profissionais qualificados. O modelo lógico deve ser utilizado na gestão do programa para auxiliar no alcance dos objetivos propostos pelo Ministério da Saúde. Futuros estudos devem realizar a avaliação da eficácia, efetividade e alcance do programa, bem como o seu impacto nos indicadores de saúde da população.

Palavras-chave: Sistema Único de Saúde; Política de saúde; Promoção da saúde; Programas governamentais; Avaliação de programas e projetos de saúde.

Apoio: Secretaria Municipal de Saúde de Nova Tebas, Paraná. Prefeitura Municipal de Nova Tebas, Paraná



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Movimenta Botuverá itinerante: aproximação das práticas corporais e atividade física à população do território da APS

AUTORES

Daiane Bottamedi
João Batista de Oliveira Júnior
Anelise Sandri
Fernando Henrique Prado

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Botuverá é um município de pequeno porte populacional e grande extensão territorial. Esta singularidade do município se traduz em comunidades que habitam em locais distantes da APS, dificultado o acesso às práticas ofertadas continuamente para a promoção da saúde. O movimenta Botuverá Itinerante foi idealizado com o objetivo de aproximar o PEF, as PC/AF e as práticas de educação em saúde à população dos territórios distantes da APS e sem condições de acesso às práticas já realizadas, assim como estimular a mobilização social e a utilização dos espaços públicos pertencentes ao território para práticas de lazer e AF regular. Trata-se de uma pesquisa-ação, onde o pesquisador se encontra inserido e interfere na realidade local. O presente trabalho foi realizado no município de Botuverá/SC, no ano de 2022. Como produto desta ação foram planejados cinco encontros com duração de uma hora e meia, em cada encontro houve a discussão sobre as práticas de AF, lazer e a utilização das estruturas públicas, seguida de uma prática corporal, com variações de praxis a cada encontro para oportunizar aos participantes a vivência com distintas possibilidades de movimentar-se e finalizados com uma roda de conversa de dois passos do guia alimentar, finalizando aos 5 encontros os 10 passos. A ação foi positiva, a comunidade foi participativa nas discussões e ao final dos encontros os participantes relataram ter inserido a utilização do espaço público ou as práticas em casa ao menos 2x por semana na rotina.

Palavras-chave: Atividade Física Ex; Atenção Primária à Saúde; Sistema Único de Saúde.

Apoio: CNPq e CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Implantação da hidroginástica na Atenção Primária à Saúde do município de Botuverá/SC: um relato de experiência

AUTORES

Daiane Bottamedi
Marcia Adriana Cansian

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O estudo possui o objetivo de relatar a implantação da Hidroginástica na Atenção Primária à Saúde (APS) no município de Botuverá. Trata-se de uma pesquisa-ação, sob a perspectiva da gestão em saúde e profissional de educação física (PEF), do período de 2018 a 2023. A partir do diagnóstico situacional notou-se o aumento significativo de morbidade, agravos e óbitos por DCNT no município de Botuverá em 2018, chamando a atenção para a falta de AF e lazer no município como possíveis agravantes, esses indicadores foram dados fundamentais para sensibilizar os gestores municipais, foi contratado PEF, elaborado o projeto e construída uma piscina com recurso próprio para a prática da hidroginástica, visando atender usuários com comorbidades diversas. Após construída a estrutura, a proposta foi vinculada ao Centro de Convivência do Idoso, e posteriormente, ao Polo Academia da Saúde do município, organizado o fluxo e início das atividades em 2023. A sensibilização dos gestores para um novo serviço sem garantias de apoio de outras esferas governamentais foi um desafio enfrentado. Contratempos foram observados no processo de implantação da hidroginástica no município, como o período de pandemia e tempo de resposta entre o orçamento e aquisição de materiais que influenciaram para o atraso nos prazos de início das atividades. Foram vivenciados obstáculos durante o processo de implantação da hidroginástica no município, mas reconhece-se o resultado positivo, diante a ampliação da oferta de modalidade de AF pelo SUS na APS, assim como dispositivo para a promoção, prevenção e recuperação de saúde no município.

Palavras-chave: Exercício físico; Promoção da Saúde; Sistema Único de Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Conhecer e cumprir as recomendações de atividade física estão associados à prática de aconselhamento sobre atividade física?

AUTORES

Danielle de Amaral Macedo
Carla Elane Silva dos Santos
Viviane Nogueira de Zorzi
Sheylane de Queiroz Moraes
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O objetivo deste estudo foi analisar a associação entre conhecer e cumprir as recomendações de atividade física (AF) com a prática de aconselhamento por profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS). Trata-se de uma análise transversal com 610 profissionais (± 39,6 anos; 85,2% mulheres), lotados em 49 Centros de Saúde de Florianópolis em 2018. A prática de aconselhamento sobre AF realizada nos últimos 12 meses, conhecer e cumprir as recomendações (≥150 min/semana de AF de intensidade moderada e/ou vigorosa no lazer) foi medido por questionários. Quatro combinações baseadas no autorrelato sobre conhecer e cumprir as recomendações foram realizadas, e para estimar a associação com a prática de aconselhamento foi utilizada a regressão logística binária. O conjunto mínimo de variáveis para ajuste definido por um gráfico acíclico direcionado, incluiu a participação em curso sobre AF, nível de escolaridade, recebimento de apoio matricial sobre AF, categoria profissional e vínculo do profissional. A prevalência de aconselhamento foi de 86,2% (IC95% 83,2-88,8) e variou entre os grupos: a) ativo/conhece (92,5%); b) insuficientemente ativo/conhece (90,3%); c) ativo/desconhece (89,5%); e insuficientemente ativo/desconhece (79,8%). Profissionais com perfil “inativo/desconhece” (OR: 0,41; IC95% 0,18-0,94), apresentaram 59% menor chance de aconselhar sobre AF quando comparado aqueles com perfil “ativo/conhece”. Não cumprir e desconhecer as recomendações de AF afetam negativamente a realização do aconselhamento. Investir em programas de formação continuada que abordem conhecimentos sobre recomendações de AF e inclua o incentivo à prática de AF, pode contribuir para aprimorar a atuação desses profissionais na promoção da AF no contexto da APS.

Palavras-chave: Atividade Motora; Atenção Primária à Saúde; Promoção da Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física insuficiente e obesidade em usuários cadastrados na Atenção Primária de Saúde de Presidente Prudente/SP

AUTORES

Dayane Cristina Queiroz Correia
Charles Rodrigues Junior
Gabriel da Silva Bernardini
Glória de Lima Rodrigues
Eloisa Rodrigues Sampaio
Jamil Sanches Codogno

Universidade Estadual Paulista Julio de Mesquita Filho, Presidente Prudente, SP.

O objetivo foi analisar a ocorrência de prática insuficiente de atividade física e obesidade segundo modalidade de cadastro na atenção primária. Hipertensos (≥ 40 anos), foram igualmente selecionados dentre 9 unidades de saúde (3 Unidades Saúde da Família (USF), 3 Unidades Saúde da Família + Núcleo Ampliado de Saúde da Família e Atenção Primária (USF+NASF-AP) e 3 Unidades Básicas de Saúde (UBS)). Para avaliação da atividade física, foi utilizado o questionário de Baecke e os participantes foram classificados em fisicamente inativos quando atingiram escore abaixo do percentil 75. Obesidade foi analisada pelo Índice de Massa Corporal (IMC), com peso e estatura extraídos do prontuário médico, considerando como obesos aqueles com $IMC \geq 30$ kg/m². Os participantes foram distribuídos em dois grupos: i) nenhum/ apenas um fator de risco e ii) ambos os fatores de risco. A análise descritiva foi apresentada utilizando mediana, diferença interquartil (DQ), valores numéricos e percentuais. O teste utilizado foi o qui-quadrado de associação linear, com nível de significância adotado em valores inferiores a 5%, realizado no software Stata versão 16. Foram avaliadas 659 pessoas, sendo 187 (28,4%) homens e 472 (71,6%) mulheres, com mediana de idade 64 anos (DQ = 15). A presença simultânea de atividade física insuficiente e obesidade foi maior (p-valor = 0,042) no grupo UBS (28,9%), seguido dos grupos USF (23,4%) e USF+NASF-AP (20,5%). USF+NASF-AP como modalidade de atendimento à saúde mais integralizada, apresentou associação com menor ocorrência de fatores de risco a saúde (prática insuficiente de atividade física e obesidade), intervindo no estado de saúde dos indivíduos.

Palavras-chave: Atenção Primária à Saúde; Atividade Física; Obesidade.

Apoio: Apoio: Processo nº 2020/07700-1, Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP). O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior -Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



HIV/AIDS, nível socioeconômico e barreiras para a prática de atividades físicas

AUTORES

Elean Matias Dumke
Silvana Corrêa Matheus
Mauri Schwanck Behenck
Daniela Lopes dos Santos
Rafael Guarda Lara Dalla Corte
Maira Acosta Ferreira

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

São inquestionáveis os benefícios advindos da prática regular de atividades físicas, as quais são capazes de promover melhorias na saúde e no bem-estar de pacientes que vivem com HIV/AIDS (PVHIV), no entanto, isto parece não ser suficiente para que essa população a introduza na sua rotina. Assim, objetivou-se analisar as barreiras pessoais e ambientais para a prática de atividades físicas de PVHIV atendidos em um serviço público de referência de Santa Maria/RS de acordo com o nível socioeconômico. Avaliou-se 137 indivíduos (90 homens e 47 mulheres), de $40,49 \pm 13,73$ anos, agrupando-os em cinco categorias (B1, B2, C1, C2 e D). Ninguém foi enquadrado nas classes extremas, ou seja, A1, A2 e E. Utilizou-se o questionário de barreiras pessoais e ambientais para a prática de atividades físicas e o questionário socioeconômico da ABEP. De acordo com os resultados a barreira sempre/quase sempre presente nas classes mais altas (B1, B2 e C1) foi a jornada de trabalho extensa e nas mais baixas (C2 e D) foi a falta de equipamento disponível e a falta de companhia, respectivamente. Inicialmente pensou-se que aspectos indiretamente relacionados à patologia poderiam ficar evidentes na identificação de barreiras como a preocupação com a aparência, cansaço físico ou algum tipo de limitação. No entanto, hoje o PVHIV, com o avanço da terapia antirretroviral, tem uma vida normal e os resultados obtidos são possivelmente semelhantes aos encontrados em indivíduos que não possuem a patologia.

Palavras-chave: HIV/AIDS; Nível socioeconômico; Atividade física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Adesão às ações de controle do *diabetes mellitus* tipo 2 e o consumo alimentar, nível de atividade física e adesão medicamentosa de usuários da atenção primária

AUTORES

Elisa Brosina de Leon
Lucas Santos Fernandes
Johrdy Amilton da Costa Braga
Natan Melgueiro Costa
James Dean Oliveira dos Santos Júnior
Hércules Lázaro Morais Campos

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, AM.

O objetivo do presente estudo foi avaliar a associação entre a adesão às ações de controle do Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) desenvolvidas na Atenção Primária à Saúde (APS), com o consumo alimentar; nível de atividade física e a adesão medicamentosa de usuários do interior do Amazonas. Trata-se de um estudo transversal, pertencente ao SAPPA- Estudo da Saúde na Atenção Primária da População Amazônica. Considerou-se como critérios de inclusão: possuir DM2 e ter acompanhamento há pelo menos 6 meses pela UBS, e como critério de exclusão: a presença de comprometimento cognitivo. Para as variáveis: sociodemográficas, consumo alimentar e adesão medicamentosa utilizou-se questionários objetivos, e para o nível de atividade física o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ). Para caracterizar a amostra utilizou-se a estatística descritiva, e para a associação o teste Qui-quadrado. Participaram do estudo 965 pessoas, sendo 67,7% (n = 653) mulheres e 60,8% (n = 587) com idade igual ou superior a 60 anos. A maioria foi classificada como Sedentários 62,2% (n = 600), com consumo alimentar semanal irregular 59,1% (n = 570) e 81,6% (n = 787) faziam tratamento medicamentoso. Apenas 27,35% (n = 264) aderiam às ações ofertadas na APS e as variáveis nível de atividade física (p = 0,005) e consumo alimentar semanal de frutas e verduras (p = 0,013) associaram-se às ações. A participação em ações de controle do Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) desenvolvidas na Atenção Primária à Saúde (APS) teve impacto no nível de AF e no consumo alimentar semanal de frutas e verduras.

Palavras-chave: Atenção primária; Atenção comunitária em saúde; Comportamentos em saúde

Apoio: FAPEAM, CNPq e CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física e doenças crônicas não transmissíveis de usuários da atenção primária, segundo modalidade de atenção à saúde

AUTORES

Eloísa Rodrigues Sampaio
Juziane Teixeira Guiça
Dayane Cristina Queiroz Correia
Maria Carolina Saes Castanho Norberto
Gabriel da Silva Bernardini
Jamilé Sanches Codogno

Universidade Estadual Paulista, Presidente Prudente, SP.

Analisar o nível de atividade física e ocorrência de doenças crônicas de usuários da atenção primária, segundo modalidade de atenção à saúde. Hipertensos (≥ 40 anos), foram igualmente selecionados dentre 9 unidades de saúde (3 Unidades Saúde da Família (USF), 3 Unidades Saúde da Família + Núcleo Ampliado de Saúde da Família e Atenção Primária (USF+NASF-AP) e 3 Unidades Básicas de Saúde (UBS)). A presença de doenças crônicas foi analisada através do inquérito de morbididades autorreferida, que avalia a presença e o tempo de diagnóstico de doenças (diabetes, dislipidemia, infarto e depressão). O nível de atividade física foi avaliado através do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ). A associação entre o modelo de atenção à saúde, presença de doenças e nível de atividade física foi avaliada pelo teste qui-quadrado. A significância adotada foi de 5%. O software utilizado foi o Stata (versão 16). Foram avaliadas 659 pessoas, sendo 187 (28,4%) homens e 472 (71,6%) mulheres, com mediana de idade de 64 anos (DQ = 15). Foi possível observar que a modalidade de atendimento USF+NASF-AP apresentou maior número de pessoas ativas ($n = 154$; 70,3%), enquanto a UBS apresentou maior número de inativos ($n = 123$; 56,4%) (p -valor = 0,001). Quanto as doenças, foi visto maior ocorrência de dislipidemia ($n = 111$; 50,7%) e diabetes ($n = 122$; 55,7%) em usuários cadastrados na modalidade USF+NASF-AP ($p = 0,001$). Não foram encontrados resultados significativos para as demais doenças analisadas. Pacientes da USF+NASF-AB, embora mais ativos, apresentam maior ocorrência de diabetes e dislipidemia, reforçando a necessidade de atendimento multidisciplinar na atenção primária.

Palavras-chave: Atenção primária; Atividade Física; Doenças crônicas.

Apoio: CNPQ, CAPES e GESAFE.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS

Educação física no SUS: para que serve?



AUTORES

Francielen Arantes
João Henrique Bizon Gomes
Rafaela Afonso Crepaldi
Yago Augusto dos Santos
Paula Teixeira Fernandes

Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP.

O papel do profissional de Educação Física (PEF) no SUS vem se fortalecendo no cenário brasileiro, ampliando a possibilidade de novos rumos para o desenvolvimento mais humanitário. A ideia é contribuir na promoção da saúde e prevenção de doenças. Assim, este trabalho tem o objetivo de mostrar a atuação do PEF na área da saúde, enfatizando sua atuação no SUS, por relatos de experiências. O PEF é fundamental na promoção da prática de atividade física (AF), contribuindo para a saúde da população e reduzindo as chances de doenças originadas pela inatividade física. O PEF pode realizar práticas corporais, de AF, interativas e complementares, conduzir programas e grupos de educação em saúde, terapia comunitária, atendimentos individuais e coletivos, ações de reabilitação e educação permanente, apoio às equipes de saúde da família. Dessa maneira, participamos do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde - área da criança e do adolescente - que nos permite diferentes atividades no SUS: centros de saúde (CS), hospitais e serviços. Nos CS, enfatizamos: territorialização, reuniões de equipe e matriciamento, reuniões NASF, atividades em diferentes grupos, atendimentos individuais, acolhimento, educação em saúde, visitas técnicas e domiciliares. Nos hospitais e serviços, ressaltamos: atendimento compartilhado, orientações e recomendações de AF para diferentes grupos, avaliações físicas, intervenções, grupos de pais, práticas corporais para pessoas com deficiências. Desta forma, conclui-se a fidedigna relevância do PEF no SUS, havendo a necessidade de explorarmos pesquisas que viabilizem esse incentivo, bem como pensarmos em estratégias que consolidem a incorporação do profissional.

Palavras-chave: Exercício físico; Promoção de saúde; Atenção Primária à Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Desafios da educação física na residência multiprofissional em saúde da criança e do adolescente na atenção primária do SUS em Campinas/SP

AUTORES

Francielen Arantes
Paula Teixeira Fernandes

Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP

A residência é um programa enriquecedor na esfera pessoal e profissional das pessoas envolvidas. Para fortalecer e ampliar sua atuação, é imprescindível destacar aspectos para evolução da prática profissional na Educação Física (EF) na atenção primária no SUS-Campinas, objetivo deste trabalho. O reconhecimento da aplicação prática dos conhecimentos da EF, tanto na prevenção quanto na promoção à saúde, é essencial e fundamentado legalmente; porém, ainda temos desafios a serem enfrentados. O primeiro deles refere-se ao baixo número de profissionais de EF vinculados à saúde, pois seu vínculo está na área da educação, esporte ou lazer. O profissional de EF é fundamental na promoção à saúde, atuando dentro dos centros de saúde (CS), nas demandas e nos fluxos da unidade. Outro desafio é a falta de preceptor de núcleo de formação específica, pois ainda que outras áreas auxiliem nas dúvidas e necessidades, a presença de um profissional de EF é fundamental na construção da rotina de atividades e no compartilhamento do saber. A estrutura - física e material - é mais um desafio para atuação no desenvolvimento de atividades e avaliações nos CS para que o usuário tenha maior proximidade com o local, não tirando a possibilidade da parceria com outras entidades. Concluindo, ressaltamos que estes desafios não são impeditivos para o desenvolvimento das funções e atividades diárias da EF, mas devem ser pensados como melhorias futuras e facilitadoras da atuação profissional, visando à prática da atividade física, com ênfase nos processos da criança e do adolescente atendidos no SUS.

Palavras-chave: Atividade física; Profissional de Educação Física; Qualidade de Vida.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Implementação das recomendações para desenvolvimento de práticas exitosas de atividade física na Atenção Primária à Saúde: resultados da pesquisa SAFE

AUTORES

Francisco Timbó de Paiva Neto
Tânia Rosane Bertoldo Benedetti
Joel de Almeida Siqueira Junior
Paula Fabricio Sandreschi
Sofia Wolker Manta
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Descrever a implementação das recomendações para o desenvolvimento de práticas exitosas de atividade física na Atenção Primária à Saúde (APS) e seus resultados. Foram acompanhadas nove ações de atividade física nas cinco regiões do Brasil, que implementaram, de maneira sistematizada, as recomendações para o desenvolvimento de práticas exitosas de atividade física na APS, durante sete meses denominados como etapas. Um ciclo de trabalho foi seguido a cada etapa, cada um com atividades como workshops, estudo e registro das recomendações, execução das recomendações na ação de atividade física e avaliação da etapa. Os ciclos apresentaram matrizes e instrumentos específicos para a implementação das recomendações. Profissionais facilitadores das ações responderam um questionário no início e ao final da implementação. Por meio da Teoria de Resposta ao Item, foram atribuídos valores a cada resposta resultando em uma escala onde quanto maior a pontuação, mais exitosa a ação. Foi possível obter, para cada ação de atividade física, duas pontuações: uma ao início e outra ao final do período de implementação (junho e dezembro de 2022). As nove ações de atividade física que implementaram sistematicamente as recomendações apresentaram, após a intervenção, aumento percentual na pontuação do questionário: Manaus (9,3%), Maceió (12,0% e 9,6%), Campo Grande (14,6%), Rio Claro (5,8%), Muzambinho (36,3%), Rebouças (4,7%), Piraquara (27,5%) e Mafra (42,5%). A implementação sistematizada das recomendações tornou todas as ações de atividade física acompanhadas mais exitosas. Gestores e profissionais de saúde podem utilizar as recomendações como estratégia para qualificação de processos de promoção da atividade física na APS.

Palavras-chave: Atividade Física; Ciência da Implementação; Atenção Primária à Saúde; Sistema Único de Saúde.

Apoio: À Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análise da produção acadêmica relacionada ao Programa Academia da Saúde

AUTORES

Ivan Luiz Ferreira da Silva
Temistocles Damasceno Silva
Camilo Luis Monteiro Lourenço

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, BA.

Analisar a produção acadêmica relacionada ao Programa Academia da Saúde (PAS). Procedimentos metodológicos: Pesquisa de caráter bibliométrico exploratório. Para coleta dos dados, utilizou-se o Catálogo de Teses & Dissertações da CAPES, buscando-se (junho de 2023) o termo “Academia da Saúde” em mestrados e doutorados acadêmicos (). Os resultados foram tabulados no Microsoft Excel® e, posteriormente, realizou-se o levantamento das Instituições de Ensino, Áreas do Conhecimento, Programas de Pós-Graduação, Linha de Pesquisa e Métodos utilizados. Foram identificadas 24 produções acadêmicas, dessas, nove teses e 15 dissertações, publicadas entre 2014 e 2022. Maior quantitativo foi vinculado à UFMG (n = 8) e FIOCRUZ (n = 3); maioria advinda de Programas de Pós-Graduação em Enfermagem (n = 6), Saúde Coletiva (n = 3) e Ciências do Movimento Humano, Educação Física, Nutrição e Saúde, Psicologia e Saúde Pública (n = 2). Houve distribuição variada das produções quanto às linhas de pesquisa, sendo a de “promoção da saúde, prevenção e controle de agravos” (n = 5) a mais recorrente. Ademais os dados preliminares apontam diversidade de métodos empregados para o desenvolvimento das produções sobre o PAS, como os estudos avaliativos, narrativos e de caso; com abordagens quantitativas e qualitativas. A produção não apresentou comportamento linear entre os anos analisados, com pico em 2019. Apesar do baixo quantitativo, percebeu-se o alinhamento ao modelo interdisciplinar do PAS, uma vez que permeiam diversas áreas relacionadas à saúde. Entretanto, torna-se necessário melhor explorar o tema, sobretudo quanto à distribuição geográfica, orientação, financiamento e impacto da implementação.

Palavras-chave: Atividade Física; Promoção da Saúde; Saúde pública; Bibliometria.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Influência da prática regular de atividade física em casos graves de COVID-19

AUTORES

Jean Carlos de Goveia
Thaiane Moleta Vargas
Leandro Martinez Vargas

Universidade Estadual de Ponta Grossa, Ponta Grossa, PR.

Este estudo tem como objetivo descrever os benefícios da atividade física na redução de internamentos, casos graves e mortes relacionadas à COVID-19 na população adulta. Realizou-se uma revisão de escopo da literatura, por meio de um levantamento bibliométrico de artigos publicados em periódicos reconhecidos internacionalmente indexados na base de dados Scopus até 19 de fevereiro de 2023. Foram selecionados 11 artigos relevantes, dos quais 45,4% (n = 5) eram observacionais, 36,4% (n = 4) retrospectivos, 9,1% (n = 1) prospectivos e 9,1% (n = 1) ecológicos. Os resultados destacam que o Brasil foi o país com maior número de publicações sobre o tema, representando 42% do total de artigos analisados. Outros países, como Coreia do Sul, África do Sul, Estados Unidos, Emirados Árabes, Espanha e Reino Unido, contribuíram com uma publicação cada. As evidências indicam que a prática regular de atividade física é uma medida modificável e comprovadamente associada à proteção contra a infecção e à redução do risco de casos graves de COVID-19. Conclui-se que é crucial aumentar a conscientização global sobre os benefícios da atividade física para a saúde em geral. Recomenda-se a realização de estudos longitudinais para estabelecer uma relação de causalidade entre a atividade física e a melhora efetiva nos casos de COVID-19 ou outras doenças semelhantes. Essas informações fornecem suporte para a implementação de estratégias que promovam a prática regular de atividade física como parte integrante das medidas de prevenção e controle da COVID-19.

Palavras-chave: SARS-CoV-2; Estilo de vida; Hospitalização; Inatividade física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O paradoxo entre doença e adoecimento: perspectivas a partir da atividade física

AUTORES

João Henrique Bizon Gomes
Paula Teixeira Fernandes

Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP

O processo Saúde-Doença vem sendo elucidado a todo momento, certificando a dificuldade de pensarmos na sociedade dissociada da vivência subjetiva do adoecimento. Podemos falar de uma mesma doença com diferentes significados de adoecimento, visto que, o sofrimento está inerente aos determinantes sociais, psíquicos, físicos, emocionais, sociais, culturais, raciais e econômicos. Deste modo, este trabalho tem como objetivo identificar, averiguar e explorar os benefícios da atividade física (AF) na dimensão do fenômeno saúde-doença-adoecimento, enfatizando o papel do Profissional de Educação Física (PEF). Isso porque a inatividade física, somada às restrições da doença e às interrupções da rotina, constituem fatores agravantes no processo de recuperação. O PEF, associado ao brincar pedagógico, oportuniza desdobramentos propiciadores de promoção da saúde e bem-estar integral aos indivíduos. Enfatizamos que, quando inserido no Sistema Único de Saúde (SUS), o PEF cumpre papel irrefutável na compreensão da relação saúde-doença-atividade física, fortalecendo ações de profilaxia, promoção da saúde, psicoeducação, acolhimento, escuta e orientações da prática de AF. Queremos, com isso, promover e consolidar o pensamento e as ações sociais voltadas para a saúde, pois acreditamos que o estado de saúde é um processo complexo que envolve diversos fatores, e não apenas a ausência de doença. Já o processo do adoecimento parece ser um mecanismo habitual de ajuda, ainda longe da prevenção e dos benefícios advindos da prática de AF. Assim, queremos ressignificar o conceito de doença e adoecimento, utilizando todas as variáveis incluídas neste processo: psicológicas, físicas, familiares, financeiras, entre outras, considerando sempre o ser humano como ser integral.

Palavras-chave: Saúde-doença; Humanização; Integralidade; SUS; Psicologia do esporte e do exercício físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Yoga, uma alternativa econômica e eficaz de atividade física para o Sistema Único de Saúde

AUTORES

Joni Marcio Farias
Eduarda Valim Pereira
Marcos Paulo Campos Assis
Maria Eduarda Westrup Apolinário
Tiffany Santana do Nascimento

Universidade do Extremo Sul Catarinense

O objetivo do trabalho foi avaliar a efetividade do yoga quando comparado ao exercício resistido na saúde física e mental de idosos. Trata-se de um ensaio clínico não randomizado, com a participação de 40 idosos, constituídos por 2 grupos yoga n = 20 e resistido n = 20, voluntários, pouco ativos, selecionados a partir de um chamamento público, com média de idade 64,9+3,15 anos, residentes de Criciúma/SC/Brasil. Foram avaliados perfil antropométrico, flexibilidade, aptidão física, depressão, ansiedade e saúde mental e cada grupo realizou 27 sessões de treinamento. As variáveis quantitativas foram avaliadas por média, DP, mediana e amplitude interquartil com significância $\alpha = 0,05$, IC de 95%. Os dados foram analisados pelo SPSS 20,0. Nos resultados de aptidão física o GY (Grupo Yoga) melhorou significativamente a flexibilidade e todos os testes do GDLM (Grupo de Desenvolvimento Latino-Americano para Maturidade), as demais variáveis mantidas. O GR (Grupo Resistido) melhorou a circunferência da cintura, do quadril e o teste LPS (Levantar da Posição Sentada), as demais variáveis mantidas. Na saúde mental o GY melhorou significativamente o estado mental e as demais variáveis mantidas. O GR melhorou significativamente a memória tardia, o teste do desenho do relógio e as demais variáveis mantidas. Concluiu-se que as duas modalidades melhoraram e mantem saúde física e mental, considerando que ambos os modelos de exercícios necessitam de profissional habilitado e para o Yoga a quantidade de equipamentos e materiais são menores, desta forma demonstra ser uma estratégia adequada para aumentar os níveis de atividade física no SUS e melhorar a qualidade de vida desta população.

Palavras-chave: Exercício físico; Yoga; Saúde pública; Idosos.

Apoio: Universidade do Extremo Sul Catarinense - UNESC.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação entre hábitos de vida e desfecho gestacional negativo

AUTORES

Joni Marcio Farias
Rosana Porto Matia Mateus
Eduarda Valim Pereira
Marcos Paulo Campos Assis
Maria Eduarda Westrup Apolinário
Tifhany Santana do Nascimento

Universidade do Extremo Sul Catarinense

Verificar a influência dos hábitos de vida no período gestacional e sua relação com desfecho gestacional negativo para construção de estratégias efetivas de cuidado. Trata-se de um estudo epidemiológico descritivo por análise documental, com diagnóstico das gestantes atuais, e análise retrospectiva/documental dos desfechos negativos, gestantes entre os anos de 2014 a 2019. Foram identificadas 15 mulheres com desfecho negativo, 60% tiveram parto prematuro e natimorto progressivo, 91,3% das gestantes iniciaram o pré-natal no primeiro trimestre, 13,3% dos desfechos negativos está relacionado ao não tratamento completo da sífilis, 66% não praticavam atividade física e 53,3% das mulheres relataram convívio familiar conflituoso, razões de prevalência dos desfechos negativos. Concluímos perante as avaliações realizadas que a maior razão de chance para desfecho negativo na gestação foi a não prática de atividade física, o convívio familiar conflituoso, o não tratamento de algumas doenças e a não participação efetiva no pré-natal. Sugere-se um olhar mais ampliado sobre o cuidado à gestante a partir do pré-natal, com busca ativa para o estabelecimento de vínculos efetivo entre a gestante e a atenção primária.

Palavras-chave: Gestação; Hábitos de vida; Atividade física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Perfil dos profissionais que realizam aconselhamento sobre atividade física e comportamento sedentário na Atenção Primária à Saúde

AUTORES

Josue Mendes dos Santos
Camila Suota
Letícia Pechnicki dos Santos
Rogério César Fermino

Universidade Tecnológica Federal do Paraná,
Curitiba, PR.

O objetivo deste estudo foi descrever o perfil dos profissionais que realizam aconselhamento sobre atividade física (AF) e comportamento sedentário (CS) na Atenção Primária à Saúde (APS). Estudo quantitativo, observacional e transversal, realizado entre 2019-2020, em que participaram 148 médicos, enfermeiros e agentes comunitários em saúde que atuavam em 15 Unidades Básicas de Saúde (UBS) de São José dos Pinhais-PR. O aconselhamento foi operacionalizado com resposta dicotômica (não, sim) para duas questões distintas. O perfil dos profissionais foi identificado por variáveis sociodemográficas, categoria profissional, índice de massa corporal, atividade física no tempo de lazer (AFTL), tempo de atuação e número de pacientes atendidos por semana. Os dados foram analisados com o teste qui-quadrado para heterogeneidade e tendência linear no SPSS ($p < 0,05$). A proporção de profissionais que realizavam aconselhamento sobre AF e CS foi de 61% (IC95%: 53%-68%) e 49% (IC95%: 41%-57%), respectivamente. A prática de AFTL foi positivamente associada à realização de aconselhamento sobre AF ($p < 0,001$) e CS ($p = 0,009$). Os profissionais com idade ≥ 40 anos ($p = 0,009$), os agentes comunitários em saúde ($p = 0,028$) e os que atuam na UBS entre 1-5 anos ($p = 0,008$) apresentaram maior proporção de realização de aconselhamento sobre CS. Conclui-se que o perfil dos profissionais de saúde difere em relação a realização de aconselhamento sobre AF e CS. Os gestores poderiam basear-se nestes resultados para direcionar ações de educação permanente de acordo com as características dos profissionais para estimular a realização do aconselhamento na APS. Futuros estudos poderiam analisar a efetividade de intervenções educacionais na realização de aconselhamento.

Palavras-chave: Pessoal de Saúde; Sistema Único de Saúde; Saúde pública; Sedentarismo; Exercício físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação dos fatores de risco com doenças crônicas não transmissíveis

AUTORES

Juciléia Barbosa Bezerra
Tamilles Marques Sousa
Paulo Cerqueira dos Santos Junior

Universidade Federal do Pará

As doenças crônicas não transmissíveis tais como a hipertensão arterial (HAS) e o diabetes mellitus (DM) podem estar relacionadas a diferentes fatores de risco que contribuem para seu desenvolvimento. Avaliar quais fatores de risco apresentam relação com a HAS e/ou DM. A amostra foi obtida em três Unidades Básicas de Saúde (UBS) da cidade Castanhal-Pará. Foram coletados dados dos prontuários dos usuários com doenças crônicas atendidos entre os anos de 2020 a 2022. Os usuários apresentavam DM e/ou HAS, somados ou não a outras doenças, divididos em três grupos: HAS, DM e HAS+DM. Cada usuário apresentava diferentes números de consulta, portanto, foi analisado o último valor dos fatores de risco: peso corporal (PC), idade, Índice de Massa Corporal (IMC), Circunferência Abdominal (CA), glicose, Pressão Arterial Sistólica (PAS) e Diastólica (PAD). As variáveis apresentam tamanho amostral diferente devido a não disponibilidade dos dados. Utilizou-se uma análise de variância univariada com um fator sendo o sexo utilizado para controle local. O nível de significância foi de 5%. O software usado foi o R 4.2.3. A amostra contou com 447 usuários com média de idade de $53,80 \pm 12,73$ anos para o grupo DM; $62,16 \pm 13,31$ anos para o HAS e $62,62 \pm 11,37$ anos para o HAS+DM. Os fatores de risco idade, IMC, PAS, PAD e glicose, apresentaram diferença estatisticamente significativa ($p < 0,05$), indicando que pelo menos um grupo apresenta comportamento diferente. Com exceção do PC e da CA, todos os demais fatores de risco apresentaram relação com a HAS e/ou DM.

Palavras-chave: Doenças crônicas não transmissíveis; Fatores de risco; Unidade Básica de Saúde.

Apoio: PIBIC/UFPA.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação da saúde mental com a composição corporal, nível de atividade física e bem-estar de pacientes do ambulatório de cirurgia bariátrica de um hospital da rede pública

AUTORES

Júlia Cunha Santos Oliveira
Matheus Martins Moreira
Camila Bosquiero Papini
Valter Paulo Neves Miranda

Universidade Federal do Triângulo Mineiro,
Uberaba, MG.

Avaliar a associação da saúde mental com nível de atividade física (NAF), composição corporal e bem-estar de pacientes do Ambulatório de Cirurgia Bariátrica (AMBCB). Procedimentos metodológicos: estudo transversal, realizado com pacientes bariátricos do AMBCB do Hospital de Clínicas da Universidade Federal do Triângulo Mineiro. A saúde mental foi analisada pela Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21). O NAF foi mensurado pelo somatório da prática de atividade física moderada e vigorosa (AFMV). Peso, altura e a bioimpedância octopolar mediram o índice de massa corporal (IMC) e percentual de gordura corporal (%GC), respectivamente. O bem-estar foi avaliado pelo somatório da qualificação do sono, estresse, fadiga e dor muscular, sendo 1 muito bom/baixo e 7 muito ruim/alto. Quanto maior a pontuação, pior o bem-estar. Utilizou-se a regressão multinomial para avaliar a associação ($\alpha = 5\%$). dos 96 pacientes, 83 eram do sexo feminino (86,5%), média de idade e IMC, respectivamente, iguais a 43,78 ($\pm 10,50$) anos e 45,59 ($\pm 9,56$) kg/m². O aumento no tempo de AFMV diminuiu a chance de depressão leve/moderado (OR: 0,994; IC95%:0,988 - 0,99, p = 0,042). O aumento do %GC associou-se com a depressão severa/muito severa (OR: 1,172; IC95%: 1,026 - 1,340). Além disso, a cada aumento na escala de bem-estar, maior a chance de classificação severa/muito severa de depressão (OR: 1,231; IC95%:1,097 - 1,382), ansiedade (OR: 1,300; IC95%:1,148 - 1,472) e estresse (OR: 1,312; IC95%:1,145 - 1,504). Depressão, ansiedade e estresse estiveram associadas com o %GC e bem-estar. A AFMV mostrou-se associada com a menor chance de classificação de depressão.

Palavras-chave: Cirurgia bariátrica; Saúde mental; Atividade Física; Composição corporal; Bem-estar subjetivo.

Apoio: Hospital de Clínicas da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (HC-UFTM) Programa de Residência Integrada Multiprofissional e em Área Profissional da Saúde (PRIMAPS) Unidade Multiprofissional (HC-UFTM)



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre o envolvimento em práticas integrativas e complementares de saúde e depressão em adultos brasileiros - Pesquisa Nacional de saúde 2019

AUTORES

Júlia Morais Manfrin
Julianne Fic Alves
Gislaine Terezinha Amaral Nienov
Marcus Vinicius Veber Lopes
Thiago Sousa Matias

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Este estudo objetivou investigar a associação entre a participação nas Práticas Integrativas e Complementares de Saúde (PICS) e depressão em adultos brasileiros. Participaram do estudo indivíduos com idade igual ou superior a 18 anos que responderam a PNS 2019. A depressão foi analisada através do Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) e os participantes foram inquiridos sobre a adoção de PICS no SUS. Para análise dos dados aqueles que praticaram Yoga e/ou Tai-chie/ou Qgong foram agrupados na categoria Exercícios Conscientes. Modelos de regressão logística ajustados foram utilizados para as análises. A amostra foi composta por 88.522 participantes (53,16% do sexo feminino) e 13,03% da amostra foi screening positivo para depressão, as PICS mais populares foram as Plantas Medicinais (2,99%), Acupuntura (1,5%) e Homeopatia (0,98%). A prática de exercícios conscientes indica proteção para a depressão (OR: 0,41, IC95%: 0,21;0,79). Por outro lado, práticas como Plantas Medicinais (OR: 1,25, IC95%:1,05;1,49) e Acupuntura (OR: 1,33, IC95%: 1,02;1,73) possui odds aumentado para depressão. Não é possível assumir causalidade sobre esses resultados e é plausível um relação bidirecional entre as variáveis. Assim, pessoas com depressão possivelmente procuram mais tratamentos complementares como uso de plantas medicinais e acupuntura no SUS. Por outro lado, chama atenção o fato de isso não acontecer para o grupo que escolhe Exercícios Conscientes. Faz necessário compreender o papel das PICS, sobretudo essas de movimento, no estilo de vida e na saúde dos brasileiros que acessam o SUS e fazem uso de terapias complementares.

Palavras-chave: Adultos; Depressão; Práticas integrativas; Terapias complementares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física de usuários hipertensos cadastrados em diferentes modalidades de Saúde da Atenção Primária de Presidente Prudente/SP

AUTORES

Juziane Teixeira Guíça
Dayane Cristina Queiroz Correia
Maria Carolina Castanho Saes Norberto
Charles Rodrigues Junior
Glória de Lima Rodrigues
Jamil Sanches Codogno

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Investigar o nível de atividade física de hipertensos segundo modalidades da Atenção Primária do município de Presidente Prudente-SP. Amostra composta por hipertensos (≥ 40 anos) selecionados de forma randomizada na atenção primária (3 unidades Saúde da Família com o apoio do núcleo ampliado de saúde da família (USF+NASF), 3 unidades de Saúde da Família (USF) e 3 unidades Básicas de Saúde (UBS)). Para avaliação do nível de atividade física foi aplicado o questionário internacional de atividade física (IPAQ) na versão curta, e os pacientes foram classificados em inativos e insuficientemente ativos/ativos. Para análise estatística foram utilizados os testes qui-quadrado e regressão logística (ajustada por sexo, idade, condição econômica, etnia, dislipidemia e diabetes). Os valores foram descritos por mediana, diferença interquartil (DQ), odds ratios e intervalos de confiança de 95% (IC95%). Análises foram realizadas no software Stata 16.0, e nível de significância adotado foi de 5%. Foram avaliados 659 participantes, com mediana de idade de 64 anos (DQ = 15), sendo 187 (28,4%) homens e 474 (71,6%) mulheres. Hipertensos atendidos pelas UBS apresentaram maiores índices de inatividade física ($n = 123$; 56,4%) quando comparado as USF ($n = 79$; 36,2%) e as USF+NASF ($n = 65$; 29,7%) ($p = 0,001$). Mesmo após ajustes, pacientes das UBS apresentaram 3.06 (IC95%; [2.02-4.66]) vezes mais chances de serem classificados como inativos quando comparado com o grupo USF+NASF. Pacientes de UBS apresentaram maior ocorrência de inatividade física e maiores chances de serem classificados como inativos quando comparados com participantes de USF+NASF.

Palavras-chave: Hipertensão; Nível de atividade física; Atenção Primária à Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Programa de atenção à saúde das pessoas com dor lombar crônica - uma proposta de intervenção

AUTORES

Lauren dos Santos de Medeiros
Manoela Araújo da Costa
Manuela Kruger da Silva
Máira Junkes-cunha

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

A dor lombar acomete 90% da população em algum momento da vida, podendo ser incapacitante. Sob a ótica do modelo biopsicossocial de saúde, objetiva-se identificar a influência do tratamento, com base em exercícios de controle motor e educação em dor, nos aspectos físicos e emocionais. Investigar os efeitos da intervenção por meio de exercícios de controle motor e educação em dor nos fatores funcionais e psicossociais em indivíduos do município de Pelotas com dor lombar crônica. Estudo quantitativo de design experimental, classificado como ensaio clínico controlado e randomizado. Participaram 20 indivíduos com dor lombar crônica (13 mulheres e 7 homens, com média de idade de 38,5 anos). O objetivo é analisar o perfil dos participantes conforme o nível de atividade física (auto-relatado), graus de incapacidade pelo instrumento Roland-Morris de Incapacidade (RMDQ) e a cinesiofobia pela Escala Tampa. Evidenciou-se que 53,85% das mulheres e 85,71% dos homens praticam atividade física; 85,71% dos homens apresentam cinesiofobia moderada e 14,29% incapacidade física; 53,85% das mulheres apresentam cinesiofobia moderada e 15,38% grave, e 23,08% possuem incapacidade física. Mesmo com um alto número de indivíduos praticantes de atividade física, foi evidenciada elevada porcentagem de pacientes com cinesiofobia e incapacidade física, o que indica a necessidade de manejo destes indivíduos e, portanto, justifica a importância da intervenção fisioterapêutica por meio de exercícios de controle motor e de um programa de educação em dor.

Palavras-chave: Dor lombar; Dor Crônica; Cinesiofobia.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Avaliação de uma capacitação para promoção de atividade física ofertada à profissionais de saúde da Atenção Primária

AUTORES

Letícia Aparecida Calderão Spósito
Paulo Henrique Guerra
Hassan Mohamed Elsangedy
Eduardo Kokubun

Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, SP.

Avaliar as necessidades psicológicas básicas (NPB), o nível de motivação para a prática de atividade física (AF) e o apoio à autonomia oferecido durante uma capacitação de promoção à atividade física (PAF) baseada na teoria da autodeterminação (TAD) e direcionada à profissionais de Unidades Básicas de Saúde (UBS). A amostra foi composta por 49 profissionais de três UBS escolhidas por conveniência, sendo: UBS1: n = 14 (48.7+9.1 anos); UBS2: n = 19 (42.9+9.3 anos) e UBS3: n = 16 (39.1+10.8 anos), localizadas em uma cidade de médio porte brasileira. Os profissionais receberam in loco uma breve capacitação de PAF a partir da TAD, com encontros mensais de 1h30 de duração, pelo período de três meses consecutivos e distintos por UBS, no qual, os profissionais foram avaliados até o sexto mês após o término da capacitação. Os três instrumentos utilizados são correspondentes a TAD e possuem de 15 a 24 questões em escala likert. Utilizou-se a mediana, desvio padrão e aplicou-se o teste de Kruskal-Wallis, adotando-se $p < 0.05$. Em relação a satisfação das NPB e a motivação, verificou-se valores positivos após o término da capacitação, com manutenção até o sexto mês para as três UBS que receberam a intervenção, sem diferenças significativas entre os grupos. Ainda, dentro do score limite de 7pts, identificou-se que os profissionais de saúde receberam apoio à autonomia durante a capacitação: UBS1: n = 12 (7.0+0.4pts); UBS2: n = 13 (5.9+0.8pts) e UBS3: n = 10 (6.9+1.0pts). Portanto, a capacitação parece satisfazer as NPB e a motivação para a prática de AF e apoiar a autonomia de profissionais de saúde.

Palavras-chave: Capacitação; Atenção Primária à Saúde; Exercício Físico.

Apoio: À Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efetividade de intervenção comunitária baseada em exercícios físicos e no autocuidado apoiado sobre a reversão da fragilidade em idosos

AUTORES

Letícia Lemos Ayres da Gama Bastos
Mauro Virgílio Gomes de Barros

Universidade Federal de Jataí, Jataí, GO.

O estudo objetiva a efetividade de uma intervenção baseada em exercícios físicos e no autocuidado apoiado sobre a reversão da síndrome de fragilidade (SF) em idosos. O ensaio randomizado de base comunitária contou com três grupos experimentais (GEA, GEB e GEC) e um controle (GC), formados por idosos atendidos na Atenção Básica à Saúde (ABS) do Recife. Os dados foram gerados pelo PDA e analisados no SPSS. As análises incluíram procedimentos de estatística descritiva, Qui-quadrado, ANOVA (one-way e para medidas repetidas) e McNemar para amostras pareadas, ajustadas pelo baseline e por sexo. O nível de significância foi estabelecido em $p < 0,05$. Foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade de Pernambuco. Dos 374 incluídos no estudo, com média de idade de 69,8 (Dp = 6,5) anos, permaneceram 187 idosos que completaram a avaliação final, mas considerados 158 idosos para as análises de medidas repetidas. Dados de prevalência apontaram que na avaliação final houve redução na SF de 12,6% (n = 20) para 11,4% (n = 18) idosos. Embora não tenha sido observada diferença estatisticamente significativa para a SF, segundo os grupos de alocação, dois, seis e cinco idosos passaram da condição de fragilidade para ausência desta após inserção no GEA, GEB e GEC, respectivamente. Em análise complementar das variáveis numéricas, o teste de marcha estacionária apresentou diferença estatisticamente significativa entre os grupos de alocação. Os resultados mostraram-se promissores no debate sobre a implementação de atividades de promoção à saúde no contexto real da ABS, com ações de baixo custo e factíveis.

Palavras-chave: Idoso; Fragilidade; Atenção Primária à Saúde; Ensaio randomizado.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito moderador do sexo na associação entre o aconselhamento e atividade física de adultos atendidos na Atenção Primária à Saúde

AUTORES

Letícia Pechnicki dos Santos
Alice Tatiane da Silva
Cassiano Ricardo Rech
Lucélia Justino Borges
Rogério César Fermino

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR.

O objetivo deste estudo foi testar o possível efeito moderador do sexo na associação entre o aconselhamento recebido e, nível de atividade física (AF) no tempo de lazer (AFTL) realizado em diferentes intensidades por adultos atendidos na Atenção Primária à Saúde (APS). Estudo transversal realizado em 2019 com amostra representativa de 779 participantes atendidos nas 15 Unidades Básicas de Saúde da área urbana de São José dos Pinhais-PR. O aconselhamento foi identificado entre aqueles que relataram ter recebido alguma orientação, nos últimos 12 meses, durante a consulta com um profissional de saúde (não, sim); e a AFTL avaliada com o International Physical Activity Questionnaire. O volume semanal de caminhada, AF moderada (AFM), AF moderada à vigorosa (AFMV) e AF total (AFT) foram categorizadas em três níveis (0-9, 10-149 e ≥ 150 min/sem); a AF vigorosa (AFV) foi classificada em diferentes pontos de corte (0-9, 10-74 e ≥ 75 min/sem). Foi utilizada a regressão logística ordinal multivariada, ajustada para faixa etária, nível socioeconômico e IMC; e o sexo analisado como possível moderador. A prevalência de aconselhamento foi de 43%. A frequência das AFTL (≥ 150 min/sem) foram: caminhada: 13%, AFM: 4%, AFV: 9%, AFMV: 13% e AFT: 25%. Homens que relataram ter recebido aconselhamento apresentaram 83% maior chance de praticar caminhada (OR: 1,83; IC95%: 1,00-3,33; $p = 0,050$). Conclui-se que o sexo apresentou efeito moderador na associação entre aconselhamento recebido e a prática de caminhada, ou seja, homens que recebem aconselhamento tem maiores chances de praticar a caminhada.

Palavras-chave: Aconselhamento; Atividade motora; Exercício Físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Interprofissionalidade e multiprofissionalidade: uma ótica profissional dos residentes em saúde coletiva

AUTORES

Lis Maria Machado Ribeiro Bezerra Bezerra
Layane Costa Saraiva

Universidade Regional do Cariri

A inter e multiprofissionalidade apresentam-se como estratégias promissoras no fortalecimento da atenção básica de saúde. O estudo objetivou analisar o processo de formação interprofissional e multiprofissional em um Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva. A pesquisa foi de campo, exploratória e de cunho qualitativo, tendo como amostra residentes formados em Educação Física, Enfermagem, Nutrição, Fisioterapia, Biologia e Farmácia. A coleta foi através da Escala Jefferson de Atitudes Relacionadas à Colaboração Interprofissional (EJARCI), por meio de questionários aplicados individualmente, os quais apresentam 21 questões com uma escala de concordância/discordância numeradas de 1 a 7 na qual quanto maior for a concordância maior será o valor numérico, de forma on-line, utilizando a plataforma google forms. O período da coleta aconteceu durante dois meses, com 27 participantes que estavam regularmente matriculados no programa. Foram excluídos os residentes que estavam em processo de trancamento de matrícula e em outras situações que inviabilizaram a coleta. Dos 33 questionários enviados, recebemos o retorno de 27 passível de análise. Na análise foi comprovado que a percepção dos residentes em relação à multiprofissionalidade e interprofissionalidade ocorre nos processos de trabalhos quando os conceitos são realizados na práxis com o respeito mútuo dos papéis profissionais. A pesquisa se mostrou relevante, pois trouxe à luz uma temática razoavelmente nova e importante no campo científico. Ademais, foi observado que muito já foi feito no âmbito da formação interprofissional e multiprofissional em saúde para atender eficazmente todas as exigências impostas pela sociedade no contexto da atenção básica de saúde.

Palavras-chave: Profissional de saúde; Residência multidisciplinar; Saúde coletiva.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Barreiras para a mobilização precoce de pacientes hospitalizados

AUTORES

Lisiane Krolikovski da Silva
Ciro Romelio Rodriguez-añez

Universidade Tecnológica Federal do Paraná,
Curitiba, PR.

O repouso prolongado no leito provoca disfunções mio-ostearticulares que podem ser amenizadas pelo exercício físico. A mobilização precoce (MP) é uma conduta segura e eficaz, porém existem barreiras para sua realização. Identificar as barreiras para a mobilização precoce de pacientes hospitalizados. Levantamento descritivo transversal realizado em novembro de 2022 num hospital do Sul do Brasil. Participaram 24 profissionais de 120 por convite e voluntariedade. As barreiras foram avaliadas por questionário (Google Forms) além das características demográficas. Os dados foram interpretados qualitativamente pela estatística descritiva. A taxa de resposta foi 20%, 11 enfermeiros (45,8%), 1 fisioterapeuta (4,2%), 2 médicos (8,3%), 1 psicólogo (4,2%) e 9 técnicos de enfermagem (37,5%). O tempo de atuação variou entre ≤ 1 ano (4,2%) e ≥ 10 anos (54,2%). A maioria dos profissionais reconhece pelo menos 7 benefícios da MP (87,5%). Esse reconhecimento parece ser maior entre os que tem ≤ 5 anos (87,5%) versus os que tem ≥ 10 anos (53,8%). Reduzir o tempo de internação e favorecer funções físicas, cognitivas e emocionais foram benefícios reconhecidos por 91%. As barreiras relacionadas ao paciente para a MP foram: instabilidade hemodinâmica (91,7%), gravidade da doença (70,8%) e instabilidade respiratória (62,5%). Barreiras relacionadas à estrutura: limitação de equipamentos (66,7%) falta de protocolo (33,3%) e falta de tempo (29,2%). Limitações relacionadas ao profissional: falta de conhecimento e cultura da restrição ao leito (ambas com 66,7%). A identificação das barreiras e a educação continuada são importantes para promover a MP e minimizar prejuízos do internamento.

Palavras-chave: Atividade motora; Deambulação precoce; Aptidão física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física durante a gestação: um estudo qualitativo sobre as crenças e percepções em relação à atividade física na coorte de nascimentos de 2015, Pelotas, RS, Brasil

AUTORES

Maiara Gonçalves dos Santos
Helen Gonçalves
Ana Luiza Gonçalves Soares
Marlos Rodrigues Domingues
Andréa Dâmaso Bertoldi
Mariângela Freitas da Silveira
Carolina de Vargas Nunes Coll

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

Descrever as crenças e percepções de gestantes e profissionais de saúde sobre atividade física (AF) durante a gestação. Procedimentos metodológicos: Estudo qualitativo realizado com as mães participantes da Coorte de Nascimentos de 2015, Pelotas/BR. A amostra foi composta por 30 gestantes e 14 profissionais de saúde que prestavam cuidados de saúde para elas no segundo trimestre gestacional. Foram incluídas no estudo, mulheres que mantiveram, diminuíram ou interromperam a AF desde o início da gestação. Foram realizadas entrevistas semiestruturadas e em profundidade, guiadas por três questões-chave: 1) Quando a AF na gestação começa a ser considerada um comportamento errado? 2) Quais são as principais barreiras à AF gestacional? 3) As barreiras são reforçadas pelas ações dos profissionais de saúde e pessoas próximas à gestante? As entrevistas foram gravadas em áudio, transcritas e analisadas com base nos temas recorrentes. Todas as mulheres diminuíram ou interromperam a prática de AF quando souberam da gestação. Diversas barreiras à prática de AF foram destacadas pelas mulheres, dentre elas, as mais relatadas foram: medo de aborto espontâneo ou de causar malformações ao bebê, contrações e/ou sangramentos. As participantes também não tiveram acesso a informações consistentes e apoio sobre os benefícios da AF, por parte dos profissionais de saúde. Conclusões: Este estudo observou que ainda há incerteza, quanto aos benefícios da AF durante a gestação, por parte das gestantes. Assim, intervenções para promoção da AF nesse período, devem incluir a capacitação dos profissionais de saúde, para que possam orientar adequadamente e sanar dúvidas das gestantes.

Palavras-chave: Atividade física; Gestação; Barreiras de comunicação; Pesquisa qualitativa.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atuação dos profissionais de educação física no caps sobre a óptica da atenção integral à saúde : um relato de experiência

AUTORES

Marcos Antonio da Silva Lamarque
Giovana Smolski Driemeier
Taís Isabel Leubet
Brenda Atarão
Moane Marchesan Krug

Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Santa Rosa, RS.

O cuidado com a saúde mental evolui ao longo dos anos e as práticas corporais vem sendo sugeridas como uma ferramenta importante neste processo. : Sendo assim, este estudo teve por objetivo analisar as percepções de profissionais e usuários de um Centro de Apoio Psicossocial (CAPs) sobre a oficina terapêutica de práticas corporais proposta pelo Profissional de Educação Física (PEF). Esse estudo qualitativo foi desenvolvido na cidade de Panambi - RS e teve como participantes profissionais de saúde (n = 10) e usuários (n = 10) do CAPs. A intervenção proposta foi uma oficina terapêutica, constituída por diferentes práticas corporais, que ocorreu com frequência de uma vez na semana, com duração de 75 a 90 minutos, por um período de nove semanas. Após o término da oficina foram realizadas as entrevistas, as quais foram gravadas, transcritas e analisadas pela técnica de Análise de Conteúdo. O mesmo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNIJUÍ (parecer 5.476.766, CAAE 57576722.5.0000.5350). Os resultados evidenciaram que tanto os profissionais, quanto os usuários, perceberam a intervenção do PEF de maneira positiva, destacando a importância desta categoria profissional no cuidado da saúde mental. Além do mais, três categorias emergiram destes dados que apontam benefícios na saúde física, na saúde mental e na socialização dos usuários. Assim, é possível perceber que, oficinas terapêuticas conduzidas por PEF podem contribuir com o desenvolvimento físico, mental e social dos usuários do CAPs, promovendo o cuidado integral.

Palavras-chave: Práticas corporais; Saúde mental; Saúde coletiva.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atuação dos profissionais de educação física na atenção básica à saúde da regional de Uberaba-MG segundo secretários municipais

AUTORES

Marijunio Rocha Pires
Carlos Augusto Souza Brasil
Claudio Bispo de Almeida
Luiz Humberto Rodrigues Souza
Berta Leni Costa Cardoso
Renata Damião

Universidade do Estado da Bahia, Guanambi, BA.

Descrever a visão dos secretários municipais de saúde, esporte e ação social da microrregião de Uberaba sobre a atuação dos profissionais de Educação Física (EF) na Atenção Básica à Saúde (ABS). Estudo transversal realizado em oito municípios dessa microrregião, tendo como participantes Secretários municipais de Saúde, Ação Social, Esporte/Lazer. A coleta de dados foi realizada, presencialmente, por meio de aplicação de questionário estruturado. A digitação foi feita no programa Microsoft Office Excel 2016, foram calculadas as distribuições de frequências relativas e absolutas das variáveis estudadas por meio do software SPSS versão 22.0. Aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da UFTM, sob protocolo nº. 972.888/15. Dos 19 participantes, 10 (52,6%) eram do sexo masculino, 8 (42,1%) possuíam ensino superior e o mesmo número especialização, 19 (100%) consideraram que a EF pode contribuir à ABS, para 13 (68,4%) os profissionais de EF não enfrentariam dificuldade para atuar na ABS pela falta de preparação durante a formação, 11 (57,9%) não enfrentariam nenhuma dificuldades para atuarem nesse espaço, 14 (73,7%) avaliaram que a Equipe de Saúde da Família considera muito importante a EF na ABS e 13 (68,4%) declararam que não houve a realização de concurso no seu município com vagas para EF na ABS. Os secretários relataram que os profissionais de EF podem trazer contribuições para ABS com poucas dificuldades para atuação nesse espaço, porém a falta de vagas em concursos públicos municipais destinadas a EF na ABS pode impedir a ampla inserção desses profissionais na saúde pública.

Palavras-chave: Educação Física; Atenção Primária à Saúde; Atividade Física; Gestão em saúde; Exercício físico.

Apoio: A Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e aos Secretários municipais de Saúde, Ação Social, Esporte/Lazer, dos municípios da Regional de Saúde de Uberaba - MG com gestão no período da pesquisa, pela participação no estudo.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Fatores associados à participação de adultos em programas comunitários de Atividade Física no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde - Brasil 2019

AUTORES

Marília da Silva Alves
Roberto Jerônimo dos Santos Silva

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Os níveis de Atividade Física não tem aumentado proporcionalmente aos investimentos dispendidos por gestores e comunidade acadêmica globalmente. : Identificar fatores que influenciam a participação em Programas Comunitários de Atividade Física (PcAF). Foram investigados 20014 sujeitos a partir da Pesquisa Nacional de Saúde 2019, considerando como desfecho a participação em PCAF, com variáveis explicativas divididas nos blocos: variáveis biológicas (grupo etário, sexo e raça/cor) e variáveis sociodemográficas (renda domiciliar mensal, zona territorial e presença de locais públicos de lazer próximos à residência do entrevistado). Para a análise utilizou-se regressão logística binária, com $p < 0,05$. Todas as análises foram feitas no software Jamovi® versão 2.3.21. Para o primeiro bloco, observou-se que pessoas do sexo feminino (OR = 1.544; IC 95% = 1.406; 1.695), “pessoas idosas” (OR = 1.107; IC 95% 1.012; 1.211) e pessoas “não brancas” (OR = 1.515; IC 95% 1.381; 1.663) tiveram mais chances de participação que homens, adultos e pessoas com raça/cor branca, respectivamente. Para o segundo bloco, pessoas com renda acima de 5 salários mínimos tiveram chances reduzidas em 34% de participação (OR = 0.662; IC 95% 0.573; 0.765) quando comparados as pessoas com renda de até 1 salário mínimo, e, os que possuíam locais públicos para lazer próximos ao seu domicílio apresentaram chances elevadas de participação (OR = 0.714; IC 95% 1.529; 1.922). Aspectos biológicos e sociodemográficos influenciaram na participação em PCAF, sendo que a existência de locais públicos de lazer próximos as residências foi o fator de maior impacto evidenciado nesse estudo.

Palavras-chave: Epidemiologia; Acesso aos serviços de saúde; Saúde pública.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A atividade física nos Planos Municipais de Saúde 2022-2025 de Sergipe

AUTORES

Marília da Silva Alves
Roberto Jerônimo dos Santos Silva

Universidade Federal de Sergipe, Aracajú, SE.

O Plano Municipal de Saúde (PMS) é o principal instrumento de planejamento para definição e implementação de iniciativas no âmbito da saúde, inclusive da promoção da Atividade Física (AF), para um período de quatro anos. Contudo, não é raro que municípios não mencionem Diretrizes, Metas e Indicadores (DOMI) que envolvam a AF. Investigar a presença de termos relacionados à AF nos PMS 2022-2025 de Sergipe e a relação com os municípios que já possuem algum pólo da Academia da Saúde. Foram coletados, no mês de junho de 2023, todos os PMS 2022-2025 aprovados dos municípios sergipanos através do portal SAGE do Ministério da Saúde. A partir da leitura das DOMI foram listados em planilha Excel os municípios e suas menções aos termos “Promoção a/da Saúde”, “Atividade Física”, “Práticas Corporais” e “Academia da/de Saúde”, escritas no singular ou plural especificamente em algum lugar das DOMI. Através do sistema de Cadastro Nacional dos Estabelecimentos de Saúde, identificou-se os municípios que possuem algum pólo. Identificou-se que dos 62 municípios com PMS, 46 citaram algum dos termos (74.2%). Dos 62, 43.5%, 30.6%, 19.4% e 59.7% dos municípios citaram os termos “Promoção a/da Saúde”, “Atividade Física”, “Práticas Corporais” e “Academia da Saúde”, respectivamente. Dos 40 municípios com PMS que possuem algum pólo da Academia da Saúde, 32 citaram algum dos termos. Dentre os 4 termos investigados, o mais citado pelos municípios foi “Academia da Saúde”, sinalizando ser a estratégia ligada à AF mais evidenciada nos PMS 2022-2025 de Sergipe.

Palavras-chave: Planejamento; Política de saúde pública; Gestão em saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação entre custos com saúde e absenteísmo em adultos com doenças cardiovasculares: impacto da atividade física

AUTORES

Monique Yndawe Castanho Araujo
Maria Carolina Castanho Saes Norberto
Glória de Lima Rodrigues
Lionai Lima dos Santos
Jamilé Sanches Codogno

Universidade Estadual Paulista, Presidente Prudente, SP.

Doenças cardiovasculares (DCV) apresentam impactos financeiros diretos e indiretos, desde aumento do uso de serviços de saúde até redução da produtividade no trabalho. O objetivo do estudo foi quantificar a relação entre despesas com absenteísmo e custos com saúde, entre adultos com DCV atendidos pelo sistema público de saúde brasileiro ao longo de 12 meses, e ainda, verificar se atividade física habitual impacta nessa relação. Custos com saúde consideraram serviços utilizados na atenção primária, secundária e terciária, no âmbito do sistema público de saúde da cidade de Presidente Prudente/SP. Perdas de produtividade laboral foram verificadas por informações relativas ao absenteísmo. Informações sobre sexo, idade, grau de escolaridade, tipo de ocupação profissional, peso, estatura, atividade física habitual, presença de comorbidades foram consideradas para ajustes nas análises estatísticas. Estatística foi composta pelo teste de regressão quantílica. A significância estatística foi pré-fixada em valores inferiores a 5% e o software empregado foi o STATA versão 16.0. Compuseram a amostra 167 adultos em atividade laboral ativa. Aqueles que relataram absenteísmo dispenderam anualmente R\$ 915,55 (IC95% = 418,87; 1 412,25) a mais com saúde do que aqueles que não faltaram no trabalho por motivos de saúde. No entanto, observou-se economia anual de R\$ -259,03 (IC95% = -412,21; -105,81) para cada aumento de escore da atividade física habitual. Em suma, observou-se correlação positiva entre perda de produtividade laboral por absenteísmo e custos diretos com saúde entre adultos com doenças cardiovasculares atendidos pelo sistema público de saúde brasileiro, e ainda, que atividade física habitual pode minimizar essa relação.

Palavras-chave: Absenteísmo; Custos de cuidados de saúde; Atividade Física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre comportamento sedentário aos domingos e inatividade física no lazer em pacientes internados em unidade de tratamento intensivo por COVID-19

AUTORES

Patrine Vargas
Caroline Soares da Silva
Deborah Kazimoto Alves
Cecília Bertuol
Jucemar Benedet
Giovani Firpo Del Duca

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

A manutenção do estilo de vida fisicamente ativo foi drasticamente modificada durante a pandemia. Medidas adotadas como o isolamento social, reverberaram na inatividade física dos brasileiros. Verificar a associação entre comportamento sedentário aos domingos e inatividade física em pacientes internados em unidade de tratamento intensivo (UTI), por COVID-19. Este foi um estudo transversal, realizado em 2022, por entrevista telefônica, com pacientes de um Hospital Universitário de referência no tratamento para COVID-19, localizado em Florianópolis/SC. O desfecho foi a inatividade física no lazer, definida pela prática semanal inferior a 150 min/semana e a exposição foi o comportamento sedentário no domingo, utilizando-se o somatório de diversos indicadores (tempo em frente à televisão, computador e/ou celular, tempo sentado no trabalho e no deslocamento), com ponto de corte de 8 horas/dia. Empregou-se regressão logística binária ajustada para variáveis sociodemográficas e comportamentais. Os resultados foram expressos em razões de odds (RO) e seus respectivos intervalos de confiança de 95% (IC95%). Nos 105 pacientes investigados (idade: $49 \pm 12,97$), a prevalência de inatividade física no lazer foi de 80%. Indivíduos que permaneceram 8 horas/dia em CS aos domingos apresentaram maiores chances de inatividade física em comparação aos seus pares (RO:2,77; IC95%:1,04; 7,35; valor $p: \leq 0,041$). Observou-se uma coexistência de comportamentos de risco em pacientes internados por COVID-19, demonstrando a necessidade de intervenções futuras de estímulo ao estilo de vida mais ativo para esta população.

Palavras-chave: Atividade Física; Comportamento sedentário; COVID-19; UTI.

Apoio: Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq); Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física no sus: avaliação a partir da pesquisa SAFE

AUTORES

Paula Fabricio Sandreschi
Sofia Wolker Manta
Francisco Timbó de Paiva Neto
Fábio Araújo Almeida
Cassiano Ricardo Rech
Tânia Rosane Bertoldo Benedetti

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Avaliar as ações de atividade física ofertadas na Atenção Primária à Saúde (APS) do Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil. Procedimentos metodológicos: os dados foram provenientes da pesquisa Saúde a Partir de Atividades Físicas Exitosas (SAFE). Foi elaborado um questionário para identificação das ações de atividade física (AF) na APS, com 39 questões, que contemplou atributos do conceito de prática exitosa de AF (participação, planejamento, replicação, autonomia, sustentabilidade) e dimensões do modelo de avaliação RE-AIM (alcance, adoção, implementação, efetividade e manutenção). Participaram profissionais de saúde que tivessem algum vínculo com a Secretaria Municipal de Saúde. Os dados foram analisados pela Teoria de Resposta ao Item. Foram atribuídos pesos às alternativas do questionário para que o valor final pudesse ser posicionado em uma escala na qual quanto maior a pontuação, mais exitosa era a prática. Os pesos atribuídos foram definidos em reunião de consenso entre especialistas em avaliação de programas, políticas públicas e pesquisa de atividade física e saúde. foram alcançadas 1.645 ações de AF de 452 municípios de todas as unidades federativas do Brasil (8,1% do total de municípios). As ações que atenderam ao escore superior foram consideradas exitosas (n = 85), o que correspondeu a 5,2% das ações identificadas na pesquisa. aproximadamente 5% das ações foram consideradas exitosas. Para que esse cenário seja ampliado, é necessária a implementação de políticas públicas indutoras que garantam as ferramentas necessárias para que os profissionais de saúde ofertem atividade física de maneira equânime para a população.

Palavras-chave: Saúde pública; Avaliação em saúde; Promoção da saúde; Atividade Física.

Apoio: Ao Ministério da Saúde e CNPq pelo financiamento da pesquisa SAFE. E ao CNPq e Capes pelas bolsas concedidas aos pesquisadores.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O papel do residente de educação física na atenção primária na estratégia saúde da família: relato de experiência

AUTORES

Pedro Henrique Silva Martins de Oliveira
Silviana Rodrigues de Paiva

Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca,
Rio de Janeiro, RJ

A atividade física é de suma importância e os Profissionais de Educação Física detém um papel fundamental no processo integrado. A Residência Multiprofissional em Saúde da Família é uma modalidade de pós-graduação, com sete categorias profissionais distintas, dentre elas a do Profissional de Educação Física. No processo de formação os residentes são alocados em uma equipe de Estratégia da Saúde da Família (ESF) do Rio de Janeiro para o campo de prática. : Relatar a experiência e possibilidades de atuação de residentes multiprofissionais de Educação Física na Clínica da Família. Descrição de relato de experiência de dois profissionais de Educação Física atuando como residentes multiprofissionais em duas Clínicas da Família distintas. A atuação do residente multiprofissional de Educação Física é conjugada com a Equipe Multiprofissional (E-Multi). O residente professor de educação física é inserido nesta equipe e tem como potência o compartilhamento de cuidado integral, a partir do olhar ampliado, contribuindo com a saúde biopsicossocial dos usuários e com a ESF. O residente é incitado a buscar articulação com a rede intersetorial e intrasetorial, através de dispositivos no território, além das atividades com as equipes de ESF na Academia Carioca. A experiência de professores de educação física em programas de residência multiprofissionais tem muito a contribuir com o cuidado ampliado na ESF no SUS, através da integralidade sobretudo na articulação de atividades com território, favorecendo a construção de estratégias de cuidado mais próximas das reais necessidades de saúde da população, favorecendo o vínculo profissional-usuário.

Palavras-chave: Atividade física; Atenção primária; Estratégia da Saúde da Família; Residência multiprofissional; Equipe multiprofissional.

Apoio: Agradecemos a Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca pertencente a Fundação Oswaldo Cruz pelo apoio institucional.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Prevalência de déficit cognitivo ligeiro em participantes de um programa de atividade física na Atenção Primária à Saúde

AUTORES

Priscila Missaki Nakamura
Inara Maria da Silva Savioli
Lucas Donizetti Martins
Mateus Honorio
Inaian Pignatti Teixeira

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais, campus Muzambinho, MG

Identificar a prevalência do Déficit Cognitivo Ligeiro (DCL) em participantes do Programa de Atividade Física Pró Saúde (PAFPS). Foi realizado um estudo transversal quantitativo descritivo. Participaram da pesquisa adultos, de ambos os sexos que participam do PAFS na cidade de Muzambinho-MG a pelo menos 6 meses. O PAFS é ofertado duas vezes por semana com duração de 60 minutos e realizado em locais próximos as Unidades Básicas de Saúde (UBS). Todos os participantes responderam uma anamnese com questões sobre idade, sexo e nível de escolaridade. Para avaliar o DCL foi aplicado o questionário Montreal Cognitive Assessment (MoCA) por meio de entrevista na própria UBS. O MoCA é um instrumento com método prático e eficaz para distinguir adultos com envelhecimento cognitivo normal e adultos com déficit cognitivo. Ele é constituído por um protocolo de uma página, cujo tempo de aplicação é de aproximadamente 15 minutos, com uma pontuação máxima de 30 (pontos). Participaram 26 adultos, 4 homens (65 ± 13 anos de idade) e 22 mulheres (64 ± 13 anos de idade), sendo 73% com menos de 12 anos de escolaridade e 46% com mais de 12 anos de escolaridade. Em relação ao DCL, 14 % e 63% dos participantes com mais de 12 anos de escolaridade e com baixa escolaridade apresentaram um DCL, respectivamente. Houve a presença de DCL em participantes do PAFPS, destacando a importância de planejar atividades para prevenção e tratamento do déficit em intervenções na APS.

Palavras-chave: Sistema Único de Saúde; Demência; Intervenção.

Apoio: Agradecemos o apoio do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais- Campus Muzambinho.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Práticas corporais em grupo com profissionais de educação física: uma análise de série temporal histórica

AUTORES

Priscilla Cardoso da Silva
Bruna Guimarães Dimer
Mariana da Costa Salecker
Josieli Alves Fraga
Thais Fraga Brandão
Sarah Giulia Bandeira Felipe
Lucia Faria Borges
Andréa Gonçalves Kruger

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Avaliar o comportamento histórico dos atendimentos de práticas corporais em grupos no território Brasileiro, em uma década considerando a pandemia do COVID-19. Procedimentos Metodológicos: Estudo ecológico observacional de análise de série temporal realizado em uma base de dados de domínio público (DATASUS) pelo programa TabWin. Na análise foi considerado as médias anuais de 2013-2022 e análise parcial de 2023 (jan-mar). Os descritores utilizados foram atendimentos ambulatoriais, práticas corporais em grupo, profissionais de educação física na saúde; incluindo todos os grupos etários. Conforme os dados do SUS de 2013 até 2023, os atendimentos em nível ambulatorial executados por profissionais de educação física sofreram alterações, totalizando 18.358.928 atendimentos. Em 2013, foram registrados 583.105 atendimentos, com uma crescente de 850% até o ano de 2015 (5.164.295). A partir do ano de 2017 houve um decréscimo dos atendimentos a cada ano, com redução expressiva no início da pandemia de 69,4% em relação a 2019. No ano de 2021 houve maior redução dos atendimentos (256.206) de 35,60% em relação ao ano anterior. No entanto, em 2022 teve uma crescente de 320%. Já nos três primeiros meses de 2023 os valores não superaram o esperado, estimando um comportamento conservador. As medidas restritivas influenciaram os atendimentos com práticas corporais em grupo, fator esperado durante a pandemia, o que favoreceu para o retrocesso dos atendimentos. Fica explícita a importância dos profissionais de educação física no atendimento à saúde para promoção da capacidade física e funcional, bem-estar, qualidade de vida e interação social.

Palavras-chave: Exercício Físico; SARS-CoV-2; Sistema Único de Saúde.

Apoio: O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS

O comportamento sedentário é comum a todos os adultos?



AUTORES

Rafael Verissimo de Andrade Martins

Josue Mendes dos Santos

Alice Tatiane da Silva

Letícia Pechnicki dos Santos

Rogério César Fermino

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR.

O objetivo deste estudo foi explorar possíveis relações existentes entre variáveis sociodemográficas, condições de saúde, psicossociais e ambientais com o tempo total despendido em comportamento sedentário (CS) por adultos. Estudo transversal realizado em 2019 em que 779 usuários foram entrevistados em 15 Unidades Básicas de Saúde (UBS) de São José dos Pinhais, Paraná. O CS foi autorreportado e estimado pela soma do tempo diário despendido em cinco atividades realizadas na posição sentada: assistir TV, trabalho, deslocamento, uso de computador e estudo. As 26 variáveis de exposição foram avaliadas com questões padronizadas e utilizadas em estudos similares. Os dados foram analisados com a estatística descritiva, média, mediana e o teste U de Mann-Whitney no software SPSS 20.0 ($p < 0,05$). O CS foi positivamente relacionado a 31% ($n = 8$) das variáveis exploradas: menor faixa etária ($p < 0,001$), escolaridade ($p = 0,013$), nível econômico ($p = 0,005$), ocupação/trabalho sedentário ($p < 0,001$), número de morbididades ($p = 0,013$), percepção positiva de qualidade de vida ($p = 0,004$), aconselhamento recebido na UBS ($p < 0,001$), estágios iniciais de mudança de comportamento para CS ($p = 0,018$). Conclui-se que cerca de 1/3 das variáveis exploradas apresentaram relação com o CS total de adultos. Estes resultados podem direcionar intervenções de educação em saúde para a redução do CS em adultos atendidos na Atenção Primária.

Palavras-chave: Sistema Único de Saúde; Atenção Primária à Saúde; Promoção de saúde; Aconselhamento; Sedentarismo.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Residência Multiprofissional em Saúde: relato de experiência de duas profissionais de educação física com atuação na Atenção Primária à Saúde

AUTORES

Rafaela Afonso Crepaldi
Caroline Fogagnolo
Átila Alexandre Trapé
Marco Carlos Uchida

Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP.

Este relato de experiência descreve a atuação de duas Profissionais de Educação Física (PEF) durante um ano do Programa de Residência Multiprofissional pela Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas, em Educação Física na área de Saúde da Criança e do Adolescente, na Atenção Primária à Saúde (APS). As principais ações foram: territorialização (reconhecimento do território de atuação profissional), visitas domiciliares, vigilância em saúde, matriciamentos, atendimentos multiprofissionais e uniprofissionais, projetos de educação em saúde, reuniões de equipe e aconselhamento para uma vida fisicamente ativa na comunidade. Destacam-se os grupos que ocorreriam 1x/semana presencialmente: Estimulação, para crianças de 0 a 3 anos de idade, com foco no desenvolvimento da linguagem e habilidades motoras; recreação, para crianças de 6 a 10 anos; dança, para adolescentes de 12 a 18 anos. A partir da nossa observação, e dos relatos dos participantes, as intervenções resultaram em melhoras no âmbito social, emocional e físico, associando-se com a percepção da qualidade de vida. Dentre as dificuldades encontradas, destacamos a falta de adesão e rotatividade dos participantes, além do pouco incentivo de outros profissionais para a participação da comunidade. Ademais, ressaltamos a dificuldade da quebra do paradigma que o PEF atua majoritariamente em aspectos biológicos (e.g. emagrecimento e controle das doenças crônicas não-transmissíveis), dificultando uma abordagem multiprofissional voltada à promoção, prevenção e manutenção da saúde. Portanto, vemos a importância do PEF na APS para o cuidado em saúde de forma integral e acreditamos que os programas de residência multiprofissional têm contribuído para isso.

Palavras-chave: Atenção Primária; Qualidade de vida; Educação Física; Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Estratégias de aconselhamento sobre atividade física recebidas por adultos atendidos na Atenção Primária à Saúde

AUTORES

Rogério César Fermino
Letícia Aparecida Calderão Sposito
Letícia Pechnicki dos Santos
Josue Mendes dos Santos
Paulo Henrique Guerra
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Tecnológica Federal do Paraná,
Curitiba, PR.

O objetivo deste estudo foi analisar se existem associações entre características sociodemográficas, condições de saúde, estágios de mudança de comportamento (EMC) e as estratégias de aconselhamento sobre atividade física (AF) recebidas por usuários da Atenção Primária à Saúde (APS). Em 2019 foi realizado um estudo transversal, com amostra representativa de 779 adultos atendidos nas 15 Unidades Básicas de Saúde da área urbana de São José dos Pinhais-PR. As características sociodemográficas, condições de saúde e EMC foram mensurados com procedimentos padronizados; e as estratégias de aconselhamento avaliadas com base no método "5 As". As associações foram analisadas com o teste de qui-quadrado para proporção, heterogeneidade e exato de Fisher ($p < 0,05$). As estratégias recebidas com maior frequência se relacionam com os benefícios da AF para a saúde (91%) e a identificação do nível de AF (84%). As estratégias variaram conforme diversas características sociodemográficas, condições de saúde e os EMC ($p < 0,05$). A idade foi positivamente associada com o recebimento de informações sobre as recomendações de AF ($p = 0,016$). As mulheres recebem aconselhamento com base em suas características individuais ($p = 0,033$). A identificação das barreiras para a AF foram mais frequentes em pessoas que se encontravam nos EMC de pré-contemplação e contemplação ($p = 0,020$); enquanto o recebimento de estratégias para identificar o início da AF foi maior nas pessoas que estavam no EMC de ação e manutenção ($p = 0,002$). Conclui-se que as estratégias de aconselhamento sobre AF devem ser específicas para as características sociodemográficas, condições de saúde, EMC e podem auxiliar na promoção da AF na APS.

Palavras-chave: Atividade Motora; Exercício Físico; Aconselhamento; Ciências biocomportamentais; Saúde pública.

Apoio: Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR) e Universidade Federal do Paraná (UFPR).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O aconselhamento breve sobre atividade física pode favorecer a mudança de comportamento de todos os adultos?

AUTORES

Thais Gabriele dos Santos
Alice Tatiane da Silva
Jorge Royer Buchmann
Letícia Pechnicki dos Santos
Rogério César Fermino

Universidade Tecnológica Federal do Paraná,
Curitiba, PR.

O objetivo deste estudo foi explorar a possível associação existente entre o aconselhamento sobre atividade física recebido (AF) e os estágios de mudança de comportamento (EMC), estratificado por sexo, faixa etária e nível econômico. Estudo realizado em 2019 com amostra representativa de 779 adultos atendidos nas 15 Unidades Básicas de Saúde (UBS) da área urbana de São José dos Pinhais-PR. O aconselhamento sobre AF foi identificado com a resposta para a questão “Durante o último ano, alguma vez que você esteve na UBS, você recebeu aconselhamento sobre AF?” (não/sim). Os EMC foram avaliados com base no algoritmo do modelo transteórico e classificados em cinco categorias: pré-contemplação, contemplação, preparação, ação, manutenção. Os dados foram analisados com teste de qui-quadrado para tendência linear no SPSS 23.0 e o nível de significância mantido em 5%. A prevalência do aconselhamento breve foi de 43% (IC95%: 40-46%) e 39% dos entrevistados foram classificados nos EMC de ação e manutenção (IC95%: 50-66%). De maneira geral, o aconselhamento associou-se positivamente aos EMC ($p = 0,015$). No entanto, nas análises estratificadas as associações mantiveram-se apenas para homens ($p = 0,003$), pessoas ≥ 40 anos ($p = 0,004$) e de nível socioeconômico baixo ($p = 0,023$). Conclui-se que o aconselhamento está positivamente associado aos EMC para homens, adultos de meia idade e em pessoas de nível socioeconômico baixo. Com base nos resultados, os profissionais de saúde poderiam direcionar melhor o aconselhamento aos usuários de acordo com o EMC que se encontram.

Palavras-chave: Aconselhamento; Atividade física; Atenção Primária à Saúde; Modelo transteórico; Promoção da saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Uso do método amparo no programa de recondicionamento físico com pacientes de um hospital universitário da rede pública

AUTORES

Valter Paulo Neves Miranda
Júlia Cunha Santos Oliveira
Matheus Martins Moreira
Leonardo Augusto Servino Fonseca
Camila Bosquiero Papini

Universidade Federal do triângulo Mineiro,
Uberaba, MG.

A atuação do Profissional de Educação Física (EF) na “Atenção intra-hospitalar” compreende o planejamento e execução de ações de prevenção, promoção, proteção à saúde e do condicionamento físico. : Avaliar e apresentar o Programa de Recondicionamento Físico (PRF), Método AMPARO, com pacientes de um hospital universitário da rede pública. Procedimento Metodológico: estudo transversal, com pacientes atendidos pela EF do Hospital de Clínicas da Universidade do Triângulo Mineiro (HC-UFTM), aprovado pela Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares: https://www.gov.br/ebserh/pt-br/hospitais-universitarios/regiao-sudeste/hc-ufmt/documentos/planos-e-programas/Programa_Recondicionamento_Fisicofinal.pdf. O PRF usa o Método AMPARO, Avaliação Multidimensional, Planejamento, Atuação, Reavaliação e Orientação de 36 sessões de exercícios físicos coordenados e executados por profissionais e residentes da EF. Aplicou-se o teste T pareado e o teste de Wilcoxon para a comparação dos resultados. O nível de significância adotado foi de $\alpha = 5\%$. Até dezembro de 2022, 1629 atendimentos (avaliações e sessões de exercícios) foram realizados. O PRF foi concluído por 31 pacientes, com média de idade de $46,12 \pm 13,58$, sendo 25 (80,60%) do sexo feminino. Constatou-se aumento da distância percorrida no teste de caminhada de 6 minutos (TC6M), média de 430,10 (IC95%:393,61-466,59) metros no início e 482,89 (IC95%:447,87-516,90) metros no final ($p < 0,001$) do PRF. Houve também elevação do tempo de atividade física moderada, sendo a mediana inicial 50 (P25: 0 - P75: 120) minutos e após o programa, 120 (P25:-100-P75:120) minutos ($p = 0,030$). O PRF vem se mostrando eficiente na melhora da aptidão cardiovascular (TC6M), aumento do nível de atividade física de pacientes atendidos pela EF em um hospital universitário da rede pública.

Palavras-chave: Assistência integral à saúde; Educação Física; Sistema Único de Saúde; Condicionamento físico-humano.

Apoio: À Unidade Multiprofissional, Divisão de Gestão do Cuidado e Gerência de Ensino e Pesquisa do Hospital de Clínicas da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM) e ao Programa de Residência Integrada Multiprofissional em Saúde da UFTM.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O planejamento em um grupo comunitário: contribuições da Política Nacional de Promoção da Saúde

AUTORES

Victor Felipe de Assis
Jamilly Ferreira Cardoso
Gabriele Candido Chiodelli
Francisco Timbó de Paiva Neto
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal do Triângulo Mineiro,
Uberaba, MG.

O objetivo deste estudo foi relatar o processo de promoção de Práticas Corporais e Atividades Físicas (PCAF) utilizando-se de princípios da Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS) para potencializar o planejamento de atividades em um grupo comunitário. O trabalho se caracteriza como estudo de caso de uma pesquisa-ação, sendo que este processo se refere ao aprimoramento de uma prática pela alternância sistemática entre agir no campo da prática e investigar a respeito dela. Os participantes foram pessoas de um grupo comunitário em um território de vulnerabilidade social de Florianópolis - SC. Por meio de uma roda de conversa, houve o levantamento de PCAF e temáticas de saúde de interesse dos participantes e posteriormente, estas foram utilizadas para compor um planejamento semestral de PCAF e educação popular em saúde com base na PNPS. Participaram das aulas 44 pessoas (72,7% pessoas com 65 anos ou mais). Partindo-se do levantamento de conteúdos foram gerados 52 planos de aula com 10 diferentes PCAF abordadas, participações especiais, atividades no território, datas comemorativas, encontros temáticos, entre outros que, intencionalmente, buscaram contribuir para: 1- aproximação com diferentes princípios da promoção da saúde; 2- envolver temáticas significativas para pessoas daquela comunidade e 3- estimular as necessidades psicológicas básicas. O estudo aponta a possibilidade do planejamento orientado por princípios da PNPS contribuir para exploração da riqueza de possibilidades das PCAF, articulando conteúdos que extrapolam fronteiras particulares da Educação Física e contribuindo para o fortalecimento integral do SUS. Novas pesquisas devem investigar se essas ações serão consideradas práticas exitosas.

Palavras-chave: Saúde coletiva; Políticas públicas; Sistema Único de Saúde; Práticas corporais; Atividade física.

Apoio: Os autores gostariam de agradecer à Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) e ao seu programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família (REMULTISF).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Características dos profissionais de educação física atuantes na Atenção Básica do estado de Alagoas

AUTORES

Vinícius Tenório Moraes da Silva
Cinthya Rafaella Magalhães da Nóbrega
Novaes
Ingrid Kelly Alves dos Santos Pinheiro
Everton Carnaúba dos Santos
Flávia Accioly Canuto Wanderley

Laboratório de Cineantropometria, Atividade Física e Promoção da Saúde, Arapiraca, AL.

O profissional de Educação Física na atenção básica é visto como um facilitador do aumento da prática regular de atividade física. Contudo, existe uma lacuna no que diz respeito às informações que identifiquem e caracterizem estes profissionais. O objetivo deste estudo foi caracterizar o perfil dos Profissionais de Educação Física que atuam na Atenção Básica no estado de Alagoas. Trata-se de uma pesquisa quantitativa, transversal, de abrangência estadual, de caráter descritivo. Aos 120 Profissionais de Educação Física foi aplicado o “Questionário para Avaliação de Intervenções para a Promoção da Atividade Física na Atenção Básica à Saúde - Versão para Profissionais”. As variáveis analisadas foram às informações sociodemográficas e de formação inicial. A tabulação dos dados obtidos foi realizada através do software Epidata® e a análise dos dados foi executada através do programa estatístico SPSS®. A maioria dos profissionais de Educação Física são homens (62,5%), com média de idade de 34,4 anos. Quanto à escolaridade, é observado que 39,2% possuem licenciatura plena em Educação Física, e que a maioria dos profissionais de Educação Física têm pós-graduação (50,8%). A maioria dos profissionais que compõem a força de trabalho na Atenção Básica de Alagoas é masculina, contrapondo-se ao cenário nacional, que é em sua maioria feminina; e têm buscado progredir, quanto à escolaridade.

Palavras-chave: Atenção Básica à Saúde; Perfil do profissional; Escolaridade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física no ambiente aquático e saúde



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito do exercício aquático intervalado de alta intensidade na reatividade da pressão arterial de mulheres pós-menopausadas hipertensas

AUTORES

Ana Clara Ribeiro Cunha
Tássia Magnabosco Sisoneto
Caroline Pereira Garcês
Juliana Cristina Silva
Ana Carolina Kanitz
Guilherme Morais Puga

Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia,
MG.

Avaliar o efeito do exercício aquático intervalado de alta intensidade na reatividade da pressão arterial à um teste de estresse em mulheres pós-menopausadas hipertensas. Ensaio clínico, cruzado e randomizado realizado com 22 mulheres pós-menopausadas hipertensas ($58 \pm 4,5$ anos, $8,28 \pm 6,4$ anos na pós-menopausa, $IMC 30,7 \pm 4,9$ kg/m²). Após familiarização com o exercício no meio aquático e escala de percepção subjetiva de esforço (PSE) (6-20), as voluntárias realizaram duas sessões: exercício intervalado de alta intensidade (HIIT); e controle (CON). A sessão HIIT foi composta por 3 minutos de aquecimento, 2x8 min (1min intenso, PSE 16 e 1min leve, PSE 11) com intervalo de 2min entre eles e 3min de volta a calma. A sessão CON consistiu em 24 min de alongamento estático imerso. Todas as sessões ocorreram na mesma piscina. O teste de estresse utilizado foi o Stroop Color e foi aplicado nos momentos repouso pré e durante 60 minutos após as sessões, na posição sentada fora da piscina. Para análise estatística utilizou-se o Teste t pareado (GraphPad Prism 8.0.2), $p < 0,05$. Não foi encontrado nenhuma diferença ($p > 0,05$) nas pressões arteriais sistólica e diastólica nos momentos de repouso, pico de pressão durante o teste e na variação da pressão arterial (delta) entre as sessões HIIT e controle. A reatividade na pressão arterial à um teste de estresse não é alterada após a execução de uma sessão aguda de HIIT aquático em mulheres pós-menopausadas hipertensas., o que indica que ele não é um fator estressante que altera a pressão de mulheres pós-menopausadas hipertensas.

Palavras-chave: Hipertensão; Treinamento Intervalado de Alta Intensidade; Teste de estresse.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Estratégias de recrutamento das participantes de um estudo com mulheres sobreviventes do câncer de mama: relatório de recrutamento do estudo WaterMama

AUTORES

Bruno Ezequiel Botelho Xavier
Cristiane Rios Petrarca
Victor Guessier Pinheiro
Cristine Lima Alberton
Stephanie Santana Pinto

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

O objetivo foi descrever as estratégias de recrutamento e respectivas taxas de efetivação de mulheres sobreviventes de câncer de mama na primeira onda do estudo WaterMama. O WaterMama é um estudo randomizado, com três braços paralelos. A estratégia de recrutamento foi baseada em três métodos: triagem ativa via contato telefônico para pacientes que receberam tratamento oncológico no Hospital Escola da UFPel; reportagem no principal jornal da cidade concomitantemente a divulgação em redes sociais; e divulgação boca a boca. No total, 253 mulheres foram rastreadas. Não foi possível contatar 112 potenciais participantes e 54 não foram avaliadas por não atenderem aos critérios de elegibilidade, 25 dessas por estarem com tratamento primário ativo. Ademais, 33 participantes indicaram motivos que limitaram o engajamento na pesquisa, incluindo indisponibilidade de agenda e dificuldades com deslocamento. Entrevistas foram agendadas com 40 potenciais participantes, sendo que 23 compareceram. Entre as candidatas entrevistadas, sete não atenderam aos critérios de elegibilidade, logo, 16 assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido, mas após a conclusão das visitas para avaliações, 11 mulheres foram randomizadas. As participantes randomizadas tinham idade de $54,6 \pm 12,6$ anos, 72,7% eram brancas e com tempo de diagnóstico de $1,9 \pm 0,7$ anos. A taxa de efetivação total foi de 6,32%. O método de recrutamento ativo teve taxa de efetivação de 7,41%, enquanto os métodos de triagem passiva apresentaram 6,32%. Esses resultados destacam a importância de uma abordagem multifacetada para o recrutamento de participantes em ensaios clínicos, especialmente quando se trata de uma população de sobreviventes do câncer de mama.

Palavras-chave: Neoplasia de mama; Fadiga; Exercício aquático; Exercício físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Antropometria e habilidades aquáticas das crianças que frequentam natação

AUTORES

Eduarda Eugenia Dias de Jesus

Jessica Sperandio

Fabício Faitarone Brasilino

Pedro Jorge Cortes Morales

Universidade da Região de Joinville, Joinville, SC.

Este estudo buscou investigar os efeitos das habilidades aquáticas em crianças matriculadas em aulas de natação, por meio de uma intervenção, com foco na avaliação dos dados antropométricos e comparação dos resultados obtidos. Participaram do estudo 29 crianças, sendo 23 meninos e seis meninas, com idades entre três e 12 anos, frequentando aulas de natação infantil, duas vezes por semana com duração de 45 minutos, em uma academia na região de Joinville/SC. As crianças passaram pelos critérios de avaliação, e depois de 20 semanas foi feita uma segunda avaliação, para comparação dos resultados anteriores. Foram coletados dados antropométricos, como o IMC e as dobras cutâneas para avaliar o %G. As habilidades aquáticas avaliadas foram imersão, flutuações, deslizes e domínio de profundidade. Foi observada uma diminuição do IMC no pós-teste em comparação ao pré, e todas as crianças apresentaram uma classificação de %G como “ótima” (50%) na pré-avaliação, mantendo-se em “ótima” (59%) na pós ($p < 0,02$). Os resultados pós-avaliação demonstraram uma melhora nas habilidades aquáticas das crianças, principalmente para os deslizes ($p < 0,006$). Ademais, foram encontradas correlações significativas, indicando que o aumento da imersão está associado a melhorias na flutuação dorsal ($r = 0,63/p < 0,05$) e domínio de profundidade ($r = 0,57/p < 0,05$), bem como o aumento da flutuação ventral está associado a melhorias na flutuação dorsal ($r = 0,47/p < 0,05$) e deslizes ($r = 0,52/p < 0,05$). Concluiu-se que o monitoramento antropométrico é relevante para a manutenção da saúde das crianças. Em relação às habilidades aquáticas, o estudo mostrou que as crianças estão classificadas em um nível bom, proporcionando condições para o avanço na modalidade.

Palavras-chave: Natação; Antropometria; Criança; Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O treinamento concorrente na hidroginástica melhora a qualidade muscular do quadríceps de mulheres jovens

AUTORES

Erick Nunes Fernandes
Ana Carolina Kanitz
Cristine Lima Alberton
Stephanie Santana Pinto

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O objetivo do estudo foi comparar os efeitos da manipulação da ordem dos exercícios de força e aeróbico durante o treinamento concorrente na hidroginástica sobre a qualidade muscular do quadríceps de mulheres jovens. Vinte e seis mulheres jovens sedentárias foram aleatorizadas em dois grupos de treinamento: força-aeróbico (FA) (n = 13) e aeróbico-força (AF) (n = 13). As participantes realizaram o treinamento concorrente no meio aquático, duas vezes na semana durante 12 semanas, executando ambos os tipos de exercícios (aeróbico e força) na mesma sessão de treinamento. O treinamento de força foi realizado com séries em máxima velocidade e o treinamento aeróbico na frequência cardíaca do segundo limiar ventilatório. A qualidade muscular do reto femoral, vasto intermédio, vasto lateral, vasto medial e somatório do quadríceps foi analisada pré e pós-treinamento através da medida de ecointensidade (EI) obtida com ultrassom. O valor de EI foi calculado resultando em um número entre 0 e 255, sendo que valores maiores de EI representam pior qualidade muscular. Para análise dos dados foram utilizadas Generalized Estimating Equations, com testes post-hoc de Bonferroni ($\alpha = 0,05$). Após o período de 12 semanas de treinamento concorrente na hidroginástica, independente da ordem FA ou AF, observou-se uma melhoria da qualidade muscular de todos os músculos analisados, assim como do somatório do quadríceps ($p < 0,05$). Conclui-se que 12 semanas de treinamento concorrente na hidroginástica, tanto na ordem exercícios de força seguidos de aeróbicos ou na ordem inversa, melhoram a qualidade muscular do grupamento muscular quadríceps de mulheres jovens sedentárias.

Palavras-chave: Exercício; Ambiente aquático; Ultrassom.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O efeito de treinamentos pliométricos realizados em terra e água na altura de salto, desempenho físico e na percepção e marcadores de dor: uma revisão sistemática

AUTORES

Guilherme Droescher de Vargas
Gabriel Rodrigues Caxias de Sousa
Jonas Zanella
Giovanni Brito Rimolo
Artur Avelino Birk
Pedro Schons
Lucas Klein
Luiz Fernando Martins Kruehl

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Os efeitos do treinamento pliométrico podem responder a fatores associados ao volume, intensidade, tipo de salto, superfície e duração do programa de treino. A literatura mostra um aumento de atividades sendo realizadas no ambiente aquático. Como o ambiente aquático pode atenuar os efeitos do pico de impacto, a pliométria em água parece ser uma alternativa para minimizar os riscos de lesão. : Desenvolver uma revisão sistemática para analisar estudos que compararam os efeitos de intervenções com o treinamento pliométrico em ambiente aquático e terrestre em desfechos neuromusculares, desempenho físico, percepção de dor e marcadores bioquímicos. Materiais e A estratégia dessa revisão foi realizada de acordo com as recomendações da *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). A busca foi realizada nos motores de busca (PubMed, SPORTDiscus, Scopus e MEDline). Foram incluídos apenas estudos longitudinais que realizassem o mesmo treinamento em terra e água (mesmos exercícios e volume). A qualidade metodológica utilizada foi pela ferramenta TESTEX. Foram incluídos dez artigos onde, nove avaliaram desempenho de saltos, cinco estudos avaliaram força e cinco estudo avaliaram marcadores bioquímicos e percepção de dor. Esses dez artigos apresentam uma qualidade metodológica média, variando de 6 a 10 pontos, de 15 possíveis. O treinamento pliométrico em meio aquático se mostra uma alternativa interessante, podendo contribuir para o desenvolvimento das capacidades físicas de jovens e atletas. Além de promover benefícios semelhantes ao treinamento em terra, também se mostra capaz de reduzir a percepção de dor e os marcadores de dano muscular.

Palavras-chave: Exercício pliométrico; Ambiente aquático; Desempenho físico funcional; Treino pliométrico; Treino em meio aquático.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito da intervenção sUrFPE Nível 1 sobre as competências técnicas do surfe

AUTORES

Higo Faraday Paraíso Leão
Débora Aline Freitas Santos
Mayara Alves Leal Guimarães
Lucas Eduardo Rodrigues Santos
Rafael dos Santos Henrique
Tony Meireles Santos

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

O interesse crescente no surfe recreativo e competitivo após sua inserção nos jogos olímpicos torna mais relevante a qualificação do processo de ensino e aprendizado das competências técnicas da modalidade. Avaliar os efeitos de uma intervenção de aprendizado do surfe em ambiente híbrido pelo método sUrFPE sobre as competências técnicas da modalidade. Foi realizada uma intervenção não controlada de grupo único de quatro semanas: (a) com duas sessões semanais utilizando piscina e atividades em solo (80% das sessões); (b) duas sessões de vivência do surfe na praia, uma ao fim da segunda e outra ao fim da quarta semana (20% das sessões). Participaram 12 estudantes universitários (7 mulheres; $21,5 \pm 2,84$ anos) sem experiência prévia com surfe. As sessões foram organizadas em forma de circuito com exercícios de condicionamento físico e movimentos simulados do surfe para incorporação das competências pop up, deitado na prancha e remada. A aquisição de competências no surf foi mensurada pré e pós intervenção por lista de checagem desenvolvida pelo nosso grupo de pesquisa. Foram encontrados resultados estatisticamente significativos por um teste t pareado nas competências técnicas avaliadas: Pop up ($t = 17,620$; $p < 0,001$; $d = 5,313$), Deitado na prancha ($t = 15,685$; $p < 0,001$; $d = 4,729$) e Remada ($t = 6,666$; $p < 0,001$; $d = 2,010$). Essa melhoria no pós intervenção justifica-se pelo treinamento com foco no aprimoramento de habilidade técnicas, demonstrando a viabilidade do treinamento em ambiente híbrido. Concluiu-se que o sUrFPE Nível 1 é um método adequado para desenvolvimento das competências técnicas necessárias ao aprendizado da modalidade em sua dimensão introdutória.

Palavras-chave: Ensino do surfe; Pop-up; Análise de vídeo; Competências técnicas; Performance.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos de um treinamento aeróbico de hidroginástica na qualidade de vida de idosos

AUTORES

Jonas Casagrande Zanella
Camila Miranda
Bruna Sacchi Fraga
Mariana de Souza Strehl
Yasmin Bortoli Führ
Ana Carolina Kanitz

Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, RS.

Avaliar a qualidade de vida em idosos participantes de um projeto de extensão de hidroginástica. a amostra foi composta por 55 idosos ($73,49 \pm 5,38$ anos) inscritos no Centro de Referência em Envelhecimento e Movimento (CREM) da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Foram avaliados dois grupos: Grupo Treinamento Hidroginástica (GTH, $n = 40$) e Grupo Controle (GC, $n = 15$). O GTH realizou 15 semanas de treinamento com duas aulas semanais de 45 minutos. O modelo de treinamento adotado foi o contínuo (semana 1-7), progredindo para o método intervalado (semana 8-15). A intensidade foi controlada pela escala de percepção de esforço de Borg (6-20), variando os estímulos na faixa de 13 a 15. A qualidade de vida foi analisada pelos questionários WHOQOL-BREF e WHOQOL-OLD. A análise estatística foi realizada por meio das Equações de Estimativas Generalizadas (GEE). houve uma melhora significativa no tempo para os domínios Físico ($p < 0,001$) e Psicológico ($p < 0,001$) do questionário WHOQOL-BREF para ambos os grupos. Além disso, houve uma interação no domínio Meio Ambiente e na qualidade de vida total, na qual o GTH manteve os valores enquanto o GC piorou. Com relação ao questionário WHOQOL-OLD, houve uma interação nos domínios Atividades Passadas, Presentes e Futuras ($p = 0,013$); Participação Social ($p = 0,034$) e qualidade de vida total ($p = 0,028$). Nessa análise, o GC apresentou piores nessas variáveis e o GTH uma manutenção. o treinamento de hidroginástica proporcionou uma melhora nos domínios Físico e Psicológico, além de evitar decréscimos em outros parâmetros da qualidade de vida.

Palavras-chave: Envelhecimento saudável; Exercício Físico; Promoção da saúde; Serviços de saúde para idosos; Qualidade de Vida.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Doze semanas de treinamento aeróbio aquático na posição vertical melhora aptidão funcional de adultos de meia idade independente da progressão

AUTORES

Larissa dos Santos Leonel
Ingrid Alessandra Victoria Wolin
Silas Nery de Oliveira
Rodrigo Sudatti Delevatti

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Avaliar o efeito do treinamento aeróbio aquático com e sem progressão na aptidão funcional de adultos de meia idade. trata-se de um estudo com dois braços em paralelo, realizado em 12 semanas, com 3 sessões semanais e duração de 50 minutos. Participantes de ambos os sexos, entre 30 e 80 anos foram recrutados. A aptidão funcional foi avaliada através dos testes: sentar e alcançar, alcançar atrás das costas, flexão de cotovelo 30s, sentar e levantar 30s, 8-foot Up and Go e caminhada de 6 minutos (TC6M). Os grupos realizaram treinamento aeróbio intervalado com relação esforço:pausa de 1:1, com intensidade controlada pela escala de percepção subjetiva de esforço (PSE). O grupo com progressão (GP) realizou 4 mesociclos de 3 semanas, progredindo PSE 11 para PSE 13 na recuperação e PSE 13 para PSE 17 no estímulo, enquanto o grupo sem progressão (GSP) manteve intensidade PSE 11 para recuperação e PSE 15 no estímulo durante toda intervenção. Foram realizadas sessões de corrida em piscina funda e hidroginástica com 3 blocos de 12 minutos. Utilizou-se Equações de Estimativas Generalizadas, considerando $p \leq 0,05$. Participaram 20 adultos de meia idade (GSp = 9; 55,33 ± 8,66 anos; Gp = 11; 55,82 ± 11,91 anos) com aderência de 64 ± 16,86% no GSP e 65,09 ± 15,73% no GP. Após 12 semanas, houve melhora significativa no desempenho do teste de sentar e levantar ($\Delta\%$:17,40) e TC6M ($\Delta\%$:33,01) para o GSP. A aptidão funcional de adultos de meia idade pode melhorar independente da progressão de treinamento aeróbio aquático após 12 semanas.

Palavras-chave: Treinamento aquático; Meia-idade; Aptidão física; Aeróbio.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Doze semanas de treinamento aeróbio no meio aquático melhoram capacidade funcional de adultos de meia idade

AUTORES

Laura Loana da Silva
Larissa dos Santos Leonel
Rodrigo Sudatti Delevatti

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar o efeito de 12 semanas de treinamento aeróbio em meio aquático na capacidade funcional de adultos de meia idade. trata-se de um estudo experimental de grupo único, realizado em 12 semanas, com 3 sessões semanais e duração de 50 minutos. A amostra inicial foi de 21 participantes adultos de 30 a 80 anos integrantes do projeto de extensão EITA-UFSC. A capacidade funcional foi avaliada pelos testes de flexão de cotovelo, sentar e levantar, 8-foot Up and Go test (8UG) e caminhada de 6 minutos (TC6M). Foram realizados treinamento aeróbio em meio aquático com sessões de corrida em piscina funda e hidroginástica, estruturados em 4 mesociclos de 3 semanas cada, nas quais progrediram em intensidade e/ou o volume (mesociclo I e II, com 2 blocos de 15 minutos com relação estímulo:recuperação 1:1,5, no mesociclo III houve aumento de densidade e volume com 3 bloco de 12 minutos com relação 1:1 e no mesociclo IV manteve-se estrutura anterior com aumento de intensidade no estímulo:pausa). A intensidade foi controlada pela escala de percepção subjetiva de esforço. Utilizou-se Teste t pareado para verificar os resultados antes e após intervenção, considerando $p \leq 0,05$. As análises estatísticas foram realizadas pelo programa SPSS versão 21.0 (IBM Corp., Armonk, NY, EUA). Finalizaram a intervenção 13 adultos de meia idade ($58,72 \pm 4,67$ anos) com aderência de $56,50 \pm 17,29\%$. Após 12 semanas, houve melhoras significativas no teste de flexão de cotovelos (pré: $16,46 \pm 4,33$; pós: $19,61 \pm 4,50$; $p = 0,007$) e no TC6M (pré: $563,07 \pm 90,36$; pós: $601,90 \pm 66,18$; $p = 0,016$). O treinamento aeróbio em meio aquático, realizado durante 12 semanas, produziu melhoras na capacidade funcional de adultos de meia idade.

Palavras-chave: Aptidão Física; Adultos meia idade; Treinamento aquático.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação da prática de hidroginástica versus natação sobre parâmetros de saúde mental, autonomia funcional e resistência muscular em idosos comórbidos

AUTORES

Luciano Acordi da Silva
Vitória da Silva e Silva
Maurício Fagundes Santos
Rafael Alex dos Santos Macedo
Gislaine Reus
Paulo Cesar Looek
Karin Martins Gomes

Universidade do Extremo Sul Catarinense

Diversos estudos tem demonstrado o efeito benéfico dos exercícios aquáticos sobre parâmetros de saúde mental e física em diferentes populações. Contudo a comparação de diferentes programas envolvendo atividades aquáticas distintas, como a hidroginástica vs a natação em idosos comórbidos, não têm sido investigados. do presente estudo foi comparar a resposta de um programa de hidroginástica versus natação sobre parâmetros de saúde mental, autonomia funcional e resistência muscular em idosos comórbidos. Metodologicamente classificado como ensaio clinico longitudinal iniciarão a randomização 223 idosos comorbidos. Após o processo de triagem, alocação, execução e análise de dados, restaram no grupo controle (n = 26) idosos comórbidos, no grupo programa de hidroginástica (n = 29), e grupo programa de natação (n = 22). Ambos os grupos de hidroginástica e natação, realizaram 24 sessões de exercícios aquáticos duas vezes por semana, com volume de tempo igual (50min por sessão), com duração de 12 semanas. 48 horas antes e após as sessões, ambos os grupos foram avaliados os escores de sono, ansiedade, autonomia de levantar/sentar, marchar e resistência muscular de braços/pernas. Depois das sessões os programas de hidroginástica e natação melhoraram significativamente os escores de sono (50% p < 0.05 e 55% p < 0.05); reduziram a ansiedade (42% p < 0.05 e 46%p < 0.05); melhoraram a autonomia (23%, p < 0.05; e 58% p < 0.01), a marcha (17% p < 0.05; e 47% p < 0.01), a resistência de braços (43% p < 0.05 e 76%p < 0.01) e pernas (23% p < 0.05 e 58%p < 0.01), quando comparado com valores pré-programas respectivamente. Concluímos que os programas de hidroginástica e natação melhoram significativamente a saúde mental, autonomia funcional e atividade muscular. Todavia o programa de natação teve maior efeito percentual, quando comparado ao programa de hidroginástica.

Palavras-chave: Doenças; Saúde mental; Nataçao; Força muscular; Idosos.

Apoio: UNESC, CNPq, FAPESC e idosos da região de Criciúma.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Diferenças entre os sexos na bradicardia evocada pelo “reflexo do mergulho” em repouso e durante o exercício dinâmico

AUTORES

Marcela Sousa de Araújo
Adamor da Silva Lima
Rosa Diaz Guerrero
Lauro Casqueiro Vianna

Universidade de Brasília, Brasília, DF.

Submersão em água fria atrelada a esportes aquáticos envolve a ativação de duas vias antagônicas de controle da frequência cardíaca (FC): enquanto o reflexo do mergulho (RM) causa uma rápida bradicardia vagalmente mediada, o exercício físico provoca taquicardia mediada pela retirada vagal e aumento da atividade simpática. Esse “conflito autonômico” pode aumentar o risco de arritmia cardíaca, tornando a prescrição de modalidades aquáticas desafiadora. Apesar disso, ainda não se sabe se a ativação do RM durante o exercício físico é afetada pelo sexo. Face ao exposto, o objetivo do estudo foi determinar se há diferenças entre os sexos na resposta bradicárdica ao resfriamento facial (i.e., RM) em repouso e durante o exercício dinâmico de intensidade leve (ExL) e moderada (ExM). Após uma visita de familiarização, 36 voluntários (18 mulheres; 22 ± 3 anos) foram submetidos ao resfriamento facial por 2 minutos em repouso e entre o 2º e o 4º minuto de exercício em cicloergômetro, enquanto a FC foi registrada continuamente (ECG). Comparado ao repouso, houve um aumento significativo da bradicardia mediada pelo RM durante o ExL (-11 ± 6 ; -14 ± 8 batimentos.min⁻¹; $p = 0,001$), mas não durante o ExM (-10 ± 8 batimentos.min⁻¹, $p = 0,391$), sem diferenças entre os sexos ($p = 0,676$; $p = 0,360$, respectivamente). Entretanto, durante o ExL, a magnitude da bradicardia evocada pelo RM foi maior em homens (Cohens'd = 0,66) do que em mulheres (Cohens'd = 0,29), apresentando interação entre sexo e intensidade ($p = 0,03$). Em conclusão, esses achados indicam que as respostas cardíacas à interação do reflexo do mergulho e exercício físico são sexo- e intensidade-dependentes.

Palavras-chave: Esportes Aquáticos; Frequência Cardíaca; Exercício Físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A influência dos esportes aquáticos de aventura na saúde emocional e bem-estar psicológico de seus praticantes

AUTORES

Rosane Camila de Godoi
Paula Teixeira Fernandes

Universidade Estadual de Campinas. Campinas, SP.

A principal característica que nos distingue dos demais animais é a nossa capacidade de moldar quem somos a partir do que sentimos. É essa característica capaz de transformar nossa personalidade, o ambiente ao nosso redor e refletir até mesmo na civilização a que pertencemos. Assim, esse estudo teve o objetivo de analisar quais sentimentos motivavam os praticantes de esportes aquáticos de aventura a permanecer na prática, e se havia alguma mudança pessoal despertada por essa modalidade. Para isso, praticantes de rafting e kayak foram convidados a responder a seguinte pergunta: O que te mantém praticando e o que mudou na sua vida depois do início desse esporte? Participaram da pesquisa 64 profissionais de rafting (43,75%) e kayak (56,25%), com idade superior a 18 anos. Todos os participantes responderam a pergunta e somente uma pessoa relata não ter sentido nenhuma mudança pessoal. As justificativas encontradas em maior ocorrência se deram de seguinte forma: contato com a natureza (7,1%); melhora física (6,1%); mais saudável (5,5%); calma/tranquilidade (5,5%); melhora na comunicação (4,7%); melhor qualidade de vida (4,7%); bem-estar (4,7%); disposição (4,7%); entre outros fatores positivos. Desse modo, evidencia-se a que a prática de uma modalidade de aventura em meio aquático traz inúmeros benefícios que vão além dos domínios físicos. Concluímos, portanto, que as mudanças subjetivas de ordem psicológica e emocional estão fortemente relacionadas a esse tipo de prática, e que possivelmente as habilidades psicológicas desenvolvidas por intermédio das corredeiras dos rios são transferidas para as situações cotidianas como uma maneira alternativa de lidar com problemas inesperados.

Palavras-chave: Esportes aquáticos; Natureza; Bem-estar psicológico; Saúde; Psicologia do esporte.

Apoio: GEPEN: Grupo de Psicologia do Esporte e Neurociências - UNICAMP.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito de uma sessão de exercício aquático na pressão arterial ambulatorial de mulheres pós-menopausadas hipertensas

AUTORES

Tássia Magnabosco Sisoneto
Ana Clara Ribeiro Cunha
Caroline Pereira Garcês
Juliana Cristina Silva
Ana Carolina Kanitz
Guilherme Morais Puga

Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia,
MG.

Avaliar o efeito do exercício aquático na pressão arterial ambulatorial de mulheres pós-menopausadas hipertensas. Ensaio clínico, cruzado e randomizado realizado com 22 mulheres pós-menopausadas hipertensas ($58 \pm 4,5$ anos, $8,28 \pm 6,4$ anos de menopausa, $IMC 30,7 \pm 4,9$ kg/m²). Após familiarização com o exercício no meio aquático e escala de percepção subjetiva de esforço (PSE) (6-20), as voluntárias realizaram duas sessões: exercício intervalado de alta intensidade (HIIT); e controle (CON). A sessão HIIT foi composta por 3min de aquecimento, 2x8min (1min intenso, PSE 16 e 1min leve, PSE 11) com intervalo de 2min entre eles e 3min de volta a calma. A sessão CON consistiu em 24min de alongamento estático imerso. As sessões ocorreram na mesma piscina, temperatura entre 30 e 32°C e profundidade de imersão no processo xifoide. As pressões arteriais sistólica (PAS) e diastólica (PAD) foram avaliadas em repouso nos momentos pré e durante 60 min após as sessões, na posição sentada fora da piscina. A PA ambulatorial (DynaMapa Cardios) foi avaliada a cada 20min durante 24h após as sessões. Para análise estatística utilizou-se o Teste t pareado (GraphPad Prism 8.0.2), $p < 0,05$. Houve redução ($p < 0,05$) da área abaixo da curva de ambas, PAS e PAD, durante os 60min após a sessão de HIIT em relação ao CON. Entretanto, não houve diferença entre as sessões nas respostas da PAS e PAD ambulatoriais de 24h, vigília e sono ($p > 0,05$). O HIIT aquático promoveu redução aguda da PA durante 60 min pós exercício, sem alteração na PA ambulatorial de 24h em mulheres pós-menopausadas hipertensas.

Palavras-chave: Treinamento Intervalado de Alta Intensidade; Hipotensão pós-exercício; Exercício aquático terapêutico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Mulheres na ciência



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Contractility of the pelvic floor muscles from rest to Maximum Voluntary Contraction: a systematic review and meta-analysis

AUTHORS

Andriéli Aparecida Salbego Lançanova
Daniele Cristine da Silva Gomes
Francesca Chaida Sonda
Marcelo Henrique Glänzel
Luciana Laureano Paiva
Marco Aurélio Vaz

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

INTRODUCTION: Dynamic ultrasound (US) assessment of the levator hiatus anteroposterior diameter (APD) has been used to measure the pelvic floor muscles' (PFM) contractility. **OBJECTIVE:** To verify the PFM's contractility through the anteroposterior diameter (APD) of the levator ani muscles, at rest and during maximum voluntary contraction. **METHODS:** Controlled and uncontrolled descriptors, without language and year restriction, were used in the search strategy in the PubMed, Embase, Cochrane, Scopus, and BVS databases. Observational studies evaluating APD with US in nulliparous and continent women were included. The APD data at rest and during PFM's isolated contraction were analyzed qualitatively and quantitatively through APD percentage change, effect size, and meta-analysis. The bias risk assessment (AHRQ) and the level of evidence strength (GRADE) were used in the analysis. The protocol was registered in PROSPERO (CRD42021231776). **RESULTS AND CONCLUSION:** Four studies that evaluated the APD at rest and during the PFM isolated contraction were selected and classified with low to moderate methodological quality. We found no studies evaluating the APD with other maneuvers. Meta-analysis showed a pooled effect ($n = 3$) and revealed decreased APD from rest to maximal PFM contraction, with large to very large effect sizes, suggesting that the PFM of healthy women display a high shortening capacity from rest to maximal effort. The levator hiatus APD is a clinical alternative to assess PFM's functionality in nulliparous and continent women. Due to the studies' poor methodological quality, the results should be interpreted with caution, and new studies with higher methodological quality should be performed.

Keyword: Ultrasound; Pelvic evaluation; Nulliparous women; Continent women; Pelvic floor.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O estado de humor de mulheres na menopausa é afetado por níveis de estresse e sintomas de ansiedade e depressão

AUTORES

Danielly Yani Fausto
Julia Beatriz Bocchi Martins
Thuane Huyer da Roza
Adriane Pogere
Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar a relação entre o estado de humor com o estresse e os sintomas depressivos e a ansiedade de mulheres na menopausa. Estudo transversal composto por 90 mulheres menopausadas na faixa etária de 40 a 59 anos ($52,6 \pm 4,1$), com níveis séricos de FSH (Hormônio Folículo Estimulante) ≥ 25 UI/ml, e com escore positivo ao questionário Menopause Rating Scale (MRS). Os questionários foram respondidos de forma online pelo Google Docs, composto por aspectos sociodemográficos e clínicos, Escala de Humor de Brunel (BRUMS), Escala de Estresse Percebido (EEP) e Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS). O teste de U de Mann Whitney foi usado para a comparação na pontuação nas subescalas do questionário BRUMS entre as mulheres que apresentavam ou não sintomas de ansiedade e depressão. Também, uma análise de regressão linear múltipla para apreciação da capacidade preditiva entre o estresse com as subescalas do estado de humor. As mulheres que apresentaram sintomas de ansiedade e de depressão pontuaram mais nas subescalas de humor negativo ($p < 0,001$), e menos na subescala de humor positivo ($p < 0,001$) para depressão e para ansiedade ($p = 0,005$); além disso, estavam mais estressadas do que aquelas sem sintomas de ansiedade e depressão. A análise de regressão linear múltipla, mostrou que a confusão mental, a fadiga e o vigor possuem poder de predição de 33% no estresse de mulheres na menopausa. O estado de humor de mulheres na menopausa, parece ser afetado por aquelas com altos níveis de estresse e com sintomas de ansiedade e depressão.

Palavras-chave: Estado de humor; Estresse; Ansiedade; Depressão; Menopausa.

Apoio: Gostaríamos de agradecer a Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC) - Centro de Ciências da Saúde e do Esporte (CEFID), e a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Inter-analyzer reliability of triceps surae muscle architecture parameters of eumenorrheic women in the menstrual cycle's follicular phase

AUTHORS

Francesca Chaida Sonda
Andriéli Aparecida Salbego Lançanova
Marcelo Henrique Glänzel
Sarahí Silva
Helena Von Eye Corleta
Marco Aurélio Vaz

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

INTRODUCTION. Women have a larger subcutaneous fat thickness in the lower limb than men that may affect the quality of muscle architecture measures obtained from ultrasound, thereby making them unreliable and increasing analysis' errors. **OBJECTIVE.** To verify the inter-analyzer reliability of the gastrocnemius medialis (GM), gastrocnemius lateralis (GL) and soleus (SO) muscle architecture parameters [fascicle length (FL), pennation angle (PA), and muscle thickness (MT)]. **METHODS:** 12 eumenorrheic women (regular menstruation, age = 18-30 years) were assessed in follicular phases (1-10 days of menstrual cycle). MT, FL and PA were measured with an ultrasound system. Two independent analyzers, blinded to the participants, analyzed all images. The outcome measures' reliability were verified by the intraclass correlation coefficient (ICC), confidence interval (CI), standard error of the measurement (SEM) and minimum detectable change (MDC). **RESULTS AND CONCLUSION:** MT results presented an excellent reliability for all three muscles: GM [$r = 0.960$ (0.916-0.981)], GL [$r = 0.932$ (0.915-0.978)] and SO [$r = 0.930$ (0.824-0.973)]. Good reliability was found for the FL of GM [$r = 0.793$ (0.510-0.892)], GL [$r = 0.774$ (0.451-0.890)] and SO [$r = 0.761$ (0.308-0.914)]. Good reliability was also observed for the PA of GM [$r = 0.796$ (0.276-0.923)] and GL [$r = 0.784$ (0.254-0.905)], while on SO [$r = 0.623$ (-0.196-0.887)] the ICC values were considered moderated. SEM and MDC values from all outcomes were low. The good to excellent inter-analyzer reliability evidences that MT and FL muscle architecture parameters are reliable when obtained by different analyzers. PA might need a longer training period by different analyzers to increase reliability.

Keywords: Menstrual cycle; Ultrasonography; Follicular phase; Women; Reproducibility of results.

Support: CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos da alimentação com restrição de tempo associada à restrição calórica sobre o risco de compulsão alimentar periódica em adultos com sobrepeso e obesidade grau 1

AUTORES

Jéssica do Nascimento Queiroz
Elisa Menzem Nascimento
Rodrigo Cauduro Oliveira Macedo
Samuel Vargas Munhoz
Rodrigo Leal de Menezes
Milena Menezes Machado
Jéssica Deisiane Scherer
Alvaro Reischak de Oliveira

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Verificar os efeitos de 8 semanas da alimentação com restrição de tempo (ART) realizada em diferentes momentos do dia e da alimentação sem restrição de tempo (grupo controle; GC) associadas à restrição energética sobre o risco de compulsão alimentar periódica (CAP) em adultos com sobrepeso e obesidade grau 1. 48 participantes foram randomizados para 1 dos 3 grupos. Os grupos ART precoce (ARTP), ART tardia (ARTT) e GC foram instruídos a comer, respectivamente, das 8h às 16h, das 12h às 20h e das 08h às 20h. O risco de CAP foi mensurado antes e após 8 semanas de intervenção, através da escala de compulsão alimentar periódica, a qual gera um escore final que varia de 0 a 46 pontos (≤ 17 : ausência de CAP; 18 a 26: CAP moderada e ≥ 27 : CAP grave). Equações de Estimativa Generalizadas foram realizadas e o nível de significância adotado foi de 5%. Os resultados estão expressos em média e intervalo de confiança de 95% e são oriundos de análises por protocolo. 37 participantes (30 ± 6 anos) completaram o estudo. Em comparação ao basal, houve uma redução significativa no escore de CAP ($p < 0,001$) para todos os grupos (ARTP: -10, -13 a -6; ARTT: -5, -8 a -2; GC: -6, -9 a -4), sem diferença entre os grupos. A ART realizada por 8 semanas, independentemente do momento do dia, bem como uma alimentação sem restrição de tempo, promove reduções significativas no risco de CAP em adultos com sobrepeso e obesidade grau 1.

Palavras-chave: Jejum intermitente; Restrição calórica; Compulsão alimentar; Obesidade.

Apoio: CNPq, CAPES e FAPERGS.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O desempenho do salto contramovimento e do salto agachado em jogadores de futebol no início da pré-temporada e no início da temporada competitiva

AUTORES

Laura Alberti Zandavalli

Rafael Grazioli

Filipe Veeck

Ronei Silveira Pinto

Eduardo Lusa Cadore

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

O desempenho no salto vertical, determinado pela altura de salto, fornece informações importantes sobre desempenho neuromuscular em atletas de futebol. De fato, atletas que são submetidos a altas cargas de treinamento ao longo da temporada podem vir sofrer redução no desempenho de salto. Investigar o desempenho dos saltos contramovimento (CMJ) e agachado (SJ) em um time profissional de futebol, em diferentes momentos da temporada. 21 atletas profissionais de futebol foram avaliados no início da pré-temporada e no início da temporada competitiva, após 8 semanas que incluíram 8 jogos e 46 sessões de treinamento. A avaliação do CMJ e do SJ se deu por meio de 3 tentativas, em uma plataforma de contato. Os valores mais altos da altura alcançada em cada momento foram usados para análise. Na análise estatística foi utilizado teste de Shapiro Wilk para normalidade e teste T para amostras pareadas para a comparação entre os momentos. Não foram observadas diferenças significativas entre os dois momentos para o CMJ ($p = 0,526$) e para o SJ ($p = 0,291$). A altura de salto (cm) dos jogadores de futebol no início da temporada competitiva não sofreu alteração em relação ao início da pré-temporada, podendo ser consequência de um desempenho neuromuscular ideal e de uma periodização de cargas compatível com o treinamento ao longo do período, não sendo perceptível uma influência da fadiga, já que em tese esse é o período que ocorre uma maior sobrecarga.

Palavras-chave: Atletas; Desempenho atlético; Futebol; Aptidão física.

Apoio: CNPq e CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos da alimentação com restrição de tempo associada à restrição calórica sobre parâmetros subjetivos do apetite em adultos com sobrepeso e obesidade grau 1

AUTORES

Milena Menezes Machado
Jéssica do Nascimento Queiroz
Rodrigo Cauduro Oliveira Macedo
Samuel Vargas Munhoz
Rodrigo Leal de Menezes
Alvaro Reischak de Oliveira

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Investigar os efeitos de 8 semanas da alimentação com restrição de tempo (ART) e da alimentação sem restrição de tempo associadas à restrição calórica sobre parâmetros subjetivos do apetite em adultos com sobrepeso e obesidade grau 1. 48 participantes foram randomizados para 1 dos 3 grupos. Os grupos ART precoce (ARTP), ART tardia (ARTT) e grupo controle (GC) comiam, respectivamente, das 8h às 16h, das 12h às 20h e das 08h às 20h. Parâmetros subjetivos do apetite foram mensurados antes e após 8 semanas, através de uma escala analógica visual (0-100 mm). Equações de Estimativa Generalizadas foram realizadas e o nível de significância adotado foi de 5%. Os resultados estão expressos em média e intervalo de confiança de 95% e são oriundos de análises por intenção de tratar. Houve uma interação significativa nas sensações de fome ($p = 0,033$), saciedade ($p = 0,030$) e desejo de comer ($p = 0,002$), mas não na capacidade de comer ($p = 0,125$). A diferença significativa para fome, saciedade e desejo de comer foi observada entre o GC e os grupos de ART, mas não entre os grupos ARTP e ARTT. A fome e o desejo de comer reduziram nos grupos de ART e aumentaram no GC, enquanto a saciedade aumentou nos grupos de ART e reduziu no GC. A ART realizada por 8 semanas, independentemente do momento do dia, promove reduções de fome e desejo de comer, bem como aumento de saciedade em adultos com excesso de peso. Tais resultados não foram observados com a alimentação sem restrição de tempo.

Palavras-chave: Jejum intermitente; Restrição calórica; Apetite; Fome; Obesidade.

Apoio: CNPq, CAPES e FAPERGS.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Representatividade feminina nos conselhos editoriais de revistas científicas: o papel da liderança feminina no cargo de editor-chefe

AUTORES

Rosa Virginia Diaz Guerrero

Mateus Gomes Lopes

Ian Vilela Cerqueira

Edmar Ramon Bueno

Athos Asano e Silva

Lauro Casqueiro Vianna

Universidade de Brasília, Brasília, DF.

Apesar da importância das políticas sociais para promover equidade de gênero na ciência, as mulheres estão sub representadas nos conselhos editoriais de revistas científicas, incluindo as revistas da área “Sport-Science” (SS). No presente estudo transversal conduzido no mês de junho de 2023, tivemos como objetivo verificar o papel da liderança feminina no cargo de Editor-chefe na representatividade feminina nos conselhos editoriais de revistas das áreas SS e “Social-Issues/Social-Work” (SISW). Analisamos na base de dados “Clarivate Analytics’ Web of Science” todas as revistas das áreas SS e SISW indexadas no “Science Citation Index Expanded” e “Social Science Citation Index”, respectivamente. Os membros dos conselhos editoriais foram categorizados em três grupos (Editor-chefe, Editor-associado e Conselho-editorial) e o gênero foi registrado com base nas informações disponíveis. Como resultado, encontramos 174 revistas (8.533 membros), das quais 86 eram da SS e 88 da SISW. A representatividade feminina foi de $39 \pm 22\%$. Contudo, em função da área de conhecimento, a SS apresentou menor representação feminina ($54 \pm 17,6$ vs. $25 \pm 16,3\%$; $P < 0,01$, respectivamente) quando comparada com SISW. Quando o Editor-chefe é do gênero feminino, a representação das mulheres nos conselhos editoriais é significativamente maior, tanto na SS ($21 \pm 13,5$ vs. $40 \pm 18,7\%$; $P < 0,01$), como na SISW ($47 \pm 15,3$ vs. $59 \pm 17,8\%$; $P < 0,01$). Esses achados demonstram que as mulheres estão sub representadas na área SS, mas não na SISW. Além disso, independentemente da área, a liderança da mulher no cargo de Editor-chefe tem um papel determinante numa maior representatividade feminina nos conselhos editoriais de revistas científicas.

Palavras-chave: Mulheres; Desigualdade; Ciência.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física e saúde de crianças e adolescentes



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análise bibliométrica da pesquisa global sobre comportamento sedentário no contexto da infância e adolescência nos últimos 20 anos

AUTORES

Camilo Luis Monteiro Lourenço
Ivan Luiz Ferreira da Silva

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, BA.

Mapear e visualizar dados globais dos estudos sobre comportamento sedentário (CS) no contexto da infância e adolescência, nos últimos 20 anos. Procedimentos metodológicos: Estudo cientométrico que buscou por artigos e revisões sobre “comportamento sedentário” AND “crianças OR adolescentes”, e variações, na Web of Science™. Utilizou-se o Microsoft Excel®, VOSviewer e Bibliometric.com para explorar os países, autores e instituições influentes e a dinâmica da área. Foram identificadas 16.511 publicações (91,3% originais e 8,7% revisões), com aumento de 85 em 2003 para 1.913 em 2022 (incremento médio: 96/ano). Identificou-se autores de 160 países, com mais publicações oriundas dos EUA (31,5%), Austrália (12,4%) e Inglaterra (10,2%) - top 10 países representam 94,9% do total - colaborando entre si e com Brasil, China e Canadá. TREMBLAY, MS, SALMON, J e OKELY, AD foram os autores mais produtivos e POPKIN, BM (2012), ZHENG, Y (2018) e BULL, FC (2020) os mais citados. A Deakin University, University of Ghent e University of Sydney foram as instituições mais produtivas. A ocorrência de termos como “sobrepeso/obesidade”, “fatores de risco”, “acelerometria” e “gasto energético” datam de ≤ 2016; enquanto “família”, “qualidade de vida” e “saúde pública” datam de 2017-2019 e “sono”, saúde mental”, “mídias sociais” e “COVID-19” datam de > 2020. A investigação global em CS, no contexto da infância e adolescência, está em crescimento e apresenta países, autores e instituições mais influentes. Adicionalmente, a dinâmica de pesquisa na área tem sido alterada dos estudos de aspectos nutricionais/metabólicos/físicos e métodos de avaliação para investigações em saúde pública e saúde mental.

Palavras-chave: Bibliometria; Atividade motora; Bases de dados de citações; Saúde do adolescente; Publicações científicas e técnicas.

Apoio: Os autores agradecem à Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Motivação e influência familiar de estudantes para a prática esportiva: um estudo comparativo entre praticantes do laço comprido e do futsal

AUTORES

Ademar Vega Ximenes
Marcos Vinicius Espósito Vieira
Marcia Soares Mattos Vaz
Adriana Valadão
Mario Sérgio Vaz da Silva

Universidade Federal da Grande Dourados,
Dourados, MS.

Avaliar a motivação e a influência familiar em estudantes na prática esportiva do laço comprido e do futsal. O estudo foi composto por 66 estudantes, sendo 33 no grupo do laço comprido (LC) e 33 estudantes do futsal (FUT). Foram utilizados dois instrumentos, sendo um questionário de anamnese adaptado e o Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física. Nas análises utilizou-se a estatística descritiva, teste A NOVA com múltiplas comparações e com padrão de significância de $p < 0,05$. Os grupos LC e FUT apresentaram idade média de $13 \pm 2,43$ vs $11 \pm 1,7$ anos, estatura de $1,58 \pm 0,09$ vs $1,44 \pm 0,10$ m e peso corporal de $49,47 \pm 10,56$ vs $39,49 \pm 10,88$ kg, respectivamente. No grupo LC 67% (22) eram do sexo masculino, enquanto no grupo FUT todos eram do sexo masculino. Em ambos os grupos mais de 40% dos estudantes foram influenciados pelo pai/mãe. As médias das dimensões de sociabilidade ($35,55 \pm 5,15$), competitividade ($36,18 \pm 5,42$) e prazer ($34,27 \pm 4,24$) apresentaram semelhantes e diferentes das dimensões saúde ($28,33 \pm 6,32$), controle de stress ($26,15 \pm 7,20$) e estética ($22,67 \pm 7,92$) ($p < 0,001$) no grupo LC. No grupo FUT as médias das dimensões controle de estresse ($26,73 \pm 7,80$) e estética ($29,70 \pm 8,10$) foram diferentes das dimensões saúde ($33,55 \pm 5,04$), sociabilização ($32,48 \pm 5,31$) e prazer ($30,36 \pm 7,92$) com as menores médias ($p < 0,05$). Os pais foram os maiores incentivadores de prática esportiva. E independente da modalidade esportiva a motivação é a mesma para os estudantes na dimensão prazer e que a dimensão saúde é a principal motivação para o grupo do futsal e sociabilidade e competitividade para o grupo de laço comprido.

Palavras-chave: Motivação.; Saúde e família.; Esportes.; Estudantes.

Apoio: Universidade Federal da Grande Dourados, Federação de Laço de Mato Grosso do Sul, Prefeitura Municipal de Laguna Carapã- MS.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS

Perfil da aptidão física em escolares do Ensino Fundamental II



AUTORES

Adriana Braga Costa Bittencourt

Franck Nei Monteiro Barbosa

Gabriela Souza Quadros

Cezar Augusto Casotti

Hector Luiz Rodrigues Munaro

Universidade do Sudoeste da Bahia, Jequié, BA.

A análise do nível de aptidão física de escolares fornece subsídios aos docentes de Educação Física no planejamento de atividades que visem a promoção da saúde. : Mensurar os componentes da aptidão física relacionada à saúde de escolares. Trata-se de um estudo descritivo, transversal conduzido com escolares matriculados no 6º ano do ensino fundamental II em uma escola pública do município de Jequié-BA. O docente da disciplina de Educação Física, e uma equipe treinada durante o período de uma semana, mensuraram componentes da aptidão física em escolares, para com base nestas informações planejar as atividades a serem desenvolvidas durante o ano letivo de 2023. Para avaliar o nível de aptidão física adotou-se os seguintes componentes: índice de massa corporal (IMC), resistência muscular abdominal (RMA), corrida e caminhada de 6 minutos (CC6M). Foram avaliados 121 escolares com idade de 10 a 13 anos, sendo 55,37% do sexo feminino. Ao analisar os componentes do nível de aptidão física verificou-se que, respectivamente 28,10%, 92,56% e 69,42% foram classificados na zona de riscos para o IMC, RMA e CC6M. Nos três componentes avaliados, os meninos apresentaram melhor desempenho quando comparado as meninas. Um percentual elevado dos escolares foi classificado na zona de risco para insuficientemente aptos nos componentes RMA e CC6M. Com base nas informações obtidas, o docente planejou as atividades que seriam desenvolvidas durante o ano letivo.

Palavras-chave: Educação Física; Esforço físico; Estudante; Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Indicadores de saúde em escolares da rede pública de Matinhos - PR: análise do estado nutricional e aptidão física relacionada à saúde

AUTORES

Alessandra Sumie Yamamoto
Nicolas Coutinho Lomba
Júlio Brugnara Mello
Adriano Akira Ferreira Hino
Evaldo Ribeiro Jr

Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile

Descrever o estado nutricional de escolares e sua correlação com outros indicadores da aptidão física. Estudo transversal com amostragem não probabilística. Convidou-se turmas matutinas (3º à 5º anos) de uma escola municipal central de Matinhos, litoral, Paraná, uma criança recusou-se participar. Utilizou-se testes do Projeto Esporte Brasil (PROESP-Br) versão 2021, com as equações de IMC, relação cintura-estatura (RCE), e os testes de abdominal em 1 minuto (AB), arremesso de medicine ball (MB). Os dados foram descritos por meio da média, desvio padrão e distribuição de frequências. A associação entre as variáveis foi testada por correlação de Spearman, considerando significância estatística de $p < 0,05$. Participaram 160 crianças, idade: $8,99 \pm 0,96$ anos; 53% feminino; IMC: $18,5 \pm 4,27$ kg/m²; RCE: $0,46 \pm 0,07$; AB: $22,5 \pm 9,01$ repetições; MB: $203 \pm 50,3$ cm. De acordo com critérios do PROESP-Br, os alunos encontraram-se na Zona Saudável para: IMC 66,4%, RCE 77,2%, MB 65% e AB 45,9%. Em Zona de Risco à saúde o RCE apresentou 22,8%, sendo 66,7% meninos (OR 3,33; IC95% 1,47 - 7,46). Correlacionou-se negativamente AB com RCE ($-0,27$, $p = 0,001$) e IMC ($-0,26$, $p < 0,01$), ao passo que IMC correlacionou-se positivamente com MB ($0,25$; $p < 0,01$). Considerando os parâmetros de saúde analisados, a maioria das crianças foi classificada na zona saudável. No entanto, é importante destacar que meninos apresentaram maior propensão à gordura abdominal aumentada. São necessários futuros estudos que ampliem a amostra e incluam outras variáveis, como hábitos alimentares, nível de atividade física e correlatos.

Palavras-chave: Aptidão Física; Estado nutricional; Escola.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação entre atividade física e percepção de felicidade em escolares de Lagoa do Carro - PE

AUTORES

Ana Beatriz Félix Lourenço
Ilana Santos Oliveira
Igor Rodrigues de Souza Sobral
Daniela Karina da Silva Ferreira
Douglas Eduardo Ferreira Maia
Rafael dos Santos Henrique

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Examinar a associação entre atividade física e percepção de felicidade em escolares. Procedimentos metodológicos: A amostra deste estudo abrange 499 crianças e adolescentes de 10 a 17 anos de idade ($14,18 \pm 1,48$ anos), de ambos os sexos, matriculadas em escolas da rede pública de ensino de Lagoa do Carro, Pernambuco. Para avaliar a atividade física foi utilizado o Physical Activity Questionnaire for Adolescents (PAQ-A), enquanto a percepção de felicidade foi obtida com a versão adaptada do Subjective Happiness Scale. A associação entre as variáveis foi verificada com o teste de correlação de Spearman. A análise estatística foi realizada com o uso do SPSS 21.0, adotando o nível de significância de $p < 0,05$. A correlação entre o escore médio de atividade física e a pontuação global de felicidade foi estatisticamente significativa ($\rho = 0,22$, $p < 0,001$), mostrando que adolescentes mais ativos possuem maior percepção de felicidade. Nossos resultados permitem concluir que existe uma correlação positiva entre felicidade e atividade física de adolescentes. Apesar da baixa magnitude de correlação, estratégias para a promoção da atividade física podem auxiliar no aumento da percepção de felicidade de crianças e adolescentes.

Palavras-chave: Atividade Física; Percepção de felicidade; Escolares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre características individuais da rede de amigos e a atividade física

AUTORES

Ana Caroline Ferreira Campos de Sousa
Leandro Martin Totaro Garcia
Amanda Alves da Silva
Thiago Mateus Batista Pinto
Priscila Cristina dos Santos
Kelly Samara da Silva

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Investigar a associação entre as características individuais da rede de amigos e o nível de atividade física habitual de escolares. A pesquisa contou 653 estudantes (idade média 13 anos) do 7º ao 9º ano de seis escolas públicas de Florianópolis, SC. Através de questionário, foram mensuradas individuais (centralidade de grau, centralidade de intermediação e coeficiente de agrupamento local) da rede de amizade de cada escola, assim como o nível de atividade física caracterizado em atende (≥ 420 min/sem) ou não atende as recomendações (< 420 min/sem). Foi realizada análise de regressão logística para testar as associações das características da rede de amizade e do nível de atividade física. Dentre as características individuais da rede de amigos, apenas o grau de saída e o coeficiente de agrupamento local apresentaram associação com o atendimento à recomendação de atividade física. Ajustando por sexo, idade e status socioeconômico dos estudantes, o grau de saída apresentou uma associação positiva, isto é, quanto maior o número de citações realizadas pelos adolescentes, maior foi a chance de eles atingirem as recomendações de atividade física. Por outro lado, independentemente do modelo, quanto maior o coeficiente de agrupamento local, menores as chances dos adolescentes de atenderem os níveis de atividade física recomendado. Ou seja, quanto mais densa a rede de amizades em torno de um adolescente, menores as chances de ele atingir as recomendações de atividade física. Investigar e avaliar a rede de amizades dos adolescentes é importante por estar ligada diretamente a comportamentos de saúde.

Palavras-chave: Atividade Física; Rede de amigos; Adolescentes.

Apoio: Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Deslocamento ativo e rede escolar: associação com níveis de atividade física no lazer após dois anos de acompanhamento em crianças e adolescentes

AUTORES

Ana Paula Sehn
Luciana Tornquist
Debora Tornquist
Letícia Borfe
Nathália Quaiatto Félix
Cézane Priscila Reuter

Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, RS.

Verificar a associação longitudinal entre deslocamento para escola, rede e zona escolar com os níveis de atividade física no lazer em crianças e adolescentes. Estudo observacional longitudinal com 333 escolares de sete a 17 anos (57,7% sexo feminino), de Santa Cruz do Sul, RS. As avaliações ocorreram em 2014 e 2016. Todas as variáveis foram coletadas por meio de questionário autorreferido. O deslocamento foi classificado em ativo (caminhada ou bicicleta) e sedentário (ônibus, carro ou moto), a rede escolar em municipal, estadual e particular e zona escolar em urbana e rural. As associações foram testadas por modelos de regressão linear múltipla, ajustadas para sexo, idade, nível socioeconômico e maturação sexual no Baseline. Deslocamento sedentário ($B = -42,70$; $IC95\% = -85,03; -0,38$; $p = 0,048$) e rede escolar estadual ($B = -58,98$; $IC95\% = -106,84; -11,13$; $p = 0,016$) foram inversamente associados com os níveis de atividade física no lazer após dois anos de acompanhamento, comparados ao deslocamento ativo e a rede municipal. A rede escolar particular ($B = -4,47$; $IC95\% = -109,53; 100,60$; $p = 0,934$) e a zona escolar rural ($B = -45,35$; $IC95\% = -106,63; 15,93$; $p = 0,147$) não apresentaram associação com a atividade física de lazer. Crianças e adolescentes que se deslocavam ativamente para escola e que estudavam em escolas municipais apresentaram maiores níveis de atividade física de lazer após dois anos. Portanto, ressalta-se a importância de estratégias de saúde que facilitem o deslocamento ativo e ações que incentivem a prática de atividade física dentro das escolas, em especial as estaduais.

Palavras-chave: Atividade física; Fatores sociodemográficos; Estilo de vida; Criança; Adolescente.

Apoio: Universidade de Santa Cruz do Sul e Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Diferentes intensidades da prática de atividade física e biomarcadores inflamatórios em meninas eutróficas: *ABCD Growth Study*

AUTORES

Andréa Wigna
Ana Elisa Von Ah Morano
Jacqueline Urban Bexiga
Santiago Maillane-vanegas
Rômulo Araújo Fernandes

Universidade Estadual Paulista - Júlio Mésquita Filho, Presidente Prudente, SP.

De acordo com estudos prévios, atividade física moderada-vigorosa (AFMV) apresenta ativação de cascata inflamatória capaz mitigar os efeitos pro-inflamatórios associados a quadros de risco metabólico. Neste sentido, o presente estudo buscou observar a relação entre a intensidade moderada de AF e adiponectina entre adolescentes do sexo feminino. A realização deste recorte ocorreu na cidade de Presidente Prudente, SP e contou com a participação de 28 meninas (10 controles), os seguintes critérios foram adotados: (i) idade entre 11-17 anos, (ii) não apresentar distúrbios metabólicos pré-diagnosticado, (iii) estar engajada em modalidade esportiva por 12 meses, exceto à amostra controle, sendo essas excluídas, (iv) TCLE assinado. Previamente o estudo de coorte foi apresentado para técnicos de clubes e seguiu divulgação por redes sociais. A amostra realizou 12 horas de jejum e 24 horas sem praticar esforço físico para a realização de coleta de sangue. Todas as análises foram feitas no laboratório da instituição. As intensidades de AF foram coletadas a partir de medida direta (acelerometria) por 7 dias consecutivos. Variáveis de composição corporal e maturação biológica foram coletadas na instituição de ensino e foram usadas como ajuste desse modelo. Para realização das análises foi aplicado teste de correlação de Pearson pelo software R 4.1.0. e adotou-se valor de significância < 5%. Foi observado para a intensidade moderada ($r = 0,61$) correlação positiva com adiponectina (IC95%: 0,183; 0,843). Intensidades de AF moderada relacionam-se com níveis séricos de adiponectina em adolescentes eutróficas, e corroboram com dados prévios da OMS/2020.

Palavras-chave: Adolescentes; Fator de risco; Inflamação.

Apoio: Ao Grupo de Investigações Científicas Relacionadas à Atividade Física (GICRAF). Ao CNPq A instituição universitária, FCT - Unesp.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Mapeamento das evidências sobre as diretrizes de comportamento de movimento de 24 horas em crianças e adolescentes: revisão de escopo

AUTORES

Andressa Ferreira da Silva
Priscila Custódio Martins
Diego Augusto Santos Silva

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Mapear evidências de revisões que exploraram a temática Comportamento de Movimento de 24 Horas (atividade física, comportamento sedentário e sono) em crianças e adolescentes. Seguiu-se os procedimentos da Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses Extension for Scoping Reviews e as recomendações do Joanna Briggs Institute Reviewer's manual. Foram incluídos, todos os tipos de revisões que analisaram, de forma combinada, os Comportamentos de Movimento de 24 Horas em crianças e adolescentes (cinco a 19 anos). A busca foi realizada em maio de 2023, nas bases de dados CINAHL, Lilacs, MEDLINE, Pubmed, Scielo, Scopus, SportDiscus, Web of Science e PsycINFO. Foram incluídas 29 revisões (17 sistemáticas, sendo duas com meta-análise, cinco de escopo e sete narrativas) realizadas em cinco continentes (12 Europa, seis Austrália, nove América do Norte e duas Ásia). As revisões reportaram: baixa adesão dos países às Diretrizes; baixa prevalência de atendimento às recomendações das Diretrizes (1,6% - 17,1%); associação inversa entre o atendimento dos Comportamento de Movimento de 24 Horas e adiposidade e obesidade, e associação direta com saúde mental, social, emocional, cardiometabólica, aptidão física, saúde percebida, desenvolvimento cognitivo, qualidade de vida relacionada à saúde, performance acadêmica e padrões alimentares saudáveis; impacto negativo das mudanças de Comportamentos de Movimento de 24 Horas no bem-estar durante a pandemia COVID-19 e realocação do tempo em um dos comportamentos de movimento modificou o tempo nos demais. São necessários mais estudos sobre os impactos dos movimentos combinados sobretudo nos continentes não reportados nesta revisão.

Palavras-chave: Sono; Comportamento sedentário; Exercício; Inatividade física; Estilo de vida saudável.

Apoio: Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Acesso a dispositivos eletrônicos de telas no domicílio e o uso diário de telas entre crianças e adolescentes quilombolas

AUTORES

Anna Karolina Cerqueira Barros
Luana da Silva e Silva
Lívia do Nascimento Xavier
Mayva Mayana Ferreira Schranz
Gilmar Mercês de Jesus

Universidade Estadual de Feira de Santana, Novo Horizonte, BA.

Analisar a associação entre o acesso a dispositivos eletrônicos de tela no domicílio e a frequência diária de uso de telas entre crianças e adolescentes em comunidades quilombolas. Estudo transversal, realizado em 2022, com 1.004 estudantes (50,3% meninos; Idade: $9,04 \pm 1,52$ anos; IMC: $17,8 \pm 3,5$ Kg/m²). Todos os estudantes do segundo ao quinto ano das escolas selecionadas foram convidados a participar da pesquisa. A frequência diária de uso de telas foi investigada através do questionário online (Web-CAAFE) preenchido pelos próprios estudantes após instruções. Acesso a dispositivos eletrônicos de telas no domicílio, avaliado via questionário respondido pelos pais/responsáveis, incluiu: celular, tablet, computador e videogame. A análise incluiu estatística descritiva e regressão binomial negativa múltipla com inflação de zeros para estimar Razões de Prevalência (RP) e Intervalos de 95% de Confiança (IC95%). Co-variáveis: sexo, idade e turno escolar. Adotou-se estimador robusto de variância e significância estatística avaliada no valor de $p < 0,05$. Interações entre telas e co-variáveis foram apreciadas por meio da inclusão de termos-produto na modelagem. O dispositivo eletrônico de tela com maior percentual de acesso nos domicílios foi celular (61,8%). Menos de 10% dos participantes tinham acesso a computador (7,03%), videogame (6,5%) e tablet (8,8%). A frequência diária de uso de telas foi 34% maior entre os participantes que tinham acesso a celular no domicílio (Rp = 1,34; IC95% = 1,19-1,49), independente do sexo, idade ou turno escolar. O acesso a dispositivos eletrônicos no domicílio, principalmente celular, associou-se a maior frequência diária do uso de telas entre estudantes de escolas municipais em comunidades quilombolas.

Palavras-chave: Comportamento sedentário; Estilo de vida sedentário; Estudantes; Crianças; Adolescentes.

Apoio: Agradecimentos à Secretaria de Educação de Feira de Santana, Diretores das escolas e pais dos estudantes participantes. Agradecimento à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelas bolsas de pós-graduação 88887.703092/2022-00 e 88887.687171/2022-00.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Influência de diferentes métodos de ensino do tênis de campo no desenvolvimento motor de crianças e adolescentes de 3 a 11 anos

AUTORES

Antonio Henrique Ximenes de Andrade
Mariane Aparecida Coco
Walcir Ferreira Lima
Sílvia Bandeira da Silva Lima
Flávia Évelin Bandeira Lima Valério

Universidade Estadual do Norte do Paraná,
Jacarezinho, PR.

Estudos mostram que no tênis a tradição beneficia metodologias de ensino baseadas na repetição de movimentos (BOLONHINI,2009; VALENTINI,2009). Uma segunda metodologia chamada Teaching Games for Understanding, faz oposição a essa forma de ensino, incentivando a iniciação esportiva em um contexto dinâmico (GRAÇA, 2004; SANZ,2004). Cientes disso, integrantes da International Tennis Federation lançaram um programa chamado “Play and Stay”, com o objetivo de capacitar os alunos a jogar desde a primeira aula (MILLEY, 2010). O objetivo desse estudo foi investigar se o tênis influencia o desenvolvimento motor de crianças e se algum dos 3 métodos apresentados é mais eficiente nessa tarefa. A amostra foi composta de 40 crianças com idade entre 3 e 11 anos e dividida em três grupos de acordo com a disponibilidade de participarem das aulas: cada grupo sob estímulo de um dos métodos. O TGMD-2 foi aplicado no primeiro dia de atividades e reaplicado após 17 semanas. Observando os resultados da comparação entre os momentos pré e pós intervenção da amostra em geral, encontramos o aumento positivo no quociente motor grosso, e em todos os scores de subteste das habilidades motoras contidos no TGMD-2, demonstrando aumento positivo no espectro de desenvolvimento motor ($p < 0,001$) e nas proporções (%) de desenvolvimento motor ($p = 0,014$). Porém, comparando os mesmos resultados pós intervenção entre os 3 grupos, não observamos diferenças significativas ($p = 0,283$). Podemos afirmar portanto, que a prática do tênis influencia positivamente o desenvolvimento motor grosso porém, não há maior eficiência de um dos métodos na tarefa de causar desenvolvimento.

Palavras-chave: Tênis; Habilidades Motoras; Metodologia.

Apoio: Os autores agradecem à Universidade Estadual do Paraná pelo fomento à iniciação científica através da concessão de bolsas de estudo.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Impactos da pandemia de COVID-19 no perfil metabólico de adolescentes atletas de natação: *ABCD Growth Study*

AUTORES

Antonio Vinícius Ribeiro de Oliveira

Andréa Wigna

Ana Elisa Von Ah Morano

Jacqueline Bexiga Urban

Rômulo Araújo Fernandes

Universidade Estadual Paulista - Júlio Mésquita Filho, Presidente Prudente, SP.

A COVID-19 implica piora na saúde metabólica e se demonstra com clareza devido ao aumento vertiginoso no número de diagnósticos de diabetes mellitus tipo 2 e hipertensão. O assunto é vago ao tratar-se de atletas de natação púberes. Buscou observar as relações entre os impactos no perfil metabólico de nadadores no momento da retomada dos treinos em agosto de 2021 e comparar com dados coletados em maio de 2022. Estudo realizado em clubes esportivos da cidade de Presidente Prudente, SP, e envolveu 15 adolescentes (9 meninas) de $15,25 \pm 1,38$ anos de idade. Para análises de Glicose e Insulina, considerou 12h jejum e a resistência à insulina pôde ser estimada pela equação de HOMA-IR. Dados antropométricos como peso foi coletado por meio de balança digital de precisão de 0,100g (marca Filizzola, modelo Personal Line 200, Filizzola Ltda., Brasil) e altura por meio de estadiômetro de precisão de 0,1cm (marca Sanny, modelo Professional, Sanny®, Brasil) para cálculo do IMC. Aplicou-se teste t de Student dependente para comparação das médias pré-retomada e 9 meses após. A significância estatística foi fixada em $p < 0,05$, utilizou-se o SPSS 22.0. Os valores na pré-retomada para glicose (90,21 vs 85,07; $p = 0,006$), insulina (15,57 vs 9,32; $p = 0,000$) e resistência à insulina (HOMA-IR) (3,51 vs 1,9; $p = 0,000$) são maiores comparados às médias após. Portanto, os valores de HOMA-IR vistos na pré-retomada estão acima do limite recomendado e sugere que a amostra tenha expressado resistência à insulina no período de isolamento e reforça a importância do engajamento esportivo.

Palavras-chave: Atividade Física; Saúde Metabólica; Adolescentes

Apoio: Ao Grupo De Investigações Científicas Relacionadas À Atividade Física (GICRAF), ao CNPq, à Semepp, à Instituição de Ensino FCT – Unesp.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Escolares com doenças reumáticas pediátricas tem menor motivação esportiva e menor força muscular comparado com escolares saudáveis: um estudo transversal

AUTORES

Brenda Lamb de Saibro
Leonardo Peterson dos Santos
Letícia de Borba Schneiders
Anelise Reis Gaya
Sandra Helena Machado
Rafaela Cavalheiro do Espírito Santo

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Doenças Reumáticas Pediátricas (DRP) são consideradas um grupo heterogêneo de doenças que surgem na infância e que apresentam diferentes características clínicas, complicações e prognósticos. Suas manifestações podem levar a um estilo de vida sedentário, afetando negativamente a função física e a qualidade de vida, e impactando nos desfechos de saúde. Comparar a motivação para a prática esportiva, os níveis de atividade física e a força muscular de portadores de DRP com escolares saudáveis, e avaliar associações com características clínicas. Neste estudo transversal foram incluídos 28 pacientes com artrite idiopática juvenil (AIJ), 19 pacientes com lúpus eritematoso sistêmico pediátrico (LESP) e 25 escolares saudáveis, pareados por idade. A motivação para a prática esportiva foi avaliada pelo Questionário de Motivação para a Participação, nível de atividade física pelo Questionário de atividade física e força muscular por teste de preensão palmar. Os escolares com DRP apresentaram menor motivação para a prática esportiva ($p = 0.048$), menor motivação para o desenvolvimento técnico ($p = 0.003$) e prazer ($p = 0.004$), bem como, menor força muscular ($p = 0.001$) em comparação aos escolares saudáveis. Não foi encontrada diferença estatisticamente significativa nos níveis de atividade física entre os grupos. A menor motivação para o desenvolvimento técnico esteve associada à maior idade nos escolares com DRP ($r = -0.325$; $p = 0.034$). Apenas no grupo AIJ, a menor motivação para o status foi associada à idade avançada DRP ($r = -0.533$; $p = 0.005$). O estudo demonstrou que pacientes com DRP apresentam menor motivação para a prática esportiva e menor força muscular em relação a escolares saudáveis.

Palavras-chave: Doenças reumáticas pediátricas; Artrite idiopática juvenil; Lúpus eritematoso sistêmico pediátrico; Força muscular; Nível de atividade física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Clusters de atividade física, comportamento sedentário e dieta associados à imagem corporal em adolescentes brasileiros

AUTORES

Bruno Nunes de Oliveira
Gabrielli Thais de Mello
Priscila Cristina dos Santos
Marcus Vinicius Veber Lopes
Gabriel Pereira Maciel
Kelly Samara Silva

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Examinar a associação entre os perfis de atividade física, dieta e comportamento sedentário com a imagem corporal em adolescentes de Florianópolis de acordo com o sexo. Foram usados dados de linha de base do programa de Intervenção Movimento (n = 804, 53,1% meninas, média de 13,0 anos) de 2017. O tempo de atividade física, de comportamento sedentário e o consumo de frutas, vegetais, salgadinhos, doces e refrigerantes foram registrados por meio de questionários. A percepção da imagem corporal foi medida pela escala de silhuetas de Kakeshita categorizada em satisfação e insatisfação (perda e ganho de peso). Foi utilizada a análise de classes latentes para identificar as classes formadas pelos comportamentos investigados. Por fim, para analisar a associação das diferentes classes com a imagem corporal, utilizou-se regressão logística binária. Foram identificadas duas classes com pelo menos um comportamento não saudável para meninos e meninas. Em comparação com as meninas, os meninos da classe não saudável tinham baixa probabilidade de serem ativos e de consumirem frutas e legumes. Quando analisada a associação com a imagem corporal, observou-se que as meninas da classe com comportamento sedentário e consumo de alimentos não saudáveis eram mais propensas a se sentirem insatisfeitas com a imagem corporal, para ganhar ($\beta = 1.85$, IC:1.00;3.43), assim como, perder ($\beta = 1.88$, IC:1.08;3.28) peso. Não foi encontrada nenhuma associação para os meninos. Comportamentos prejudiciais à saúde estavam presentes em ambos os sexos, mas sua associação com a insatisfação com a imagem corporal foi evidenciada apenas nas meninas, tanto para aumentar quanto para diminuir o peso corporal.

Palavras-chave: Imagem Corporal; Atividade física; Tempo de tela; Padrões alimentares; Classe latente.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Fatores associados ao uso problemático de smartphone: um estudo com escolares no Extremo Sul do Brasil

AUTORES

Bruno Pedrini de Almeida
Yasmin Marques Castro
Eduardo Gauze Alexandrino
Samuel de Carvalho Dumith
Michael Pereira da Silva

Universidade Federal do Rio Grande, Rio Grande, RS.

Este estudo objetivou verificar a prevalência e os fatores associados ao uso problemático de smartphone (UPS) em escolares no extremo sul do Brasil. Foi realizado um estudo transversal com 411 estudantes do ensino médio de um instituto federal em Rio Grande-RS. O UPS compreendeu seis sintomas aditivos (perda de controle, interrupção, desconsideração, abandono, preocupação e tolerância) e foi avaliado pela Smartphone Addiction Scale-Short Version. Escolares com pontuação ≥ 33 apresentaram UPS. Informações sobre sexo, cor da pele, índice de bens materiais, atividade física, participação nas aulas de educação física, tempo de tela e consumo de bebidas alcoólicas foram avaliadas e utilizadas como preditores do UPS. A regressão de Poisson foi utilizada para verificar os fatores associados ao UPS apresentando razões de prevalência (RP) com intervalo de confiança de 95% (IC95%). A prevalência de UPS foi 34,3% (IC95% = 29,6-38,9). A maioria utilizava o smartphone para acessar às redes sociais (74,5%), 60,9% usam há mais de 5 anos, 55,5% usam por mais de 3 horas por dia e 92,8% usam ao dormir e/ou ao acordar. A análise identificou fatores de risco (sexo feminino: $R_p = 1,42$; IC95% = 1,08-1,87; tempo de tela: $R_p = 1,48$; IC95% = 1,20-1,82; e consumo de bebida alcoólica: $R_p = 1,33$; IC95% = 1,01-1,77) e fatores protetores (índice de bens materiais: $R_p = 0,88$; IC95% = 0,78-0,99; e participação em aulas de educação física: $R_p = 0,73$; IC95% = 0,54-0,99) para o UPS. A identificação de fatores que influenciam esse comportamento pode contribuir para o planejamento de intervenções visando à atenuação ainda em etapas iniciais da vida.

Palavras-chave: Smartphones; Comportamento compulsivo; Adolescente.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física, comportamento sedentário e risco cardiovascular de adolescentes alagoanos que vivem com HIV

AUTORES

Caio César da Silva Moura Santos
Yago Silva Mascarenhas
Marcos Cezar Pitombo da Silva Junior
Marcilene Glay Viana Pessoa
Victor Gustavo Ferreira Santos
Luiz Rodrigo Augustemak de Lima

Universidade Federal de Alagoas, Maceió, AL.

Analisar a associação entre atividade física (AF), comportamento sedentário (CS) e o risco cardiovascular (RC) em adolescentes que vivem com HIV (AHIV). Estudo transversal, realizado em Maceió-AL de 2022 a 2023. Participaram do estudo AHIV acompanhados nos ambulatórios de referência. AF foi mensurada pelo Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C). CS foi avaliado em tempos de tela e tempo sentado autorrelatados em questionário (PeNSE). O RC incluiu o perímetro da cintura, pressão arterial sistólica (PAS) e diastólica, glicemia, colesterol total e frações HDL-C, LDL-c e triglicerídeos. Tempo e tipo de terapia antirretroviral, carga viral e linfócitos T CD4+ obtidos em prontuários. O RC foi examinado em escore-z e análises estatísticas descritivas e inferenciais (correlação parcial ajustada por sexo). Participaram 41 AHIV (56,1% do sexo feminino) em terapia antirretroviral combinada há 8,7 (± 3,39) anos, sendo que 19 (55,9%) usam inibidores de protease; e com média de linfócitos T CD4+ 898,0 (± 470,0) células/μL. O escore médio de AF foi 1,50 (± 1,18) e o CS foi 7,05 (± 2,61) horas/dia de semana. A média do escore-z agrupado do RC foi 2,18 (± 1,88). Foram encontradas correlações inversas entre escore-z agrupado do RC com frequência de dança ($r = -0,430$; $p = 0,046$) e o escore-z de PAS com frequências de caminhada ($r = -0,368$; $p = 0,020$) e futebol ($r = -0,313$; $p = 0,049$). Não houve associação significativa entre CS e RC. A amostra estudada sugere que o estilo de vida, sobretudo aspectos referentes à AF de AHIV apresentaram associações com RC.

Palavras-chave: Estilo de vida; Risco cardiovascular; HIV; Atividade física; Comportamento sedentário.

Apoio: Gostaríamos de expressar nossa profunda gratidão aos profissionais e aos pacientes voluntários do Ambulatório de Infectologia Pediátrica do Serviço de Atendimento Especializado - SAE do HEHA/UNCISAL e do Ambulatório de Infectologia Hospital Dia - HD do HUPAA/UFAL pela colaboração que foi essencial para o andamento desse estudo, ao CNPq e à FAPEAL pelo subsídio que nos fora direcionado à aquisição de materiais de coleta e pela concessão de bolsas de iniciação científica e pós-graduação. Essas parcerias e suporte financeiro foram fundamentais para o sucesso da pesquisa, que de certo modo, trará contribuição à saúde pública demandando formação de recursos humanos, sobretudo à população em questão.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física na adolescência e na adultez emergente: análise da continuidade através da PeNSE/2012, PeNSE/2015 e da PNS/2019

AUTORES

Carlos Alex Martins Soares
Otávio Amaral de Andrade Leão
Pedro Curi Hallal
Mário Bernardes Wagner

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Descrever a prática de atividade física (AF) e fatores de risco e proteção para doenças crônicas não-transmissíveis (DCNT) na adolescência e na adultez emergente utilizando dois inquéritos brasileiros, Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) e Pesquisa Nacional de Saúde (PNS). Pesquisa epidemiológica, transversal e ecológica com dois Grupos Etários (GE): GE-1, formado por PeNSE/2015 (14-17 anos) e PNS/2019-A (18-21 anos); e GE-2, por PeNSE/2012 (14-17 anos) e PNS/2019-B (21-24 anos). Usamos o efeito do delineamento amostral - amostra conglomerada (N = 198.861) - para obtermos as estatísticas descritivas e de associação com $p \leq 0,05$. Analisamos a associação do percentual de indivíduos fisicamente ativos com variáveis demográficas e comportamentais através dos domínios da AF (Educação Física Escolar ou AF Laboral, Deslocamento e Lazer), considerando as recomendações de AF para adolescentes (300+ minutos/semana) e adultos (150+ minutos/semana) e os descrevemos com proporção e IC95%. A média de AF foi descrita em minutos/semana com seus valores percentílicos, de acordo com os fatores de risco e proteção para DCNT. Nas análises brutas a média foi incrementada na adultez emergente em 266 minutos/semana (GE-1) e 355 minutos/semana (GE-2) e o percentual de indivíduos fisicamente ativos, após ajustes, foi de 10% (GE-1) e 8% (GE-2). Conclusões: Há um aumento exagerado da média em AF, a mediana não acompanha na mesma proporção, sendo consequência de praticantes extremos e da atividade laboral. Sugerimos ampliar a educação física escolar para três dias semanais e entendemos como uma possível solução ampliar a recomendação de AF durante a adultez emergente.

Palavras-chave: Adolescência; Adultez emergente; Atividades físicas; Doenças não transmissíveis; Fatores de risco.

Apoio: Este estudo foi desenvolvido com Bolsa de Doutorado concedida, ao primeiro autor, pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPq.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação do Índice de Massa Corporal com a razão cintura estatura em escolares de Garopaba/SC

AUTORES

Carolina Correia Selmo
Luciana Chultes
Adroaldo Cezar Araujo Gaya

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Rio Grande do Sul, RS.

Verificar a relação entre IMC e RCE em escolares dos anos iniciais do ensino fundamental. Estudo transversal, com método correlacional e abordagem quantitativa, realizado com 249 crianças (52% da população), 132(53%) meninos e 117(47%) meninas, idade entre 6 e 12 anos de idade matriculados na rede pública de Garopaba/SC. Os alunos foram mensurados pelas professoras/pesquisadoras que posteriormente calcularam o IMC e a RCE. Os escolares foram classificados de acordo com os critérios sugeridos pelo PROESP-Br. Para a avaliar a relação do IMC com a RCE foi utilizado o coeficiente de correlação de Pearson, com significância adotada de $p < 0,05$. As crianças apresentaram IMC médio de $17,8 (\pm 0,23)$ e RCE $0,48 (\pm 0,004)$. Quanto ao IMC, de acordo com os pontos de corte propostos pelo PROESP-Br, 184 (73,9%) crianças encontram-se na Zona Saudável e 65 (26,1%) na Zona de Risco à Saúde. Quanto à RCE, 205 (82,3%) crianças estão em Zona Saudável e 44 (17,7%) em Zona de Risco à Saúde. O resultado do teste de correlação entre o IMC e a RCE foi $r = 0,79$. Os resultados obtidos apresentaram forte correlação entre as variáveis que, sendo utilizadas de forma conjunta, contribuem efetivamente no monitoramento de crianças com excesso de peso corporal e risco cardiovascular, além de serem de baixo custo e facilidade de aplicação em contexto escolar.

Palavras-chave: Atividade física; Saúde; Crianças.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação da atividade física e do comportamento sedentário com estresse psicológico e ansiedade em adolescentes durante a pandemia de COVID-19

AUTORES

Caroline Ramos de Moura Silva
Lizandra Barbosa de Lima
Andresa Amorim de Lima
Maria Cecília Marinho Tenório
Carla Meneses Hardman

Universidade de Pernambuco, Recife, PE.

Analisar se indicadores de atividade física (AF) e de comportamento sedentário (CS) estão relacionados com escores dos níveis de estresse psicológico e ansiedade em adolescentes durante a pandemia. Trata-se de um estudo de painel, com avaliações em 2020 e 2021, realizado com 109 e 127 adolescentes respectivamente, matriculados em uma instituição federal de Pernambuco. As coletas ocorreram de forma online durante as aulas. Os instrumentos foram importados para a plataforma Google Forms® e compartilhados por link. Utilizaram-se o Questionário de Atividade Física para Adolescentes e o Questionário de Atividades Sedentárias para Adolescentes. A relação entre variáveis independentes e as variáveis dependentes foi analisada através da correlação de Spearman. A prevalência dos sintomas de ansiedade foi 34,9% em 2020 e 43,3% em 2021; e, a prevalência dos sintomas de estresse foi 18,3% em 2020 e 40,2% em 2021. Os níveis dos sintomas de ansiedade e estresse não tiveram relação estatisticamente significativa ($p > 0,05$) com os indicadores de AF nas duas avaliações. A ansiedade foi relacionada com o CS total em dias de semana ($p = 0,026$), com o tempo sentado total ($p = 0,039$) e com o tempo sentado em dias da semana ($p = 0,011$) em 2021. O estresse foi relacionado com o CS total ($p = 0,047$) e apenas em dias da semana ($p = 0,004$), com o tempo sentado total ($p = 0,037$) e apenas em dias da semana ($p = 0,005$) em 2021. Os níveis dos sintomas de ansiedade e estresse foram diretamente relacionados com os indicadores de CS e os sintomas aumentaram durante pandemia.

Palavras-chave: Atividade física; Comportamento sedentário; Ansiedade; Estresse; Adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação da ocorrência simultânea da atividade física, comportamento sedentário e sono com marcadores cardiometabólicos em adolescentes

AUTORES

Cássio Gustavo Sena Assunção
James Silva Moura Buchmeier
Juliana Maria da Penha Freire Silva
Tayse Guedes Cabral
José Cazuzu de Farias Júnior

Universidade Federal da Paraíba, Paraíba, PB

Este estudo tem como objetivo analisar a relação da exposição simultânea da atividade física, duração do sono e comportamento sedentário com marcadores cardiometabólicos em adolescentes. Estudo transversal, com 696 adolescentes (54,3% do sexo feminino, média de idade de $11,85 \pm 0,83$ ano), João Pessoa (PB). A atividade física (AF), duração do sono (DS) e comportamento sedentário (CS) foram mensurados por meio de questionário e categorizados em atendem e não atendem as respectivas recomendações (≥ 420 minutos/semana de AF, ≥ 9 horas/noite de DS e ≤ 2 horas/dia em CS). Foram formados quatro grupos para definir a ocorrência simultânea de exposição aos comportamentos estudados: atende às recomendações nos três; em dois, em um; e não atende em nenhuma. Os marcadores cardiometabólicos analisados foram: índice de massa corporal, circunferência abdominal, pressão arterial sistólica e diastólica, glicose, triglicerídeos, colesterol, LDL-c, HDL-c. A regressão linear múltipla foi utilizada para analisar a relação entre a ocorrência simultânea de AF, DS e CS e os marcadores cardiometabólicos. Os adolescentes que atenderam a recomendação para apenas um dos comportamentos apresentaram menores níveis de HDL ($\beta = -3,09$; IC95%: -5,00; -0,81) comparados aos que atenderam todos os comportamentos; e os que atenderam a quaisquer duas recomendações tiveram maiores níveis de triglicerídeos ($\beta = 14,90$; IC95%: 1,13; 28,67) comparado aos que atenderam em todos os comportamentos estudados. Adolescentes que atendiam simultaneamente as recomendações de AF, CS e DS apresentaram melhores níveis para alguns marcadores cardiometabólicos.

Palavras-chave: Adolescente; Atividade física; Comportamento sedentário; Sono; Marcadores cardiometabólicos.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Projeto *Sunrise*: atividade física e tempo de sono em crianças de 3 a 5 anos

AUTORES

Claudio Henrique Pereira Verão
Alison Brendo Cintra de Souza
Mário Luiz Dutra Zeni
Sarita de Mendonça Bacciotti
Mariana Biagi Batista
Evelyn Helena Corgosinho Ribeiro

Universidade Federal do Mato Grosso do Sul,
Campo Grande, MS.

Atividade física (AF) e sono influenciam no desenvolvimento motor e cognitivo e manutenção da saúde de crianças e adolescentes. Diretrizes da Organização Mundial da Saúde recomendam 10-13 horas de sono de qualidade para crianças de 3-4 anos. O objetivo foi investigar a relação entre AF moderada a vigorosa (AFMV) e tempo de sono (TS) em crianças de 3 a 5 anos. Trata-se de estudo transversal com dados do piloto do Projeto Sunrise de 2018, com participação de 44 crianças (21 meninos/23 meninas), com idade média de 4,04 (dp = 0,50 anos) das cidades de São Paulo e Itatiba/SP. O TS foi relatado no questionário WHO STEPS e categorizado em < 10 horas e \geq 10 horas. A AFMV foi diretamente medida por acelerômetros (ActiGraph) durante 3 dias (média diária em minutos). O teste de Shapiro-Wilk avaliou a distribuição dos dados, e assumido o pressuposto de normalidade, o teste t de Student para amostras independentes e a correlação de Pearson foram utilizados nas análises. Do total de crianças, 12 dormiram < 10 horas, e 31 \geq 10 horas. A média diária de AFMV entre as crianças com < 10 horas de sono foi 96,7(dp = 30,5Min) e entre aquelas com > 10 horas foi 91,4(dp = 27,8Min) sem diferença estatisticamente significativa entre os grupos ($p = 0,58$). Não houve correlação entre AFMV e horas de sono ($r = -0,113$ e $p = 0,46$) não havendo relação entre as variáveis. Conclui-se que não houve relação entre a AFMV e o TS nesta amostra. Novos estudos com N superior são essenciais para entender essa relação.

Palavras-chave: Atividade física; Tempo de sono; Crianças.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Diferenças na aptidão física de crianças e adolescentes de acordo com o estado nutricional

AUTORES

Cleydson Alexandre da Silva
Noadia Maria Guimarães da Silva
Camille Cristine Barbosa Correia
Ramon de Albuquerque Costa
Thalane Mayara Pessoa dos Prazeres
Rafael dos Santos Henrique

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Avaliar as diferenças na Aptidão Física (ApF) de crianças e adolescentes com baixo peso (BP), peso normal (PN) e excesso de peso (EP). A amostra contou com 1359 crianças e adolescentes, entre 5 e 15 anos, de escolas públicas do município de Lagoa do Carro, PE. Foi realizado um teste de MANOVA para comparar vetores de médias, considerando post-hoc de Tukey e análise de magnitude do Traço de Pillai. As variáveis dependentes foram avaliadas pelos testes de ApF (preensão manual, aptidão cardiorrespiratória, flexibilidade, potência de membros inferiores, velocidade e agilidade) com a bateria FITNESSGRAM. A variável independente utilizou medidas antropométricas (estatura e massa corporal) para o cálculo de índice de massa corporal (IMC) e posterior classificação do estado nutricional em três grupos (baixo peso [BP], peso normal [PN] e excesso de peso [EP]). Observou-se que o IMC apresentou efeito significativo para todas as variáveis da ApF. Crianças e adolescentes com EP gastaram mais tempo para completar os testes de agilidade (Bp = +0,64s e PN = +0,83s) e velocidade (Bp = +0,24 e PN = +0,30), e tiveram pior desempenho de potência de membros inferiores (Bp = -11,93cm e PN = -12,27cm), flexibilidade (PN = -0,99cm) e aptidão cardiorrespiratória (BP = -179,16m e PN = -146,00m), quando comparado com crianças de PN. Entretanto, crianças com EP tiveram melhor desempenho no teste de preensão manual (Bp = -3,39 e PN = -1,77). Crianças e adolescentes com EP tiveram pior desempenho em testes de ApF, com exceção da preensão manual, onde tiveram maior expressão de força.

Palavras-chave: Crianças; Adolescentes; Obesidade; Aptidão física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física e satisfação corporal de adolescentes residentes no Sudoeste da Bahia

AUTORES

Daniel de Jesus Torres
Esther Gusmão Mendes
Rogério dos Santos Amorim
Gildásio Oliveira Araújo
Aline da Silva Adães Motta
Fábio Thomaz Melo

Instituto de Pesquisa e Extensão em Saúde Pública,
Vitória da Conquista, BA.

Identificar o nível de atividade física e satisfação corporal de adolescentes residentes no Sudoeste da Bahia. Procedimentos metodológicos: Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, descritivo parte do projeto “Perfil epidemiológico das doenças crônicas no Sudoeste da Bahia” realizado de julho de 2017 a dezembro de 2019. Compuseram a amostra 15 adolescentes de ambos os sexos com idade entre 14 e 19 anos. Para classificação do nível de atividade física (NAF) foi utilizado o IPAQ versão curta, para satisfação corporal foi utilizada a Escala de Silhueta de Kakeshita. Os dados foram analisados no SPSS versão 25.0 para frequências e porcentagens. O projeto foi aprovado pelo CEP da FSPVC com parecer n. 1.859.545 e CAAE 44876215.8.0000.5578. Da amostra, 80% eram do sexo feminino, todos solteiros, a média de idade foi 16,44 ($\pm 1,84$) anos, 66,7% com ensino fundamental incompleto, 66,7% estudaram em escola pública, 60% se encontravam abaixo do peso. A maioria foi classificada como “irregularmente ativo A” (66,7%) e 20% “irregularmente ativo B”. Houve um “ativo” e um “muito ativo”, ambos do sexo feminino. Não houve sedentários. Quanto a satisfação corporal, 60% se encontrava “insatisfeito por magreza”, 33,3% “satisfeito” e um estava “insatisfeito por excesso de peso”. Dos insatisfeitos por magreza, 66,7% se encontravam com o IMC abaixo do peso e 33,3% estavam com o peso ideal. Dos satisfeitos, 60% estavam abaixo do peso. A maioria dos adolescentes se encontram irregularmente ativos, abaixo do peso e insatisfeitos com seu corpo por magreza

Palavras-chave: Saúde do adolescente; Atividade Física; Imagem corporal.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre atividade física, comportamento sedentário, sono e índice de massa corporal em adolescentes: uma análise de classes latentes

AUTORES

Darley Severino Cardoso
Thais Maria da Silva
Sabrina Vitoria Lapa da Silva
Rodrigo da Silva Almeida
Javiera Alarcón Aguilar
Daniel da Rocha Queiroz

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Identificar as classes latentes das recomendações de Atividade Física (AF), Comportamento Sedentário (CS) e sono e sua associação com Índice de Massa Corporal (IMC) em adolescentes. Estudo transversal de base escolar, com 1.925 adolescentes (810 rapazes) de 14 a 17 anos, estudantes da rede pública estadual de Pernambuco. Os dados relacionados às recomendações foram obtidos de uma versão adaptada do Global School-based Student Health Survey. O IMC foi calculado a partir da massa corporal e estatura. Considerou-se que atendem as recomendações aqueles com ≥ 300 min/semana de AF moderada a vigorosa, ≤ 2 h/dia de tempo de tela (televisão, computador, videogame e smartphone), e entre 8-10 h/dia de tempo de sono. A Análise de Classes Latentes foi utilizada para identificar classes/padrões de comportamento de movimento. Foram identificadas três classes latentes: classe 1 (23%), classe 2 (38%), e classe 3 (39%), sendo considerada a classe 1 (probabilidade médias de atender AF e sono, e maior de atender CS) como referência. Foi realizada a análise de regressão multinomial, ajustadas para idade e sexo, adotado um valor de $p < 0,05$. Verificou-se associação entre o IMC e as classes 1 e 2 ($\beta = -0.45$, $p = 0,03$, IC95%: -0.87; -0.03). Não houve associação entre as classes 1 e 3 ($\beta = -0.03$, $p = 0,82$, IC95%: -0.31; 0.24). Foi observada associação entre o IMC e uma classe latente, indicando que os adolescentes pertencentes a essa classe apresentaram IMC significativamente menor.

Palavras-chave: Obesidade; Comportamento do adolescente; Tempo de tela.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Trajectories of device-measured physical activity during early childhood and its determinants: findings from the 2015 Pelotas (Brazil) Birth Cohort Study

AUTHORS

Debora Tornquist
Inácio Crochemore-silva
Luciana Tornquist
Grégore Iven Mielke
Joseph Murray
Marlos Rodrigues Domingues

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

Objective: To describe trajectories of physical activity (PA) measured by accelerometry during early childhood and to test associations with sociodemographic, gestational, maternal, and perinatal determinants. **Methods:** Data from 1,798 children from the 2015 Pelotas (Brazil) Birth Cohort were analyzed. PA was measured with wrist accelerometers at 1, 2, and 4 years. PA trajectories were estimated using group-based trajectory modeling, and associations with determinants were tested using Poisson regression with robust variance. **Results:** Two trajectories were identified: Moderate and High PA, both showing a linear increase in PA in the first years but differing in volume. Girls (PR: 0.91; 95%CI: 0.88;0.94), highly educated mothers (PR: 0.93; 95%CI: 0.88;0.97), high birth weight children (PR: 0.91; 95%CI: 0.85;0.97) showed less probability of High PA trajectory. Birth order ≥ 3 (PR: 1.06; 95%CI: 1.01;1.11) was associated with higher likelihood of High PA trajectory. **Conclusions:** Children showed an increase in PA during the first years, with two trajectories that differ in PA levels. Female sex, high maternal schooling, and high birth weight reduced the probability of having a high PA trajectory, while higher birth order increased this probability. These characteristics should be considered when planning PA interventions for children in early childhood.

Palavras-chave: accelerometry; Pediatrics health determinants.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física de estudantes de ensino médio de um colégio público do interior baiano

AUTORES

Deiviani Santos Gallo Silva
Adevaldo Felipe Oliveira Sobrinho
Yan Felipe Rodrigues dos Santos
Andressa Pereira Costa
Daniel de Jesus Torres
Marijunio Rocha Pires

Universidade do Estado da Bahia-Campus XII,
Guanambi, BA.

Avaliar o nível de atividade física de estudantes matriculados em um colégio público do interior baiano. Pesquisa quantitativa, transversal e descritiva, realizada em um colégio público da cidade de Guanambi - Bahia, com população de 506 estudantes e amostra de 77, do ensino médio, de ambos os sexos. Para coleta de dados, utilizou-se um questionário estruturado elaborado pelos autores, aplicado de forma eletrônica com auxílio de smartphones dos participantes, no referido colégio. As variáveis: importância e nível de atividade física, respectivamente, foram analisadas por meio das perguntas "Em sua opinião, qual é a importância da atividade física para a promoção da saúde?" e "Quantos minutos de atividade física aeróbica você faz por semana?", com opções de resposta em escala ordinal. Os dados foram digitados no programa Microsoft Office Excel 2016 e as análises estatísticas realizadas no software SPSS for Windows® versão 20.0. Foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisas da UNEB com CAAE: 60627522.1.0000.0057 e nº. de parecer 5.679.187. A maioria dos discentes (90,9%) consideram que a atividade física tem muita importância para a promoção da saúde, porém 94,8% informaram praticar menos de 150 minutos, de forma moderada. Os estudantes avaliados apresentaram baixos níveis de atividade física, conforme as recomendações atuais, diante disso, é preciso maior entendimento sobre as barreiras para a prática de atividade física, para, a partir disso criar estratégias, no ambiente escolar, que venham a estimular essa prática entre os discentes, podendo contribuir para os adolescentes tornarem-se mais ativos fisicamente.

Palavras-chave: Atividade física; Estudantes; Adolescentes; Escola.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Valores normativos da aptidão cardiorrespiratória em escolares de Lagoa do Carro-PE

AUTORES

Douglas Marques Cavalcanti
Tércio Araújo do Rêgo Barros
Camille Cristine Barbosa Correia
Douglas Eduardo Ferreira Maia
Marcus de Alencar Matos
Rafael dos Santos Henrique

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

A aptidão cardiorrespiratória (ACR) de crianças e adolescentes está associada à promoção de vários benefícios para a saúde, como prática de educação física escolar, prática de atividades físicas e esportivas. Identificar os valores normativos para o desempenho no teste de aptidão cardiorrespiratória de crianças e adolescentes. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS: A amostra foi composta por 1.111 crianças e adolescentes, de ambos os sexos, com idade entre 5 a 12 anos, regularmente matriculados na rede pública de ensino municipal de Lagoa do Carro- PE. A aptidão cardiorrespiratória foi avaliada através do teste de PACER. Os valores normativos foram identificados com base no método LMS, considerando os percentis 5, 10, 25, 50, 75, 90 e 95, para cada sexo e intervalo etário. O gerenciamento de dados e a análise descritiva foram realizados usando o SPSS 23.0. Foi possível observar um aumento no desempenho em função da idade, embora o aumento do incremento anual seja visualmente superior para os de melhor desempenho, i.e., acima do percentil 75. Os dados oferecem parâmetros para a identificação dos níveis de aptidão cardiorrespiratória com influências do sexo e idade em escolares, com baixas condições socioeconômicas. Os dados são úteis para a promoção da saúde envolvendo a aptidão física e cardiorrespiratória, sendo primordiais no campo científico, acadêmico e social.

Palavras-chave: Aptidão cardiorrespiratória; Valores normativos; Crianças; Escolares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Qual a percepção da autoeficácia, autoestima e imagem corporal de adolescentes com sobrepeso/obesidade participantes de um tratamento multidisciplinar com exercícios físicos?

AUTORES

Edirlane Soares do Nascimento
Haryson Rogeres Arcanjo de Oliveira
Erika Araújo Rodrigues
Érica Rodrigues da Silva
José Roberto Andrade do Nascimento Júnior
Yara Lucy Fidelix

Universidade Federal do Vale do São Francisco,
Petrolina, PE.

O objetivo foi traçar o perfil de autoeficácia, autoestima e imagem corporal de adolescentes com sobrepeso e obesidade ao iniciar um tratamento multidisciplinar com exercícios físicos. Os critérios de elegibilidade foram: diagnóstico de sobrepeso/obesidade, idade de 13 a 17 anos e estágio maturacional púbere ou pós púbere. O recrutamento dos adolescentes ocorreu, de janeiro a março de 2023, pelas mídias sociais, tv e programas de rádio local, na cidade de Petrolina-PE. A autoeficácia foi avaliada pela Escala de Autoeficácia Geral Percebida, a autoestima pela escala de Rosenberg e a imagem corporal pelo Body Shape Questionnaire (BSQ) e Escala de Silhuetas Corporais. Utilizou-se estatística descritiva (média e desvio padrão) e o teste t Student. Quarenta e quatro adolescentes (25 meninas), com média de idade de 14,3 ($\pm 1,4$) anos, se voluntariaram para o estudo. Os adolescentes apresentaram, na linha de base, leve insatisfação corporal (BSQ:120,6 \pm 37,2) e escore médio de 29,4 ($\pm 5,4$) para a autoeficácia e de 24,8 ($\pm 6,1$) para a autoestima. Com relação às silhuetas corporais, observou-se o desejo de reduzir três silhuetas (3,6 \pm 1,3) quando comparados à silhueta atual. Quando comparados pelo sexo, os meninos apresentaram maior média para autoeficácia (31,4 \pm 5,0; 27,8 \pm 5,2; $p < 0,03$) e autoestima (27,6 \pm 5,8; 22,7 \pm 5,5; $p < 0,01$). As meninas apresentaram maior insatisfação corporal (137,9 \pm 31,8; 98,0 \pm 31,6; $p < 0,01$) e estão mais insatisfeitas com a silhueta atual (4,2 \pm 1,1; 2,8 \pm 1,0; $p < 0,01$). Conclui-se que os participantes apresentaram boa percepção de autoeficácia e autoestima, leve insatisfação corporal e desejam reduzir o tamanho da silhueta corporal atual.

Palavras-chave: Peso corporal; Insatisfação corporal; Autoimagem.

Apoio: Agradecemos ao Colegiado de Educação Física (CEFIS), ao Programa de Pós-graduação em Educação Física (PPGEF), ao Grupo de Estudos em Psicologia do Esporte e do Exercício (GE-PEEX) da UNIVASF e a todos os envolvidos na pesquisa (profissionais, monitores e adolescentes).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associações do comportamento sedentário entre adolescentes e seus pais de acordo com sexo e nível socioeconômico

AUTORES

Eduardo Duarte de Lima Mesquita
Isabella Cristina Leoci
Amanda Barbosa dos Santos
Enrique Gervasoni Ferreira Leite
Ewerton Pegorelli Antunes
Gustavo dos Santos Druzian
William Rodrigues Tebar
Victor Spiandor Beretta
Wésley Torres
Rômulo Araújo Fernandes
Diego Giuliano Destro Christóforo

Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
Filho. Presidente Prudente, SP.

Tempo gasto em comportamento sedentário (CS) é um fator de risco para a saúde, independente da atividade física. Atualmente, o CS ocorre principalmente pelo tempo despendido em dispositivos eletrônicos. Apesar de conhecido que hábitos dos pais influenciam nos hábitos dos filhos, ainda não está claro se a condição socioeconômica e sexo dos pais influenciam no CS dos filhos. : Analisar as associações do comportamento sedentário entre adolescentes e seus pais de acordo com sexo e nível socioeconômico. 1231 adolescentes com idade entre 12- 17 anos (n = 515 meninos) e 2073 adultos com idade entre 20-76 anos (871 pais) residentes de Londrina-PR participaram deste estudo epidemiológico transversal. Massa corporal e estatura foram mensurados por meio de balança digital e estadiômetro portátil, respectivamente. Idade cronológica, tempo em comportamento sedentário e o nível socioeconômico dos participantes por entrevista. Domínios do comportamento sedentário por quantidade semanal de horas assistindo TV e usando computador. Condição socioeconômica por classificação da Associação Brasileira de Empresas e Pesquisa (ABEP). Análise estatística: Kolmogorov-Smirnov, ANOVA one-way (post-hoc de Bonferroni) e regressão linear. Utilizou-se software SPSS 25.0 e significância definida em 5%. Adolescentes da classe socioeconômica baixa apresentaram associação significativa com tempo de TV de seus pais ($\beta = 0,28[0,18;0,39]$) e mães ($\beta = 0,25[0,17;0,32]$); tempo gasto com computador entre mães e os adolescentes pais ($\beta = 0,57[0,12;1,03]$). Em adolescentes do nível socioeconômico mais baixo, tempo semanal de TV se associa com o de seus pais e, para ambos os domínios de CS, houve associação significativas entre adolescentes e suas mães.

Palavras-chave: Sedentarismo; Saúde da Família; Tempo de tela.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Papel mediador da vitamina D na associação entre massa livre de gordura e parâmetros de força óssea em adolescentes nadadores: *ABCD Growth Study*

AUTORES

Eduardo Duarte de Lima Mesquita

Wésley Torres

Isabella Neto Exupério

Vinícius de Almeida Corrêa

Jacqueline Bexiga Urban

Isabelle Biazon Morimoto

Vitor Afonso Polidoro

Jefferson de Souza Dias

Monique Yndawe Castanho Araujo

Romulo Araújo Fernandes

Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
Filho. Presidente Prudente, SP.

Vitamina D tem tido notoriedade na literatura por desempenhar diversas funções no organismo humano. Baixas concentrações deste metabolito estão associadas a menor produção de força no tecido muscular. Na última década, a literatura vem suscitando o efeito da prática da natação para membros superiores como positiva, entretanto para membros inferiores, o mesmo não ocorre. : Analisar o papel mediador da vitamina D na associação entre massa livre de gordura e parâmetros de força óssea de adolescentes nadadores. Estudo transversal aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE: 57585416.4.0000.5402), envolvendo 26 nadadores de ambos os sexos. Parâmetros de força óssea (índice de força, curvatura rácio e modulo de secção), massa livre de gordura (LST) e adiposidade corporal foram mensuradas por densitometria óssea (DXA). Concentração sérica de vitamina D por análise sanguínea. O engajamento em prática esportiva por entrevista face-a-face. Maturação somática foi estimada. Análise estatística: testes de Shapiro-Wilk, Teste t de Student para amostras independentes, correlação parcial e modelo de equação estrutural. Análises realizadas no software Stata 15.0 com significância em 5%. Modulo de secção apresentou associação significativa de magnitude moderada ($r = 0,561$ [0.22 até 0.77]). Na mediação identificou-se correlação significativa fraca entre vitamina D e modulo de secção ($r = 0,379$ [0.17 até 0.58]) entretanto, não houve demais associações significativas e vitamina D não mediou a associação proposta. Vitamina D apresenta associação de magnitude fraca com modulo de secção e vitamina D parece não mediar a associação entre massa livre de gordura e modulo de secção.

Palavras-chave: Vitamina D; Composição corporal; Tecido ósseo.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Jovens fisicamente mais ativos são mais sábios? Estudo transversal com estudantes do Ensino Médio do Sul do Brasil

AUTORES

Eduardo Gauze Alexandrino
Pâmela Moraes Volz
Leandro Quadro Corrêa
Rodrigo Rodrigues
Michael Pereira da Silva
Samuel de Carvalho Dumith

Universidade Federal do Rio Grande, Rio Grande,
RS.

O objetivo deste estudo foi investigar a associação entre sabedoria e o nível de atividade física (AF) de escolares do extremo sul do Brasil. Realizou-se um estudo transversal com 462 estudantes do ensino médio do Instituto Federal do Rio Grande do Sul, Campus Rio Grande, no segundo semestre de 2022. O nível de AF foi avaliado através do questionário da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, com o recordatório dos últimos sete dias (classificados como ativos aqueles ≥ 300 min/sem, insuficientemente ativos < 300 e inativos). O desfecho “grau de sabedoria” foi avaliado por meio da Escala Abreviada de Sabedoria de San Diego (com pontuação que varia de 7 a 35 pontos), considerou-se com mais sabedoria aqueles com maiores escores. Para avaliar a associação do desfecho com o nível de AF utilizou-se regressão linear múltipla (bruta e ajustada) com resultados expressos através de coeficientes β e IC95%. Observou-se tendência linear de aumento da prevalência ($p = 0,001$) e do escore de sabedoria ($p < 0,001$) conforme o nível de AF. A linearidade se manteve após ajustes, onde a prevalência do maior grau de sabedoria foi de 12,5% entre inativos, 18,2% entre os insuficientemente ativos e 29,9% entre os ativos ($R_p = 1,93$ IC95% = 1,12-3,33). Os ativos tiveram 1,84 pontos a mais no escore de sabedoria (22,2, 23,0 e 24,1 pontos, respectivamente para os inativos, insuficientemente ativos e ativos, $p = 0,003$). Conclui-se que os jovens mais sábios também são os jovens mais ativos fisicamente. Os estudos podem considerar a sabedoria como um possível mediador da AF com desfechos em saúde.

Palavras-chave: Sabedoria; Atividade física; Adolescente..

Apoio: O estudo foi realizado com apoio e recursos da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio Grande do Sul - FAPERGS e com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre nível socioeconômico e aspectos psicossociais relacionados à atividade física de adolescentes de Curitiba-PR

AUTORES

Elden Antonio Schitg
Graziella Meira Gusso Machado
Thamires Gabrielly dos Santos Coco
Adriano Akira Ferreira Hino
Rodrigo Siqueira Reis

Pontifícia Universidade Católica do Paraná,
Curitiba, PR.

Testar a associação entre o nível socioeconômico (NSE) e características psicossociais relacionadas à prática de atividade física (AF) em adolescentes. Procedimentos metodológicos: Inquérito domiciliar transversal (Espaço Adolescentes 2013 - 2014), com uma amostra de 502 adolescentes de 12-17 anos, residentes em 32 setores censitários com diferentes características de walkability e renda. O NSE foi avaliado por meio do Critério de Classificação Econômica Brasil, sendo agrupado em três categorias: a) baixo (C, D e E); b) médio (B1 e B2) e; c) alto (A1 e A2). As variáveis psicossociais relacionadas à AF foram avaliadas por meio de escalas de autoeficácia, apoio social dos pais e amigos, satisfação, motivos e barreiras para AF. Para cada escala calculou-se a média das opções de respostas considerando o tercil superior como desfecho. A associação foi verificada por meio do teste Qui-quadrado adotando um nível de significância de $p < 0,05$, estratificadas por sexo. A amostra foi igualmente distribuída entre os sexos, com média de idade $14,6 \pm 0,08$ anos e 58,6% dos adolescentes de NSE médio. Maior NSE foi associado a maior apoio social dos pais e maior autoeficácia ($p < 0,05$) em ambos os sexos. Maior NSE foi associado a maior apoio social dos pais e amigos somente entre as meninas ($p < 0,05$). Maior NSE mostrou-se associado com características psicossociais importantes as quais podem auxiliar na compreensão de quais mecanismos podem explicar desigualdades nos níveis de AF de adolescentes com diferentes NSE.

Palavras-chave: Nível socioeconômico; Aspectos psicossociais; Adolescentes; Atividade Física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Smartphone/tablet, atividade física e sono em crianças de 5 a 10 anos: uma revisão sistemática e metanálise

AUTORES

Eliane Denise Araújo Bacil
Michael Pereira da Silva
Rafael Vieira Martins
Cristiane Galvão da Costa
João Miguel Torres Duarte
Wagner de Campos

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR.

Atualmente, as crianças usam mais smartphones e tablets do que TV e videogames e esse comportamento pode impactar negativamente a saúde e o desenvolvimento infantil. Trata-se de um estudo de revisão sistemática e metanálise que objetiva verificar a associação entre uso de smartphones/tablets com atividade física e sono em crianças de 5 a 10 anos de idade. Este estudo seguiu as diretrizes do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) e incluiu estudos que atendiam aos critérios de elegibilidade com base na população (crianças de 5 a 10 anos), exposição (smartphone e/ou tablet) e desfecho (atividade física e sono). A busca foi realizada em janeiro de 2023 nas bases de dados de periódicos eletrônicos: Pubmed, Embase, Web of Science, Science Direct, Scopus, PsycNET e Lilacs, sem restrição de período. Foram identificados 2396 artigos potencialmente relevantes e 17 artigos preencheram os critérios de inclusão. Para a metanálise foram extraídos: Beta (β), erro padrão (EP) e intervalos de confiança de 95% (IC95%) usando modelos de efeitos fixos e aleatórios. A metanálise identificou que crianças com menor tempo de uso de smartphones e/ou tablets praticavam mais atividade física (OR = 1,19; IC 95% = 1,03-1,37). Adicionalmente, crianças que usavam mais smartphones e/ou tablets apresentavam mais chance de ter menor duração (OR = 1,79; IC 95% = 1,72-1,86) e pior qualidade do sono (OR = 1,53; IC 95% = 1,41-1,65). Conclui-se que o uso excessivo de smartphones e/ou tablets pode prejudicar o nível de atividade física e o sono de crianças em desenvolvimento.

Palavras-chave: Criança; Smartphone; Atividade física; Sono; Desenvolvimento da criança.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação do *bullying* com a qualidade de vida em estudantes do ensino médio

AUTORES

Emily Crichton Cruz
Priscila Cristina dos Santos
Bruno Nunes de Oliveira
Marcus Vinicius Veber Lopes
Kelly Samara da Silva
André Ferreira Cavalheiro

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar a associação entre episódios de *bullying* e a percepção da qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) em estudantes do ensino médio dos Institutos Federais da Grande Florianópolis. Procedimentos metodológicos: Todos os estudantes do ensino médio integrado ao técnico dos três Institutos Federais da Grande Florianópolis foram convidados a participar deste estudo. Um questionário padronizado foi utilizado para obter informações sobre a percepção dos estudantes referente a sofrer ou não *bullying* nos últimos 30 dias. A QVRS foi avaliada por meio do escore do KIDSCREEN Index 10. Regressão linear multinível ajustada por sexo, idade e escolaridade da mãe foi realizada para avaliar a associação entre *bullying* e a QVRS. Dos 826 participantes (50,2% do sexo feminino e média de idade 16,4 anos), 43,8% foram vítimas de *bullying* nos últimos 30 dias, e o escore médio da QVRS foi de 40,6 (faixa de 0 a 100). Os resultados mostraram que adolescentes vítimas de *bullying* apresentaram baixos escores de QVRS quando comparados àqueles que não sofreram *bullying* ($\beta = -3,06$; IC95%: $-3,94$; $-2,18$). Adolescentes vítimas de *bullying* apresentam uma percepção desfavorável da QVRS em relação aos seus pares. Políticas públicas e ações educativas e de conscientização dos malefícios do *bullying* dentro e fora das escolas para a saúde e o bem-estar do adolescente devem ser adotadas em diferentes contextos sociais.

Palavras-chave: *Bullying*; Estudantes; Qualidade de vida.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação de componentes da aptidão física e perfil antropométrico de alunos de voleibol e futsal de um projeto social de Porto Alegre: um estudo de caso

AUTORES

Enzo Guerra
Felipe Maffei
Pedro Schons
Guilherme Droescher de Vargas
Luiz Fernando Martins Kruehl
Artur Avelino Birk Preissler

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

É de conhecimento geral que o esporte pode contribuir para a manutenção ou melhora de marcadores de aptidão física, porém a evasão esportiva se apresenta como um fenômeno comum, ainda mais evidenciado em crianças e adolescentes. Nesse contexto, com um caráter mais informal e lúdico, os projetos sociais podem servir como uma opção de prática esportiva de diferentes modalidades para crianças e adolescentes, promovendo saúde através da manutenção ou da melhora desses marcadores. O presente estudo buscou verificar se existem diferenças entre as modalidades de futsal e voleibol através de uma comparação da aptidão física e perfil antropométrico de alunos de um projeto social de Porto Alegre. Participaram do estudo 33 alunos do sexo masculino, sendo 17 praticantes de Futsal e 16 de Voleibol. Os alunos foram submetidos às avaliações de acordo com o protocolo PROESP-BR (estatura, massa corporal, envergadura, sprint 20m, teste do quadrado 4x4 e salto horizontal). Os dados foram descritos através de média e desvio padrão. Para as comparações entre as variáveis mensuradas foi utilizado o teste T pareado. Não foram encontradas diferenças significativas nas comparações entre os grupos futsal e voleibol para nenhuma das variáveis observadas ($p > 0.05$). Foi verificado que não há diferença significativa no perfil antropométrico e aptidão física entre crianças praticantes de Futsal e Voleibol em um projeto social. Desse modo sugerimos que o importante é o incentivo a prática esportiva, ao se comparar essas duas modalidades.

Palavras-chave: Escola; Voleibol; Futsal; Aptidão física; Jovens atletas.

Apoio: CNPq, CAPES e PROEXT-UFRGS.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS

Saúde dos pés e o ajuste do calçado de escolares



AUTORES

Fabício Lúcio Neves de Lima
Mayza Batalha Mendonça de Lima
João Otacílio Libardoni dos Santos

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, AM.

Consistiu em analisar a relação entre o comprimento dos pés e o comprimento do calçado utilizado por estudantes da rede municipal de ensino da cidade de Manaus - Am. Participaram da pesquisa 110 escolares de ambos os sexos, sendo, 61 meninos e 49 meninas com idade entre 6 e 11 anos. Para mensuração do comprimento dos pés e comprimento do calçado foi utilizado um paquímetro digital da marca ZAAS 300mm. O comprimento máximo dos pés se deu a partir da distância da parte posterior do calcanhar até a ponta do dedo mais longo, em posição ortostática e apoio bipodal. O comprimento do calçado foi estimado a partir da mensuração do comprimento da palmilha, medindo-se a partir da porção posterior até a porção mais anterior. A partir das duas medidas, o ajuste do calçado, foi classificado levando-se em consideração a norma técnica NBR 16260:2014 onde está estabelecido que a folga do calçado devidamente ajustado deve compreender a tolerância de quatro a oito milímetros durante a fase de apoio bípede. Os dados foram analisados a partir da estatística descritiva simples realizada em software Excel 2020. Entre amostra geral, 53% dos escolares apresentam um ajuste do calçado adequado, meninas e meninos apresentam respectivamente 20% e 8% o uso de calçados que apertam os pés. O ajuste correto do calçado pode ser relacionado a lesões, calosidades e deformidades nos pés, desse modo é imprescindível, a utilização de um calçado que acomode de forma satisfatória a morfologia dos pés.

Palavras-chave: Saúde dos pés; Calçados; Escolares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Prevalência e fatores associados ao cumprimento das recomendações de atividade física, tempo de tela e sono entre adolescentes brasileiros: resultados do Erica

AUTORES

Felipe Vogt Cureau
Camila Wohlgemuth Schaan
Beatriz D. Schaan

Universidade Federal do Rio Grande do Norte

Avaliar a prevalência e fatores associados ao cumprimento das diretrizes de atividade física, tempo de tela e sono em adolescentes brasileiros. Estudo transversal, multicêntrico de base escolar com adolescentes com idades entre 12-17 anos. Os dados sobre atividade física, sono e tempo de tela foram coletados por meio de um questionário autoadministrado utilizando um assistente digital pessoal para inserir os dados. Modelos de regressão de Poisson foram utilizados para examinar as associações entre as covariáveis (sexo, idade, status socioeconômico, região, cor da pele e turno escolar) e o cumprimento das diretrizes de comportamentos de movimento. No total, 58.535 adolescentes foram incluídos. Apenas 8,7% dos adolescentes cumpriram todas as três diretrizes de movimento, enquanto a prevalência daqueles que cumpriram as diretrizes de atividade física, tempo de tela e duração do sono foi de 46,4%, 42,5% e 40%, respectivamente. Além disso, o sexo masculino ($R_p = 1,61$; IC95%:1,37-1,88), a faixa etária de 14-15 anos ($R_p = 1,35$; IC95%: 1,13-1,62), a cor da pele negra ou parda ($R_p = 1,16$; IC95%: 1,01-1,33) e estudar no turno da tarde ($R_p = 1,40$; IC95%: 1,17-1,69) foram associados com maior prevalência de cumprimento de todas as diretrizes de comportamentos de movimento. No entanto, morar nas regiões sul ($R_p = 0,59$; IC95%: 0,48-0,73) e sudeste ($R_p = 0,69$; IC95%:0,58-0,82) associou-se com menor prevalência. A prevalência de adolescentes brasileiros que cumpriram todas as três diretrizes de comportamentos de movimento foi baixa. Adolescentes que vivem em regiões menos desenvolvidas mostraram maior adesão às diretrizes de movimento, sugerindo um possível impacto do processo de urbanização nesses comportamentos.

Palavras-chave: Atividade motora; Tempo de tela; Duração do sono.

Apoio: Financiamento: FINEP, CNPq, CAPES e FIPE-HCPA. Publicação associada: Schaan, CW; Schaan, BD; Cureau, FV. Prevalence and correlates of meeting physical activity, screen time and sleep duration guidelines among Brazilian adolescents: findings from ERICA. *Applied Physiology Nutrition and Metabolism*, v. 47, p. 1, 2022. <http://dx.doi.org/10.1139/apnm-2021-0447>



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Função pulmonar e capacidade funcional de pacientes com fibrose cística com idade escolar internados em um centro de referência

AUTORES

Franciele Ramos Figueira
Leonardo Moreira Porto Alegre

Hospital de Clínicas de Porto Alegre, Porto Alegre, RS.

Descrever a função pulmonar (FP) e a capacidade funcional cardiorrespiratória (CFC) de pacientes pediátricos internados com Fibrose Cística (FC) em um centro de referência. Foram acompanhados pacientes com FC com idade entre 4 e 17 anos, internados no Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA) no período de dezembro de 2022 a junho de 2023. As variáveis avaliadas foram coletadas através dos prontuários dos pacientes, sendo elas: dados sociodemográficos, motivo de internação, peso, altura, índice de massa corporal, tempo de internação, variante genética, FP através da espirometria e CFC através do teste de caminhada de 6 minutos (TC6M). Foram incluídos no estudo 13 pacientes neste período, onde 53,8% eram do sexo masculino e 46,2% do sexo feminino, com idade média de $10,9 \pm 4,2$ anos. A maioria dos pacientes apresentaram a variante genética $\Delta F508$ (84,6%), considerada a mais comum entre os fibrocísticos. Na espirometria o paciente com o VEF1 mais baixo foi de 30% do previsto para a idade (grave) e o mais alto 97% (normal) e a média geral foi de 67,7% (moderado). Observa-se que pacientes em idade escolar que necessitam de internação hospitalar, apresentam em sua maioria uma função pulmonar moderada e um bom desempenho no TC6M, atingindo em média 77,6% da metragem prevista para sua idade. Conhecer a FP e CFC de crianças que apresentam FC é importante para a construção da linha de cuidado no tratamento, considerando as orientações de atividades físicas na vida diária no pós-alta.

Palavras-chave: Fibrose cística; Testes de função respiratória; Teste de caminhada.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Adiposidade é mediadora da relação entre aptidão física e desempenho motor em adolescentes insuficientemente ativos?

AUTORES

Frederico Bento de Moraes Junior
Maiara Cristina Tadiotto
Patrícia Ribeiro Paes Corazza
Francisco José de Menezes Junior
Tatiana Affornali Tozo
Caroline Brand
Neiva Leite

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR.

O excesso de peso aliado a redução da aptidão física (AF) são fatores de riscos à saúde da população infantojuvenil, que combinados também podem gerar atrasos no desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais como a ação de levantar-se do chão. : Verificar o papel mediador da adiposidade na associação entre a AF e o desempenho motor em adolescentes insuficientemente ativos. Participaram 66 adolescentes, 10-16 anos, ambos os sexos, avaliados em: a) Antropometria (peso, estatura, circunferência da cintura, razão cintura-estatura (RCE)); b) Composição corporal (Bioimpedância); c) AF (aptidão cardiorrespiratória (ACR) método Shuttle Run Test; força de preensão manual e resistência muscular abdominal); d) desempenho motor pelo teste Supine-to-Stand (STSTest), avaliado pelo tempo de execução (STSTIME) e a pontuação dos padrões motores utilizados (STSCM). As relações entre as variáveis foram determinadas por modelos de regressão linear estabelecendo um nível de significância de $p \leq 0,05$. Maior tempo para realizar o STSTIME está associado a maior percentual de massa gorda (%MG) ($r = 0,71$; $p < 0,001$) e menor ACR ($r = -0,70$; $p < 0,001$), enquanto melhor pontuação no STSCM está associado a menor %MG ($r = -0,74$; $p < 0,001$) e maior ACR ($r = 0,77$; $p < 0,001$). RCE, %MG e percentual de massa livre de gordura (%MLG) mostraram influências mediadoras, atenuando de 59 a 68% a relação entre as variáveis AF com STSTIME e STSCM. Maior adiposidade, independente do parâmetro adotado, exerce papel moderador na associação entre a AF e o STSTest, prejudicando em aproximadamente dois terços a qualidade do movimento e o tempo de execução.

Palavras-chave: Adolescente; Adiposidade; Aptidão física; Análise de mediação; Competência motora.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comportamentos de movimento no caminho de percepção de ameaça da doença do coronavírus e sintomas depressivos entre adolescentes brasileiros: uma análise de equação estrutural

AUTORES

Gabriel Pereira Maciel
Iraide Etelvina Lopes
Victor Hugo Santos de Castro
Evelyne Ferreira de Castro Moreno
Valter Cordeiro Barbosa Filho
Kelly Samara da Silva

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Nosso objetivo foi analisar os efeitos diretos e indiretos entre a percepção de ameaça do coronavírus, comportamentos de movimento de 24 horas e sintomas depressivos entre adolescentes. Estudo transversal, conduzido entre agosto e outubro de 2021 com 1.303 adolescentes (50,96% meninas; idade $M = 16,32$, $Dp = 1,10$), no estado do Ceará. Instrumentos online foram utilizados para medir a percepção de ameaça do coronavírus (variável independente) e a Escala de Depressão do Centro de Estudos Epidemiológicos para sintomas depressivos (variável dependente). Potenciais mediadores foram atividade física, tempo de tela recreativo e sono. Idade, sexo, educação do chefe de família e índice de massa corporal foram variáveis confundidoras. O modelo de equações estruturais estimou os coeficientes padronizados (β) para efeitos totais, diretos e indiretos, considerando o intervalo de confiança de 95% (IC). O modelo se ajustou bem: $X^2 = 0,160$; CFI = 0,997; TLI = 0,921; RMSEA = 0,027, IC 90% [0,00;0,08]; SRMR = 0,006. A percepção de ameaça do coronavírus ($\beta:0,163$; valor de $p < 0,001$), atividade física ($\beta:-0,084$; valor de $p < 0,01$), tempo de tela recreativo ($\beta:0,130$; valor de $p < 0,001$) e duração do sono ($\beta:-0,167$; valor de $p < 0,001$) estavam associados a sintomas depressivos. Não foram observados efeitos significativos entre a percepção de ameaça do coronavírus e os comportamentos de movimento; portanto, o efeito de mediação não foi confirmado. Assim, uma maior preocupação com a pandemia se relaciona à sintomas depressivos em estudantes, independentemente dos comportamentos de movimento. Esse conhecimento é fundamental para lidar com as consequências da pandemia e crises futuras que afetam a saúde mental dos adolescentes.

Palavras-chave: Adolescência; Sintomas depressivos; Atividade física; Tempo de tela; Sono.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação entre coordenação motora grossa e desempenho acadêmico de crianças e adolescentes

AUTORES

Gabrielle Ceci Costa Couceiro
Rostand de Souza Lira Filho
Cássio Henrique Correia de Moura
Ana Beatriz Félix Lourenço
Noadia Maria Guimarães da Silva
Rafael dos Santos Henrique

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Verificar a relação entre coordenação motora grossa (CMG) e o desempenho acadêmico em Português e Matemática em crianças e adolescentes. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS: A amostra foi composta por 743 indivíduos de ambos os sexos (380 meninas) com idade de 5 a 15 anos ($9,57 \pm 2,31$) matriculados nas escolas da rede pública de ensino de Lagoa do Carro. Os dados de desempenho acadêmico foram obtidos a partir do resultado da prova do SAEPE, fornecida pela Secretaria de Educação. A CMG foi avaliada com a bateria Körperkoordinationstest für Kinder (KTK), que inclui quatro testes: (i) equilíbrio à retaguarda, (ii) saltos monopodais, (iii) saltos laterais, e (iv) transposição lateral. A relação entre as variáveis foi verificada pela correlação de Pearson. Foram verificadas correlações positivas, de baixa magnitude, entre o desempenho acadêmico em Português e Matemática com a pontuação obtida nos testes de equilíbrio à retaguarda ($r = 0,12$ e $0,11$, respectivamente), transposição lateral ($r = 0,09$ e $0,08$, respectivamente) e escore total de CMG ($r = 0,10$ e $0,09$, respectivamente). Conclui-se que há uma baixa correlação entre desempenho acadêmico e CMG. Assim, um maior desempenho acadêmico não influenciou em um maior nível de CMG de crianças e adolescentes de Lagoa do Carro.

Palavras-chave: Coordenação motora grossa; Desempenho acadêmico; Crianças e adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre clusters de comportamentos do estilo de vida e isolamento social entre adolescentes brasileiros

AUTORES

Gislaine Terezinha do Amaral Nienov
Julianne Fic Alves
Marcus Vinicius Veber Lopes
Diego Itibere Cunha Vasconcellos
Thiago Sousa Matias

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O objetivo deste estudo foi investigar a associação entre clusters de comportamentos do estilo de vida e isolamento social de adolescentes brasileiros. Trata-se de um estudo transversal de análise secundária da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2015. Estudantes do 9º ano matriculados em 3.040 escolas do Brasil responderam ao questionário da pesquisa e foram analisados. A formação dos clusters de estilo de vida foi validada em estudo prévio e três comportamentos foram imputados: atividade física de lazer (dias na semana), tempo sentado (horas no dia) e o consumo semanal de alimentos saudáveis (frutas e verduras) e não saudáveis (ex. salgadinhos, doces e alimentos ultra-processados). O isolamento social foi avaliado por dois indicadores (percepção de solidão e número de amigos próximos). A análise TwoStep cluster foi utilizada para caracterizar o estilo de vida. A regressão logística binária ajustada foi utilizada para as associações. Três clusters foram observados em 100.794 adolescentes. Aqueles no cluster “Health-promoting SB and diet” [(32,6%); OR = 0,69; IC95% = 0,62-0,76] e “Health-promoting PA and diet” [(44,9%); OR = 0,73; IC95% = 0,67-0,79] apresentaram menor probabilidade de solidão em comparação com aqueles do cluster “Health-risk” (22,5%). Aqueles do cluster “Health-promoting PA and diet” tinham maior probabilidade de relatar ter amigos próximos (OR = 1,19; IC95% = 1,00-1,41) do que os no cluster de “Health-risk”. Adolescentes com melhores estilos de vida parecem estar mais protegidos para o isolamento social. Relações causais não podem ser inferidas deste estudo, entretanto, um estilo de vida mais positivo pode refletir comportamentos pró-sociais na vida dos jovens.

Palavras-chave: Estilo de vida saudável; Solidão; Saúde mental; Inquéritos Epidemiológicos; Atividade motora.

Apoio: Agradecemos à Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), ao Núcleo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde (NuPAF)- UFSC e aos colaboradores do grupo de Pesquisa em Motivação e Movimento Humano (MOTUS)- UFSC.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Desigualdades de sexo e nível socioeconômico nas trajetórias de atividade física dos 18 aos 22 anos na coorte de nascimentos de 1993 (Pelotas/RS)

AUTORES

Giulia Salaberry Leite
Otavio Amaral de Andrade Leão
Bruna Gonçalves Cordeiro da Silva
Helen Denise Gonçalves da Silva
Inácio Crochemore-silva

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

O objetivo desse estudo foi avaliar as mudanças dos níveis de Atividade Física (AF) total e especificamente no lazer na transição do final da adolescência para o início da vida adulta e verificar possíveis desigualdades nas mudanças de acordo com sexo e nível socioeconômico. Trata-se de um estudo longitudinal utilizando dados dos acompanhamentos dos 18 aos 22 anos da Coorte de Nascimentos de 1993 de Pelotas (RS). A AF foi mensurada por meio de acelerometria, estimando o tempo total de AF moderada e vigorosa, incluindo todos os domínios (lazer, deslocamento, trabalho, domésticas). Além disso, aos 18 e 22 anos os participantes responderam a questionários de lazer abordando frequência semanal e duração das práticas, estimando a AF de lazer. Sexo e nível socioeconômico, foram utilizados como dimensões de desigualdade. Foram realizadas análises descritivas considerando medidas de tendência central e variabilidade. Para AF de lazer medida pelos questionários, observou-se um declínio dos 18 (média de 203 min/sem) aos 22 anos (média de 151,9 min/sem). Além disso, os homens apresentavam maior média de AF no lazer nos dois acompanhamentos em relação as mulheres e essa desigualdade de sexo diminuiu dos 18 aos 22 anos, devido à redução mais drástica de AF entre os homens. A média de AF de lazer entre os mais ricos foi cerca de duas vezes maior do que a dos mais pobres, mantendo-se dos 18 aos 22 anos. A AF total medida por acelerometria, também diminuiu no período avaliado, sendo maior entre os homens e o grupo mais pobre apresentou um tempo total de AF maior que os mais ricos. Nessas análises não houveram mudanças relevantes na magnitude das desigualdades analisadas. Os resultados mostraram diminuição dos níveis de AF dos 18 aos 22 anos indiferente do tipo de medida. Desigualdades de sexo e nível socioeconômico avaliadas ao longo do tempo foram específicas ao tipo de medida e demonstram a importância de serem consideradas para subsidiar estratégias de promoção de AF.

Palavras-chave: Atividade Física; Desigualdades em saúde; Ciclo vital; Longitudinal; Adolescentes.

Apoio: A execução do presente estudo conta com financiamento de Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) por meio da concessão de bolsa de doutorado.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre o comportamento sedentário e variáveis sociodemográficas em adolescentes do Pantanal sul mato-grossense

AUTORES

Guilherme Henrique Olanda Oliveira
Edineia Aparecida Gomes Ribeiro

Universidade Federal de Mato Grosso do Sul,
Pioneiros, MS.

Verificar a existência de associação entre o comportamento sedentário (CS) e as variáveis sociodemográficas em adolescentes do Pantanal Sul-Mato-Grossense. Trata-se de um estudo transversal realizado com 1.115 adolescentes, dos sexos feminino e masculino, de Corumbá e Ladário, Mato Grosso do Sul. Fizeram parte do estudo 612 moças (51,8%) com idade de 14 a 19 anos. Foi utilizado o questionário de Comportamento dos Adolescentes Catarinenses. O CS foi definido como o tempo sentado assistindo TV, jogando videogame e em deslocamento inativo. O ponto de corte adotado para o CS foi ≥ 3 horas. Para as análises foram utilizadas a estatística descritiva e o teste de Qui-quadrado, com nível de significância de $p < 0,05$, por meio do SPSS. Observou-se que 30,8% dos adolescentes permaneceram mais que 3h assistindo TV e 24,5% jogando vídeo game durante a semana. Discretamente, essa proporção aumentou quando analisado os comportamentos no final de semana, sendo 31,9% e 35,6%, respectivamente. Além disso, 36,5% dos jovens relataram utilizar meios de transporte motorizados para o deslocamento. O CS (tempo sentado assistindo TV e jogando videogame) durante a semana teve relação com sexo ($p = 0,043$), enquanto que o deslocamento inativo apresentou relação com o sexo ($p < 0,001$), a série escolar ($p = 0,025$) e o turno das aulas ($p = 0,018$). Conclui-se que os diferentes comportamentos sedentários fazem parte do estilo de vida de adolescentes do Pantanal Sul-Mato-Grossense e existe associação entre o deslocamento e as variáveis sociodemográficas.

Palavras-chave: Adolescente; Comportamento sedentário; Epidemiologia.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Fadiga relacionada ao câncer autorrelatada pelos pais de crianças e adolescentes em tratamento oncológico

AUTORES

Herber Orlando Benitez
Licelli Amante Cardoso
Ingrid Alessandra Victoria Wolin
Micheli Carminatti
Isadora Dalla Lana
Cíntia de La Rocha Freitas

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Avaliar o efeito da intervenção domiciliar na redução dos índices de fadiga relacionada ao câncer, autorrelatada pelos pais de pacientes infantojuvenis em tratamento oncológico. **PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS:** Foi realizado um ensaio clínico não controlado, unicêntrico, registrado no Registro Brasileiro de Ensaio Clínico e aprovado pelos Comitês de Ética da Universidade Federal de Santa Catarina e do Hospital no qual o estudo foi realizado. A amostra incluiu pacientes ambulatoriais em tratamento oncológico, submetidos a um programa não supervisionado de intervenção domiciliar, por meio de cartilhas, com duração de 12 semanas. A fadiga autorrelatada foi avaliada pela Escala Multidimensional de Cansaço PedsQL™, utilizada para pais/responsáveis de crianças e adolescentes com câncer, nas dimensões gerais, sono, mental e total. As pontuações variam de 0 a 100, sendo que as pontuações mais altas indicam menores sintomas de fadiga. A análise pré e pós-intervenção foi realizada por meio do teste t de Student para dados pareados. Participaram 25 crianças e adolescentes (14 meninos, 9,1 ± 3,6 anos), sendo 80% em tratamento por quimioterapia. Observaram-se melhorias significativas da fadiga nas dimensões cansaço geral (53,1 ± 20,4 e 62,1 ± 21,7; p = 0,01) e cansaço total (60,2 ± 15,1 e 65,2 ± 17,3; p = 0,01) após a intervenção domiciliar. Porém, não foram encontradas diferenças estatísticas significantes nas dimensões sono (58,1 ± 20,8 e 66,1 ± 18,9; p = 0,99) e cansaço mental (69,3 ± 24,6 e 67,3 ± 24,3; p = 0,44). O programa de atividade física domiciliar apresentou-se eficaz na redução da fadiga nas dimensões cansaço geral e cansaço total, segundo o relatado pelos pais/responsáveis dos pacientes em tratamento oncológico.

Palavras-chave: Fadiga; Atividade Física; Crianças sobreviventes ao câncer.

Apoio: Programa de Pós-graduação em Educação Física (PPGEF) Grupo de Estudos em Exercício Clínico (GPEC) Centro de Desportos (CDS) Hospital Infantil Joana de Gusmão (HIJG).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Apoio social e práticas de atividade física em adolescentes: uma análise longitudinal

AUTORES

Ially Rayssa Dias Moura
Tayse Guedes Cabral
Juliana Maria da Penha Freire Silva
Eduarda Cristina da Costa Silva
José Cazuya de Farias Júnior

Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, PB.

O presente estudo teve como objetivo analisar longitudinalmente a associação dos tipos e fontes de apoio social (AS) com práticas de atividade física (AF) em adolescentes. Estudo observacional longitudinal, com 330 adolescentes (50,6% do sexo feminino), de 10 a 13 anos de idade, de escolas públicas da Paraíba, Nordeste do Brasil, acompanhados por quatro anos (2014 a 2017). O AS foi mensurado por uma escala com cinco itens (incentivar, praticar junto, transportar/convidar, assistir e comentar) para cada fonte de AS (pai, mãe e amigos), e foi determinado um escore de AS para o tipo emocional (ASE) e instrumental (ASI). A AF foi mensurada por meio de questionário e produzidos escores de tempo (minutos/semana) de prática de esportes (EP), exercícios físicos (EF), atividades recreativas (AR) e deslocamento ativo (DA). O ASE e ASI, fornecidos pelo pai, mãe e amigos, se associaram de forma positiva e significativa com o tempo de prática em EP, EF e AR, e ao DA ($p \leq 0,05$) quando fornecido pela mãe. O ASI, fornecido pelos amigos, apresentou maior magnitude de associação com o tempo de prática de EP (ASI - $\beta = 21,69$; IC95%: 16,79; 26,58 vs. ASE - $\beta = 12,13$; IC95%: 8,58; 15,68) e de AR (ASI - $\beta = 19,27$; IC95%: 14,78; 23,76 vs. ASE - $\beta = 9,69$; IC95%: 6,07; 13,30) comparado ao ASE. Em geral, adolescentes que recebiam ASE ou ASI por parte dos pais e amigos apresentaram maior envolvimento nas práticas de EP, EF e AR.

Palavras-chave: Apoio social; Atividade motora; Adolescentes; Estudos longitudinais.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação entre letramento corporal e coordenação motora em escolares de Lagoa do Carro-PE

AUTORES

Igor Rodrigues de Souza Sobral
Ana Beatriz Félix Lourenço
Nayara de Souza Oliveira
Rostand de Souza Lira Filho
João Paulo Bezerra de Freitas
Rafael dos Santos Henrique

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Letramento corporal e coordenação motora são fatores relevantes para a adoção de um estilo de vida ativo e saudável, embora a relação entre tais fatores não esteja bem estabelecida. Sendo assim, o objetivo deste estudo é verificar a relação existente entre os domínios psicológicos e cognitivos do letramento corporal com a coordenação motora (CM) de escolares. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS: A amostra compreende 997 crianças e adolescentes, de 8 a 12 anos de idade ($8,89 \pm 2,11$ anos), de doze escolas públicas de Lagoa do Carro - Pernambuco. A CM foi avaliada com a bateria Körperkoordinationstest für Kinder (KTK), que inclui quatro testes: equilíbrio à retaguarda (ER), saltos laterais (SL), saltos monopodais (SM) e transposição lateral (TL). A soma de pontos nos testes foi utilizada como medida de desempenho. Domínios cognitivos e psicológicos foram avaliados com questionários de conhecimento e compreensão, e de motivação e confiança, respectivamente, do Canadian Assessment of Physical Literacy-2. A relação entre as variáveis foi verificada com a correlação de Pearson, considerando um $p < 0,05$ com significante. O domínio cognitivo esteve positivamente associado ao desempenho em todos os testes de CM (r entre 0,09 e 0,13; $p < 0,001$), com exceção do ER. Já o domínio psicológico esteve positivamente relacionado ao desempenho nos testes de TL ($r = 0,10$; $p < 0,001$), SM ($r = 0,10$; $p < 0,001$) e escore total de CM ($r = 0,10$; $p < 0,001$). Apesar da baixa magnitude das relações observadas, existe correlação entre CM e letramento corporal entre crianças e adolescentes de Lagoa do Carro-PE.

Palavras-chave: Letramento corporal; Coordenação motora; Crianças e adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A capacidade funcional em crianças e adolescentes durante o tratamento oncológico é influenciada negativamente pela idade e fadiga relacionada ao câncer

AUTORES

Ingrid Alessandra Victoria Wolin
Licelli Amante Cardoso
Micheli Carminatti
Herber Orlando Benitez
Mariana Alonso Etchemendy
Cíntia de La Rocha Freitas

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Avaliar a associação entre a força muscular (FM), o comportamento sedentário (CS) e a fadiga (Fd) relacionada ao câncer na capacidade funcional (CF) de pacientes infantojuvenis em tratamento oncológico. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS: Estudo transversal, unicêntrico, realizado em um hospital de Florianópolis-SC, com pacientes ambulatoriais em tratamento oncológico. O CS foi avaliado pelo questionário de Costa e Assis (2011), analisado por tempo de tela. A FM dos flexores e extensores de cotovelo e joelho foi avaliada pelo dinamômetro manual (microFET2 HHD), utilizando-se as médias em newtons/metro. A Fd foi avaliada pela Escala Multidimensional de Cansaço PedsQL™ (geral, sono, mental e total). A CF foi medida com o teste "TUG". A análise de associação foi realizada mediante Regressão Múltipla. Participaram 25 crianças e adolescentes (14 meninos, $9,1 \pm 3,6$ anos), 80% em quimioterapia. A CF apresentou uma média de $9,96 \pm 1,69$ segundos (valores esperados 6 a 8 segundos). No modelo de regressão linear ajustado ($R-Sq = 77\%$, $R-Sq(adj) = 52\%$), a Fd-geral apresentou um $\beta = 0,10$ e $p = 0,01$ e o câncer sólido um $\beta = -1,81$ e $p = 0,06$. Porém, no modelo ajustado por Stepwise ($R-Sq = 47\%$, $R-Sq(adj) = 35\%$) a idade apresentou um $\beta = -0,36$ e $p = 0,001$, Fd-geral apresentou um $\beta = 0,06$ e $p = 0,08$ e a Fd-mental apresentou um $\beta = -0,04$ e $p = 0,07$. CF tem multicolinearidade com Fd-geral (3,027), Fd-mental (2,79), CS dias de semana (1,21) e Idade (1,19). Os dados indicaram que a CF é influenciada negativamente pela idade do paciente e Fd relacionada ao câncer.

Palavras-chave: Tempo de sedentarismo; Fadiga; Crianças sobreviventes ao câncer.

Apoio: Programa de Pós-Graduação em Educação Física (PPGEF) Grupo de Estudos em Exercício Clínico (GPEC) Centro de Desportos (CDS) Hospital Infantil Joana de Gusmão (HIJG).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Diferenças entre os hábitos de vida de escolares do Rio Grande do Sul praticantes de judô ou jiu-jitsu e não praticantes

AUTORES

Ingrid Claudia Pereira dos Santos
Bruna Nichele da Rosa
Cláudia Tarragô Candotti

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Identificar a diferença entre os hábitos de vida e a presença de dor nas costas de escolares do Rio Grande do Sul praticantes de judô ou jiu-jitsu e não praticantes. Este estudo comparativo transversal teve uma amostra de 73 participantes divididos em: 37 praticantes de judô e jiu-jitsu (GJJ) e 36 não praticantes (GNP). O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal Rio Grande do Sul (CAAE 43296321.2.0000.5347). Foi utilizado o questionário BackPEI, para avaliar hábitos, postura e dor nas costas. A análise estatística foi realizada utilizando testes Qui-quadrado e T independente. O GJJ foi composto por 62% do sexo masculino, com média de idade 14 anos ($dp \pm 0,7$), enquanto GNP, 61% do sexo masculino, e média de idade de 13 anos ($dp \pm 0,4$). Constatou-se que o GJJ tem maior presença e frequência semanal de exercício físico ($p = 0,018$), enquanto o GNP tem maior tempo de uso do computador diariamente ($p = 0,007$). Em relação à postura ao usar o computador ($p = 0,034$) e sentar-se em um banco ($p = 0,013$), o GNP apresenta mais participantes com hábitos posturais não adequados. Se observa uma maior prevalência de dor nas costas dos indivíduos do GNP ($p = 0,007$). Jovens que praticam judô e/ou jiu-jitsu regularmente têm menos tempo de tela e posturas inadequadas, enquanto aqueles que usam mais o computador são mais propensos a posturas inadequadas e dores nas costas devido à falta de atividade física e longos períodos sedentários.

Palavras-chave: Esportes; Comportamento sedentário; Postura.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Força muscular alométrica de adolescentes: um estudo de tendência secular de 10 anos

AUTORES

Jean Carlos Parmigiani de Marco
Tiago Rodrigues de Lima
Wladimir Külkamp
André de Araújo Pinto
Andreia Pelegrini

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar a tendência secular da força muscular alométrica em adolescentes no período de uma década e identificar a associação com fatores sociodemográficos, comportamentais e biológicos. Foram coletadas informações de 657 e 1004 adolescentes (14 a 19 anos) nos anos de 2007 e 2017/18, respectivamente, matriculados em escolas públicas da rede estadual de Florianópolis-SC. A variável dependente consiste na força muscular, avaliada através da força de prensão manual. As variáveis independentes foram a atividade física, comportamento sedentário, gordura corporal relativa e massa livre de gordura, maturação sexual e variáveis sociodemográficas (idade, sexo e nível econômico). Foram utilizadas estatísticas descritivas, métodos alométricos, análise de covariância e regressão linear múltipla hierárquica. Ao comparar a força muscular normalizada entre os inquéritos, nota-se uma tendência secular negativa em ambos os sexos ($p < 0,001$). Nos meninos, foram observadas associações positivas da força muscular normalizada com idade e massa livre de gordura em ambos os inquéritos, e somente em 2017/18, associações positivas com maturação sexual e negativa com tempo sentado e gordura corporal relativa. Nas meninas, em ambos os inquéritos, a massa livre de gordura se associou positivamente com a força muscular normalizada, especificamente em 2007, houve associações positivas com a idade e atividade física vigorosa, já em 2017/18, observou-se associações negativas com nível econômico e tempo sentado. No geral, a força muscular declinou em ambos os sexos, independentemente do tamanho corporal. Adicionalmente, fatores sociodemográficos, comportamentais e biológicos exercem influência nos resultados de força muscular dos adolescentes.

Palavras-chave: Adolescente; Atividade Física; Aptidão Física; Escolares; Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação do nível de atividade física com a saúde mental em adolescentes de Curitiba-PR

AUTORES

João Miguel Torres Duarte
Ana Beatriz Pacífico
Cristiane Galvão da Costa
Eliane Denise Araújo Bacil
Wagner de Campos

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR.

Verificar a associação do nível de atividade física com a saúde mental em adolescentes de colégios públicos de Curitiba-PR. Trata-se de um estudo descritivo correlacional de corte transversal, com amostra de 1.590 adolescentes (50,75% do sexo masculino) de 15 a 17 anos. Para avaliação do nível de atividade física foi utilizado o Questionário de Atividade Física para Adolescentes (QAFA), para saúde mental o Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) e para o nível socioeconômico (NSE) o Critério de Classificação Econômica Brasil. Foi utilizado o teste Qui-quadrado para verificar diferenças entre os sexos, a regressão de Poisson para associação entre as variáveis nível de atividade física e saúde mental e análise de moderação do sexo, da idade e do NSE. Foi adotado nível de significância de $p < 0,05$. A maioria dos adolescentes foi considerada suficientemente ativa (56,92%, $n = 905$) e com saúde mental positiva (51,07%, $n = 812$), sendo maior proporção do sexo masculino (70,51%, $n = 569$ e 65,92%, $n = 532$, respectivamente). Foi encontrada associação dos adolescentes ativos com a saúde mental positiva ($R_p = 1,24$; IC = 1,16-1,32). A idade e o NSE tiveram efeito moderador na associação do nível de atividade física com saúde mental aos 15 anos ($R_p = 1,22$; IC = 1,00-1,49), 16 anos ($R_p = 1,24$; IC = 1,13-1,37), 17 anos ($R_p = 1,24$; IC = 1,04-1,49); e NSE médio ($R_p = 1,20$; IC = 1,04-1,38) e baixo ($R_p = 1,37$; IC = 1,17-1,59). Não foi encontrada associação com efeito moderador do sexo. Conclusões: Adolescentes suficientemente ativos apresentaram maior probabilidade de terem saúde mental positiva quando comparados aos insuficientemente ativos, com moderação da idade e do nível socioeconômico.

Palavras-chave: Atividade física; Saúde mental; Adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Futsal feminino: (des)motivações para a prática

AUTORES

João Pedro Goulart Cirone

Luciana Chultes

Carolina Correia Selmo

Adroaldo Cezar Araujo

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Descrever os fatores que (des)motivam meninas a prática do futsal. Estudo descritivo, com abordagem qualitativa. Os sujeitos desta pesquisa compreenderam 55 meninas de uma escola pública de Garopaba/SC, entre 12 e 16 anos. A coleta de dados foi realizada através de entrevista semiestruturada. Foram entrevistadas 17 educandas, utilizou-se para a delimitação do número de entrevistas o critério de saturação, onde foram efetuadas entrevistas em número suficiente para permitir reincidência das informações. Para a análise das entrevistas utilizou-se análise de conteúdo, a partir da identificação de unidades de significado e categorização. Apenas 5 meninas praticam ou já praticaram futsal, todas afirmaram ter vontade de praticar. Quando questionado o porquê de não treinar 15 alegaram “não levar jeito, apesar de gostar”. Ademais, 10 relataram haver pouca oportunidade e 3 afirmaram “realmente ser coisa de meninos”. Verificou-se que uma parte importante para não praticar está no fato de perceberem maior incentivo aos meninos onde os treinos são mistos e afirmaram haver apenas este modelo de treino em Garopaba. Das 17 meninas 9 se referiram a esta informação. Todas as meninas relataram a vontade de treinar apenas com meninas e 10 afirmaram sentir vergonha quando há meninos observando. A partir da análise das informações verificamos que as meninas desta pesquisa demonstraram motivação intrínseca para a prática do futsal e demonstraram desmotivação em relação aos tipos de treinos oferecidos no município. Os resultados deste estudo levaram a criação de um projeto que oferece futsal apenas para meninas em Garopaba.

Palavras-chave: Futsal; Meninas; Motivação.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre indicadores de saúde de escolares em situação de vulnerabilidade social: uma análise a partir da perspectiva de redes

AUTORES

João Victor Cavalcanti Fraga
Noadia Maria Guimarães da Silva
Tércio Araújo do Rêgo Barros
Rafael dos Santos Henrique
Thaliane Mayara Pessôa dos Prazeres
Paulo Felipe Ribeiro Bandeira

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Examinar a associação entre atividade física, aptidão física, coordenação motora, adiposidade e pressão arterial de escolares em situação de vulnerabilidade social, a partir de uma perspectiva de redes. Procedimentos metodológicos: 691 escolares de 6,00 a 13,99 anos de idade ($9,36 \pm 1,74$ anos) matriculados em 12 escolas municipais de Lagoa do Carro, Pernambuco, foram avaliados. A atividade física foi avaliada com o Physical Activity Questionnaire for Children. A aptidão física foi avaliada com os testes 20-m shuttle run (aptidão cardiorrespiratória), preensão manual (força estática), sentar e alcançar (flexibilidade), salto horizontal (potência de membros inferiores), corrida de 20-m (velocidade) e shuttle run (agilidade). A coordenação motora foi avaliada com o Körperkoordinations-test Für Kinder. Massa corporal e estatura foram usadas para calcular o índice de massa corporal, enquanto o perímetro de cintura foi usado como indicador de adiposidade central. Pressão arterial (PA) e frequência cardíaca também foram mensurados. Associações entre variáveis e indicadores de centralidade foram obtidos com o uso de uma análise de redes, no JASP. 76 das 91 das possíveis relações foram identificadas. A preensão manual obteve os maiores valores de intermediação (1,73), proximidade (1,43) e força (1,21), contudo o perímetro de cintura (1,67), preensão manual (1,44) e PA sistólica (1,29) apresentaram elevados valores de influência esperada. Concluímos que a preensão manual possui maiores valores de centralidade, embora perímetro de cintura e PA sistólica também sejam importantes aspectos para monitorar a saúde de escolares em situação de vulnerabilidade social.

Palavras-chave: Saúde; Criança; Escolares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Participar das aulas de educação física influencia na realização de atividades físicas no tempo livre?

AUTORES

Jorge Bezerra

Maria Julia de Freitas Lourenco e Simao

Mallu Dias Soares

Pedro Jorge de Andrade Bezerra

Maria Deisyelle Sibaldina da Silva Almeida

Murilo Gominho Antunes Correia Júnior

Marcos Andre Moura dos Santos

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Analisar a influência da participação nas aulas de Educação Física na realização atividade física no tempo livre de adolescentes. O Projeto Atitude, estudo epidemiológico quinzenal, realizado desde 2006, tem como objetivo avaliar os hábitos de saúde dos adolescentes de 14 a 19 anos, estudantes do ensino médio do estado de Pernambuco. Por meio do questionário GSHS, adaptado e validado. Como variável dependente: A atividade física no tempo livre, como exercícios, esportes, danças ou artes marciais?, respostas: “sim” e “não”. A participação nas aulas de Educação Física, na questão: “Quantas aulas de Educação Física você participa?” com as opções de resposta “0 (nenhuma)”, “1”, “2”, “3 ou mais”, categorizadas em: “sim” e “não” como variável Independente. Para análise descritiva foi realizada a distribuição de frequências, a razão de chances (Odds Ratio) foi calculada no SPSS versão 20. Amostra: 4.514 adolescentes, destes 82,2% participam das aulas de Educação Física e 67,7% realizam regularmente algum tipo de atividade física no tempo livre. Quando analisada a razão de chances, adolescentes que participam das aulas de EF têm mais chances de realizar regularmente algum tipo de atividade física no seu tempo livre OR 0.34 IC (0,29-0,39). Participar das aulas de Educação Física pode ser entendida como um facilitador para realizar algum tipo de atividade física no tempo livre, podendo aumentar a probabilidade de prática de atividade física, comportamentos ativos e estilo de vida mais saudável.

Palavras-chave: Atividade Física no tempo livre; Adolescentes; Aulas de Educação Física.

Apoio: Fundação de Amparo a Ciência e Tecnologia do Estado de Pernambuco- FACEPE Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPq.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Os atributos do ambiente urbano favoráveis à caminhada são melhores em regiões de maior renda da cidade?

AUTORES

Jorge Royer Buchmann
Camila Suota
Alexandre Augusto de Paula da Silva
Rogério César Fermino

Universidade Tecnológica Federal do Paraná,
Curitiba, PR.

O objetivo deste estudo foi explorar a associação entre a renda de diferentes regiões da cidade e os atributos da microescala do ambiente urbano relacionadas à caminhada. Estudo transversal realizado em 2022 em regiões no entorno de 10 espaços públicos abertos para atividade física em São José dos Pinhais-PR. A renda dos setores censitários contidos no entorno de 500 metros dos locais foi estimada com dados secundários do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística e classificada em “baixa” e “elevada” pela mediana. Os atributos do ambiente urbano foram avaliados com a versão adaptada do instrumento Microscale Audit of Pedestrian Streetscapes (MAPS) com 86 itens. Destes, 11 eram relacionados à segurança no trânsito, estética e infraestrutura favoráveis à caminhada. A coleta de dados foi realizada pelo Google Street View® e a associação analisada com o teste de qui-quadrado para heterogeneidade no SPSS ($p < 0,05$). Foram avaliados 590 segmentos de rua e a renda foi positivamente associada a 67% ($n = 8$) dos atributos da microescala do ambiente urbano: 1. faixa e 2. semáforo para pedestres, 3. estruturas entre a calçada e a rua, 4. redutores de velocidade, 5. paisagismo/jardinagem, 6. pichações, 7. calçada contínua e com 8. sombra. Conclui-se que regiões de maior renda apresentam maior proporção de atributos da microescala do ambiente urbano favoráveis à caminhada. Os gestores municipais poderiam direcionar investimentos para melhorar o ambiente urbano em regiões de baixa renda, os quais poderiam estimular a caminhada e reduzir as iniquidades de atividade física a nível populacional.

Palavras-chave: Pedestres; Classe social; Ambiente construído; Política pública; Observação.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre as recomendações de atividade física, uso de álcool, drogas, tabaco e percepção de saúde em adolescentes

AUTORES

José Henrique Arruda Nascimento
Maria Clara de Andrade Braga
Jean-pierre Martins Carneiro da Silveira
Darley Severino Cardoso
Carlos Alberto Moreno Moya
Daniel da Rocha Queiroz

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Analisar a associação entre às recomendações de atividade física (AF), utilização de álcool, drogas, tabaco e a percepção de saúde de adolescentes. Trata-se de um estudo epidemiológico de base escolar, realizado em 2.691 adolescentes de 14 a 19 anos (55,9% de moças), do ensino médio da rede pública estadual de Pernambuco. Os dados relacionados às recomendações, uso de álcool, drogas e tabaco e a percepção de saúde foram obtidos por meio do Global School-based Student Health Survey. A variável dependente (percepção de saúde) foi categorizada em boa/excelente e ruim/regular. As variáveis independentes AF foram categorizadas em atende (≥ 60 min/dia) ou não atende (< 60 min/dia) as recomendações, enquanto o uso de álcool, drogas ou tabaco em não exposto (0 dias) e exposto (1 até 30 dias). Foi utilizado a regressão logística binária ajustada por sexo, idade e cor da pele adotando um $p < 0,05$. Observou-se que indivíduos que não atendem a recomendação de AF tinham uma chance de 124% a mais de ter uma percepção ruim/regular de saúde (OR: 2,24; IC95%:1,72;2,90). Não foi encontrada associação com uso de álcool, drogas e tabaco. Adolescentes que não atendem a recomendação de AF tem uma percepção de saúde inferior aos que atendem as recomendações independentemente do uso de álcool, drogas, tabaco, sexo, idade e cor da pele. Esses resultados podem ajudar no desenvolvimento de ações para a melhoria da percepção de saúde em adolescentes.

Palavras-chave: Saúde; Atividade física; Comportamento sedentário; Sono; Adolescência.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Prática de atividade física e qualidade de vida relacionada à saúde dos adolescentes: um estudo longitudinal

AUTORES

Josélia dos Santos Almeida
Eduarda Cristina da Costa Silva
James Silva Moura Buchmeier
Juliana Maria da Penha Freire Silva
Raissa Valdenice Ribeiro da Costa
José Cazuzu de Farias Júnior

Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, PB.

O objetivo deste estudo foi analisar a associação entre atividade física (AF) e qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) dos adolescentes. Trata-se de um estudo longitudinal observacional (2014 a 2017), com 587 adolescentes (54,34% do sexo feminino, de 10 a 13 anos de idade, em 2014) de escolas públicas de João Pessoa, Paraíba. O tempo médio de prática de AF (minutos/semana) foi mensurado por meio do questionário de atividade física para adolescentes-QAFA, e a QVRS foi mensurada por meio do questionário KIDSCREEN- 27, e determinado escore para qualidade de vida total e por domínios: bem-estar físico (cinco itens), bem-estar psicológico (sete itens), suporte social e grupo de pares (quatro itens), autonomia e relação com os pais (sete itens), e ambiente escolar (quatro itens), utilizando-se o escore total de cada um. Para verificar associação entre AF e QVRS de cada ano foi utilizado o coeficiente de correlação de Spearman e o nível de significância adotado foi $p \leq 0,05$. A atividade física apresentou associação positiva e significativa em todos os anos com os domínios: bem estar físico: (Rho = 0,33 a Rho = 0,41; $p < 0,01$); bem estar psicológico: (Rho = 0,08 a Rho = 0,17; $p < 0,01$) autonomia e relação com os pais: (Rho = 0,15 a Rho = 0,16; $p < 0,01$) Suporte social e grupo de pares: (Rho = 0,14 a Rho = 0,20; $p < 0,01$) e escore total: (Rho = 0,24 a Rho = 0,26; $p < 0,01$). Adolescentes com maior tempo de prática de atividade física apresentaram melhor percepção da qualidade de vida relacionada a saúde.

Palavras-chave: Atividade Física; Adolescentes; Qualidade de vida relacionada à saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Percepção de estudantes com deficiência sobre a saúde e conhecimento sobre o Sistema Único de Saúde (SUS)

AUTORES

Júlia da Silveira
Ricardo Roberto de Oliveira
Beatriz Dittrich Schmitt
Bruna Barboza Seron

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Compreender a saúde de forma dinâmica e multidimensional, reconhecendo as influências dos fatores pessoais, sociais e ambientais, têm implicações diretas nas políticas e práticas em saúde. Pessoas com deficiência sofrem negligência com acessos e participações sociais e coletivas, que são essenciais na produção da saúde. O objetivo do estudo foi compreender a percepção de estudantes com deficiência sobre a saúde e o Sistema Único de Saúde (SUS). PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS: Para coleta, após aprovação do Comitê de Ética, foram entrevistados 13 estudantes com deficiência, sendo 10 estudantes autistas e/ou com deficiência intelectual, da Rede Municipal de Florianópolis (oitavo e nono ano), com idades entre 13 e 16 anos. As entrevistas (semiestruturadas) foram realizadas na unidade escolar do estudante a partir dos enfoques: 1. percepção de sua saúde; 2. conhecimento acerca do SUS. Para analisar os dados, recorreu-se a Análise de Conteúdo de Bardin. Como resultados, destaca-se que a maior parte dos estudantes percebem sua saúde como “boa” (n = 9), seguida de “mediana” (n = 4). Fatores como má alimentação, falta de exercício físico e doenças, foram negativamente associadas à saúde. A percepção de saúde relatada pelos estudantes revela influência do caráter médico, associando os cuidados com o corpo para a não aquisição de doenças. Sobre o SUS, cinco estudantes relataram desconhecê-lo, embora todos relataram frequentar ou ter frequentado centros de saúde. Conclui-se que os conhecimentos vinculados à saúde parecem estar associados a relação saúde-doença. Ainda, os entrevistados não associaram a sua saúde como ruim, ou mediana, em decorrência da deficiência.

Palavras-chave: Saúde; Sistema Único de Saúde; Estudantes com deficiência.

Apoio: Agradecemos ao Programa de Bolsas Universitárias de Santa Catarina - UNIEDU/FUMDES, pela concessão de bolsa estudantil.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Deslocamento ativo entre adolescentes do Centro-Oeste do Brasil: prevalência e fatores associados ao trajeto casa-escola

AUTORES

Juliana Ilídio da Silva
Ana Paula Muraro
Roselaine Ruviaro Zanini

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS.

O objetivo deste estudo foi analisar a associação entre deslocamento ativo para a escola (DAE) e características demográficas, socioeconômicas, comportamentais e socioculturais em adolescentes. A amostra foi composta por 17.621 adolescentes de 13 a 17 anos da Região Centro-Oeste do Brasil, participantes da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, edição 2019. Os dados foram coletados por meio de questionário auto preenchível. Foram considerados ativos no deslocamento para a escola aqueles que referiram ir e/ou voltar a pé ou de bicicleta em pelo menos cinco dias na semana. Para avaliar a associação, foi realizada a regressão logística múltipla, sendo adotado um modelo hierárquico de quatro níveis para estabelecer a ordem de entrada das variáveis independentes (1º: variáveis demográficas; 2º: socioeconômicas; 3º: comportamentais e; 4º: socioculturais). A prevalência do DAE no Centro-Oeste foi de 50,0% (IC95%:47,2%-52,9%). No modelo múltiplo, constatou-se que a chance de DAE é maior entre os meninos (OR = 1,40; IC95%:1,26-1,56), que não residem com nenhum dos pais (OR = 1,36; IC95%:1,14-1,61) ou que residem apenas com o pai (OR = 1,29; IC95%:1,06-1,58) ou apenas com a mãe (OR = 1,28; IC95%:1,16-1,43), cuja mãe tem ensino médio (incompleto/completo) (OR = 1,33; IC95%:1,17-1,52) e fundamental (incompleto/completo) (OR = 1,22; IC95%:1,04-1,44), que apresentam escore de bens e serviços baixo (OR = 1,34; IC95%:1,12-1,60) e médio (OR = 1,24; IC95%:1,04-1,48) e que frequentam escolas públicas (OR = 2,99; IC95%:2,50-3,59). O sexo, a composição familiar e os indicadores socioeconômicos exercem influência sobre o DAE. Políticas públicas são necessárias para favorecer o DAE entre adolescentes do Centro-Oeste, considerando intervenções centradas no sujeito e no contexto social.

Palavras-chave: Adolescente; Atividade física; Atividade motora; Inquérito epidemiológico.

Apoio: Ao Curso de Especialização em Estatística e Modelagem Quantitativa da Universidade Federal de Santa Maria, ao Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da Universidade Federal de Mato Grosso e à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comportamento sedentário e atividade física entre adolescentes de dez países da América Latina: resultados da *Global School-based Student Health Survey* e da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar

AUTORES

Juliana Ilídio da Silva
Amanda Cristina de Souza Andrade
Ana Paula Muraro

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O objetivo foi comparar os indicadores, comportamento sedentário (CS: > 2horas) e atividade física (AF: ≥ 5 dias/semana) geral, por sexo e faixa etária (≤ 13 anos; 14; 15; ≥ 16 anos) e avaliar a sua correlação com o Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) de dez países da América Latina. Estudo com dados da *Global School-based Student Health Survey* (2009-2015) e da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (2015). Realizou-se análise bivariada por meio do teste Qui-quadrado e correlação de Pearson. A prevalência de CS foi maior no Brasil e menor na Guatemala. A prevalência de AF variou de 16,1% a 28,2%, menor na Guatemala e Brasil, maior na Argentina, Uruguai e Costa Rica. As meninas da Argentina, Chile, Costa Rica e Uruguai apresentaram maior prevalência de CS, enquanto os meninos apresentaram maior prevalência de AF na maioria dos países (exceto na Guatemala e Peru). Quando comparada as faixas etárias, a prevalência de AF foi menor nos adolescentes mais velhos (≥ 16 anos) do Brasil e do Uruguai, enquanto no El Salvador, houve menor prevalência nos mais novos (≤ 13 anos). Quanto ao CS, os adolescentes com ≤ 13 anos da Argentina, Brasil, Costa Rica, El Salvador e Uruguai foram menos sedentários. À medida que aumentou o IDH do país aumentou a prevalência de AF ($r = 0,73$; p -valor: $< 0,05$) e CS ($r = 0,80$; p -valor: $< 0,01$). A fim de promover uma vida mais ativa fisicamente e menos sedentária, políticas públicas em cada país latino-americano devem considerar grupos específicos, como sexo e faixas etária e a influência do nível socioeconômico nesses comportamentos.

Palavras-chave: Adolescente; Atividade física; Comportamento sedentário.

Apoio: Ao Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da Universidade Federal de Mato Grosso e à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pela bolsa de doutorado do Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da Universidade Federal de Mato Grosso à doutoranda Juliana Ilídio da Silva.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito da dança jazz na saúde mental e qualidade de vida de uma adolescente com *diabetes mellitus* tipo 1: um estudo de caso

AUTORES

Julyanna Nazareth da Silva Dourado
Gabriel Oliveira dos Santos Pinto
Luana Guimarães Santos
Layce Bianca Pereira da Silva
Natáli Valim Oliver Bento-torres

Universidade Federal do Pará, Belém, PA.

O exercício físico é ferramenta terapêutica para o tratamento de pessoas com Diabetes Mellitus Tipo 1 (DM1). Dentre as modalidades de exercício físico, a dança é uma opção com vistas à melhora da qualidade de vida, do controle glicêmico e da saúde mental. : Analisar os efeitos da intervenção por dança Jazz sobre a saúde mental e a qualidade de vida de uma adolescente de 12 anos com DM1. Estudo de caso que descreve um programa de intervenção composto por 24 aulas de Jazz, realizadas 2 vezes por semana, com duração de 60 minutos e intensidade moderada (65 a 75% da FCM, Polar@). Foram realizadas avaliações pré e pós intervenção, incluindo avaliação da qualidade de vida (Diabetes Quality of Life for Youths, DQOLY) e dos sintomas de ansiedade e depressão (Depression, Anxiety and Stress Scale, DASS-21) (CAAE: 66423922.2.0000.0017). A participante apresentou boa adesão à intervenção e melhora na qualidade de vida, com ênfase no domínio da satisfação em diferentes aspectos da sua vida, que apresentou melhora de 22,22%. Da mesma forma, houve redução de 7,14% nos níveis de depressão e ansiedade, indicando melhora da saúde mental. Não houve intercorrências relacionadas à intervenção física. O Jazz, com seu estilo de dança mais livre de grandes técnicas e rigor proporcionou melhora da qualidade de vida e da saúde mental de adolescente com DM1.

Palavras-chave: Diabetes mellitus; Controle glicêmico; Dança; Exercício Físico; Qualidade de vida.

Apoio: PROPESP - Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação da Universidade Federal do Pará (UFPA) Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comportamento de atividade física e as implicações da pandemia da COVID-19 entre escolares

AUTORES

Kariane Rocha Menezes
Maria de Fátima Jesus dos Santos
Sarah Moreira da Silva
João Lima de Oliveira Filho
Valdinei de Freitas Rodrigues
Jorge Lopes Cavalcante Neto

Universidade do Estado da Bahia, Jacobina, BA.

O objetivo do estudo foi analisar o comportamento de atividade física (AF) e as implicações da pandemia da COVID-19 entre escolares, comparando-os entre crianças e adolescentes e sexo. Estudo transversal, realizado com 52 escolares, ambos os sexos (29 meninas), idade média de 11,46 (\pm 1,65) anos, matriculados na rede pública de Jacobina, Bahia. Os responsáveis preencheram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e questionário de comportamento de atividade física da criança/adolescente, com base nas questões: (i) Maior dificuldade da criança/adolescente em se envolver em AF desde a pandemia; (ii) Necessidade de mudança de local para realizar AF por conta das restrições da pandemia; (iii) Necessidade de mudança de local para realizar AF por conta das restrições da pandemia. As respostas foram dicotômicas (sim/não) e analisadas com o qui-quadrado, a partir da distribuição em percentuais, ao nível de 5%. Os cuidadores relataram que: 38,5% das crianças/adolescentes apresentaram dificuldade em se envolver em alguma AF; 46,2% mudaram de local para realizar AF, e 50% mudaram o tipo de AF. Um maior percentual de crianças (70,8%) necessitou da mudança de local para realizar AF ($p = 0,029$) em relação aos adolescentes (29,2%). Não foram observadas diferenças significativas nas demais questões entre os grupos. Observou-se que a pandemia trouxe implicações importantes no comportamento de AF dos escolares pesquisados, com maior impacto entre as crianças com relação ao item (iii). Contudo, investigações mais específicas são necessárias para melhor compreensão dos comportamentos observados neste estudo.

Palavras-chave: Atividade motora; Comportamento sedentário; Crianças; Adolescentes; COVID-19.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atendimento às recomendações de atividade física em adolescentes: uma abordagem sob a ótica do modelo social-ecológico

AUTORES

Karoline Barreto da Silva
Andresa Amorim de Lima
Eriany França do Nascimento
Darley Severino Cardoso
Rodrigo da Silva Almeida
Daniel da Rocha Queiroz

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Identificar a partir dos estratos do Modelo Social Ecológico (MSE) (Intrapessoal, Interpessoal, Organizacional, Comunitário e Político), os fatores que influenciam o atendimento às recomendações de atividade física (AF) em adolescentes. Trata-se de um estudo transversal de base escolar, realizado com 2,129 adolescentes (907 rapazes), de 14 a 17 anos, da rede pública de ensino do estado de Pernambuco. Os dados relacionados ao MSE foram obtidos por meio de uma versão adaptada do Global School-based Student Health Survey (GSHS). As variáveis foram categorizadas em atende (≥ 60 min/dia) ou não atende (< 60 min/dia) às recomendações. Foram realizadas regressões logísticas binárias entre o MSE e às recomendações de AF, considerando o Odds Ratio e seu respectivo intervalo de confiança. Para todas as análises, o valor de $p < 0,05$ foi adotado. Identificou-se que 18,98% dos indivíduos atenderam às recomendações de AF. Além disso, observou-se uma associação entre as variáveis do estrato intrapessoal (ser meninas; não fazer AF no tempo de lazer; não gostar de praticar AF); interpessoal (praticar 0 ou 1 aula de educação física por semana); comunitário (alunos que estão exposto a prática em quadras descobertas); e político (alunos que estudavam no turno da tarde, assim como no turno integral); apresentaram respectivamente, 33%; 1074%; 110%; 95%; 46%; 175% e 67% mais chance de não atender às recomendações de AF. Conclui-se que quatro dos cinco estratos do MSE estão associados a recomendação de AF.

Palavras-chave: Adolescentes; Atividade Física; Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O ângulo de fase derivado da impedância bioelétrica pode explicar a potência anaeróbia de meninos praticantes de futsal?

AUTORES

Kauê Dognani Pierami
Murylo Pitarello
Gabriel Luiz de Melo
Aryanne Hydeko Fukuoka
Ezequiel Moreira Gonçalves

Universidade Estadual do Norte do Paraná

O objetivo do estudo foi verificar a relação do ângulo de fase (AngF) derivado da impedância bioelétrica (BIA) com a potência anaeróbia em meninos praticantes de futsal. A amostra foi constituída por 23 meninos ($14,5 \pm 1,6$ anos, $55,4 \pm 14,3$ kg, $1,68 \pm 0,1$ m e AngF: $7,1 \pm 0,8$ graus), que treinavam futsal pelo menos dois dias na semana, uma hora por dia e competiam a nível regional. A maturação somática foi determinada pelo cálculo da distância do pico de velocidade de crescimento (PVC). Para a determinação da massa isenta de gordura (MIG) e do AngF foi utilizado um equipamento de BIA tetrapolar de 50 khz. Para a avaliação da potência anaeróbia foi utilizado o teste de wingate (30 segundos com 5% do peso corporal de carga), no qual foram utilizados os valores de potência média (PM) e potência média relativa (PMkg), utilizando o cicloergômetro (Cefise). Para a determinação do poder de explicação ajustado (r^2_{ajust}) foi utilizada a análise de regressão linear. O AngF explicou 55% ($p < 0,001$) da variação do PM e 53% ($p < 0,001$) da PMkg. Quando foi incluído o PVC, o poder de explicação aumentou ($r^2_{ajust} = 0,77$ e $0,68$; $p < 0,001$, respectivamente) e o AngF se manteve um preditor independente ($p < 0,05$). O poder de explicação também aumentou quando incluída a MIG ($r^2_{ajust} = 0,90$ e $0,65$; $p < 0,001$, respectivamente), sendo o AngF independente da MIG na PMkg ($p = 0,037$) e perdendo sua significância na PM ($p = 0,058$). Conclui-se que o AngF apresenta relação com a potência aeróbia em meninos praticantes de futsal, independente da maturação somática.

Palavras-chave: Bioimpedância; Crianças; Adolescentes.

Apoio: CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Physical activity and telomere length in children and adolescents: a systematic review

AUTHORS

Keith Brites
Paulo Guerra
Pâmela Todendi
Rodolfo Brum
Júlio Mello
Anelise Gaya

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Objective: to systematically summarize the knowledge about telomere activity and length in children and adolescents through observational and interventional studies. **Methods:** Following PRISMA guidelines, studies were searched through searches in 6 electronic databases (PubMed, Scopus, Web Of Science, Sportdiscus, Scielo and Embase). A total of 1,593 potentially relevant articles were found, which were initially evaluated based on their titles and abstracts in the software Rayyan. At the end of this phase, 14 of these were conducted for the evaluation of their full texts. With the exclusion of six articles, for not evaluating physical activity (n = 4) and age group (n = 2). Finally, 8 articles were included, 3 cross-sectional and 5 intervention articles carried out with children and adolescents between 6 and 18 years old. For the risk of bias analysis, adapted versions of the EPHPP instrument were used. **Results:** The main results suggest that there is a relationship between PA and LTL in children and adolescents, however the results of the studies are heterogeneous and present a moderate risk of bias, especially in their data collection methods. **Conclusion:** Collectively, the results of this review support the premise that there is a relationship between physical activity and telomere length in children and adolescents. However, the need for more specific studies with a more controlled risk of bias is suggested, as well as the importance of considering sex, sexual maturation, age and adiposity markers as possible intervening variables.

Keywords: Telomere; Physical Activity; Pediatric health; Childhood; Adolescence.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Fatores associados à atividade física insuficiente e tempo sentado em adolescentes de Teresina, Piauí

AUTORES

Laécio de Lima Araujo
Ireneide Etelvina Lopes
Kellyane Munick Rodrigues Soares Holanda
Evelyne Ferreira de Castro
Francisco Felipe Gomes Feitoza
Valter Cordeiro Barbosa Filho

Universidade Estadual do Piauí

Analisar a prevalência de atividade física insuficiente (AFI) e de tempo sentado (TS) e os fatores associados em adolescentes. Estudo transversal, com adolescentes de 14-18 anos, de ambos os sexos, dos Centros de Ensino Médio de Tempo Integral (CETIs) de Teresina-PI, no ano letivo de 2019. As variáveis dependentes foram AFI (< 300 min p/ semana) e TS (≥ 3h p/ semana). A AFI foi mensurada levando em conta oito questões e três domínios (deslocamento ativo para escola - ida e volta; EF escolar e EF extra escolar), multiplicou-se a frequência de dias pelo tempo de prática nos últimos sete dias. As variáveis independentes foram características demográficas e socioeconômicas: sexo, cor/raça, faixa etária, escolaridade da mãe e classe econômica. Utilizou-se questionário da PeNSE, validado em adolescentes brasileiros. As associações foram avaliadas por meio do teste de regressão logística multivariada, considerando significativo valor < 0,05 e intervalo de confiança de 95% (IC95%). A prevalência da AFI foi de 73,4% (IC95%: 67,0-79,0) e TS foi de 54,6% (IC95%: 48,0-61,0). Não houve associação de AFI e TS com as variáveis independentes. Houve elevada prevalência de atividade física insuficiente e tempo sentado e não houve associação entre as variáveis, sendo necessária uma intervenção urgente de políticas públicas de AF e CS nas escolas, no sentido de promover um estilo de vida ativo e saudável entre os adolescentes, como o aumento do nível de atividade física e redução do tempo sentado.

Palavras-chave: Atividade Motora; Comportamento sedentário; Adolescente; Estudos transversais.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre a duração do sono em dias da semana e a frequência diária de uso de *smartphones*

AUTORES

Laís Pinto da Silva Tosta
Mariana Cardoso Pimentel Fernandes
Eduardo Silva de Macedo
Mayva Mayana Ferreira Schrann
Gilmar Mercês de Jesus

Universidade Estadual de Feira de Santana, Novo Horizonte, BA.

Analisar se o uso diário de smartphones se associa com a duração do sono em dias da semana, entre crianças e adolescentes. Estudo transversal realizado com estudantes de escolas públicas em áreas quilombolas rurais em Feira de Santana-BA (n = 1.004; 49,7% meninas; IMC = $17,8 \pm 3,5 \text{Kg/m}^2$; Idade = $9,4 \pm 1,52$ anos). Duração do sono, em minutos, foi avaliada pela diferença entre a hora de ir dormir e acordar. A frequência diária de uso de smartphones (manhã, tarde e noite) foi relatada em questionário online (Web-CAAFE). A análise de dados incluiu estatística descritiva e regressão Linear múltipla estratificada por idade (crianças: 7-9 anos; adolescentes: 10-15 anos), para estimar coeficientes de associação (β) e Intervalos de 95% de Confiança (IC95%), ajustados para sexo. Assumiu-se $p < 0,05$ para a significância estatística. Entre as crianças, 25,7%, 8,5% e 1,8% relataram uso de celular, uma, duas e três vezes por dia, respectivamente. Entre os adolescentes, os percentuais foram 30,6%, 18,3% e 5,8%. A duração média do sono foi de $606 \pm 79,5$ minutos e de $591,6 \pm 83,0$ por noite, entre crianças e adolescentes, respectivamente. Crianças com frequência de uso de celular uma vez por dia exibiram duração de sono 21 minutos menor ($\beta = -20,97$, IC95% = -37,2; -4,7). Esta associação não atingiu significância estatística entre os adolescentes ($\beta = -10,9$, IC95% = -30; 8,1). O uso diário de smartphones se associou à diminuição do tempo de sono das crianças, mas não mostrou ter efeito sobre o sono dos adolescentes.

Palavras-chave: Sono; *Smartphones*; Frequência diária.

Apoio: Agradecimentos à Secretaria de Educação de Feira de Santana, Diretores das escolas e pais dos estudantes participantes. Agradecimento à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelas bolsas de pós-graduação 88887.703092/2022-00 e 88887.687171/2022-00.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física, uso de telas e o sobrepeso e obesidade de crianças e adolescentes da zona urbana e rural

AUTORES

Lara Daniele Matos dos Santos Araujo
Anna Karolina Cerqueira Barros
Lizziane Andrade Dias
Mayva Mayana Ferreira Schrann
Gilmar Mercês de Jesus

Universidade Estadual de Feira de Santana, Novo Horizonte, BA.

Estimar a associação entre atividade física e uso diário de telas com o sobrepeso e obesidade de crianças e adolescentes. Estudo transversal utilizando dados de estudos de base escolar, realizados em 2019 e em 2022, com estudantes da zona urbana ($n = 2.424$) e rural ($n = 1.025$) de Feira de Santana, Bahia. Atividade física e uso diário de telas foram avaliados com uso de questionário online, baseado na recordação do dia anterior (Web-CAAFE). Sobrepeso e obesidade foram avaliados com base nos pontos de corte da IOTF para valores de Índice de Massa Corporal (IMC), para sexo e idade. A análise de dados incluiu estatística descritiva, bivariada e regressão de Poisson, para estimar Razões de Prevalência (RP) e Intervalos de 95% de Confiança (IC95%), ajustados para sexo e idade. A significância estatística foi avaliada por meio do valor de $p < 0,05$. Sobrepeso e obesidade ocorreram em 13,4% (urbana) e 15,8% (rural); e em 6,5% (urbana) e 8,2% (rural) dos participantes, respectivamente. A prevalência de sobrepeso não se associou à atividade física diária, tanto na zona urbana quanto na rural. Por outro lado, a prevalência de obesidade se associou ao uso de videogame ($R_p = 1,50$; $IC_{95\%} = 1,11-2,04$), na zona urbana, e ao uso de celular ($R_p = 1,42$; $IC_{95\%} = 1,10-1,84$), na zona rural. Atividade física diária não apresentou associação com sobrepeso e obesidade entre as crianças e adolescentes. Porém, o uso diário de telas esteve associado à prevalência de obesidade entre os estudantes residentes na zona urbana e rural.

Palavras-chave: Atividade Física; Comportamento sedentário; Sobrepeso; Obesidade; Criança.

Apoio: Agradecimentos à Secretaria de Educação de Feira de Santana, Diretores das escolas e pais dos estudantes participantes. Agradecimento à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelas bolsas de pós-graduação 88887.703092/2022-00 e 88887.687171/2022-00.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Prática de atividade física e sedentarismo de adolescentes durante a pandemia de COVID-19

AUTORES

Lauryane Fonseca Terra
Regina Márcia Ferreira Silva
Priscilla Rayanne e Silva Noll
Matias Noll

Instituto Federal Goiano - Campus Ceres, CE

O objetivo foi avaliar a associação entre os níveis de atividade física e o tempo exposto ao comportamento sedentário em adolescentes estudantes de tempo integral. Estudo de abordagem metodológica quantitativa, com estudantes do ensino médio de tempo integral do interior de Goiás. A amostra foi composta por 119 (52,9% do sexo feminino; $15,9 \pm 0,9$ anos) estudantes. Foram aplicados o Questionário Barreiras para a Prática de Atividade Física e o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão curta, além de questões específicas sobre COVID-19. As análises foram baseadas no modelo de regressão de Poisson. Os estudantes possuem nível 'baixo' de atividade física (44,4%, $n = 52$), acreditam que o isolamento social contribuiu para a redução da atividade física (76,4%, $n = 91$) e influenciou no tempo de comportamento sedentário (95%, $n = 113$). Identificou-se associação do sexo feminino com o nível de atividade física 'baixo' ($p = 0,035$). O tempo médio exposto ao sedentarismo foi de 4.377 minutos/semana e o tempo médio gasto da realização da prática de atividade física foi de 683 minutos/semana). Não houve associação entre o tempo exposto ao comportamento sedentário e o nível de atividade física. Este estudo é pioneiro por avaliar a associação entre os níveis de atividade física com o tempo exposto ao sedentarismo em estudantes de tempo integral. Além de subsidiar a elaboração de ações e programas para a promoção da atividade física e a diminuição do comportamento sedentário.

Palavras-chave: Inatividade física; Distanciamento social; Educação profissional e tecnológica; Adolescentes.

Apoio: Ao Instituto Federal Goiano pela colaboração e suporte e ao CNPQ pela bolsa de iniciação científica.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Medo de avaliação social negativa

AUTORES

Lázaro Vinícius Pansanato Villas Bôas

Mariele Benites

Aline Coelho Arruda

Glauber Carvalho Nobre

Marcelo Gonçalves Duarte

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia
do Ceará, Fortaleza, CE.

Durante a formação da criança, ela é obrigada a se relacionar com o meio que vive e quer ter a influência sobre o mesmo. A formação do autoconceito da criança se dá muito pelas experiências de conquista vivenciadas por ela. Quando a criança superestima suas competências, acaba criando expectativas irreais do desempenho futuro e, por conta disso, acaba fracassando, o que faz ela deixar de praticar até mesmo atividades motoras. O presente estudo investiga o medo de avaliação social negativa (MASN) em crianças de ambos os sexos em diferentes idades. Participaram do estudo 60 crianças, 25 meninas de 7 anos, 11 meninas de 8 anos, 15 meninos de 7 anos e 9 meninos de 8 anos, com média de idade de $7,21 \pm 0,49$. Para o MASN foi utilizado Brief Fear of Negative Evaluation Scale in physical activity and sports settings - BFNE-PAS. Utilizou-se a análise de variância Two Way (idades e sexo) e o post hoc de Tukey, adotando um nível de significância de $p \leq 0,05$ e utilizado o software estatístico SPSS versão 24. Os resultados apresentaram não houve efeito do sexo ($F = 1,10$; $p = 0,299$), entretanto, houve efeito da idade ($F = 13,06$; $p = 0,01$) na MASN. Crianças aos 7 anos apresentaram 20% baixo MASN, 45% médio MASN e 35%, já aos 8 anos, 50% mostraram baixo MASN, 45% média MASN e 5% alto MASN. Conclui-se que embora tenhamos idades bem próximas, no presente estudo as crianças com idade superior apresentaram menos medo da exposição social, ou seja, avaliação social negativa.

Palavras-chave: Crianças; Exposição social; Avaliação social.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Utilização da Análise Vetorial da Bioimpedância Elétrica (BIVA) em crianças e adolescentes sem diagnóstico de doenças: uma revisão sistemática

AUTORES

Leandro Narciso Santiago
Priscila Custódio Martins
Diego Augusto Santos Silva

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

A análise vetorial da bioimpedância elétrica (BIVA) emerge com técnica que utiliza parâmetros brutos da bioimpedância elétrica (BIA) sem utilizar equações de regressão para avaliar a composição corporal, em crianças e adolescentes, entretanto, o método pressupõe a utilização de uma população de referência, ou seja, um grupo comparador para que as elipses de confiança e tolerância sejam construídas. O objetivo desta revisão foi sumarizar os estudos que utilizaram a BIVA em crianças e adolescentes sem diagnóstico de doenças. A busca sistemática foi conduzida em nove bases de dados (CINAHL, LILACS, PubMed, SciELO, Scopus, SPORTDiscus, Science Direct, MEDLINE e Web of Science). Estudos com diferentes delineamentos permitiram extrair informações acerca dos valores de referência da BIVA em crianças e adolescentes sem diagnósticos de doenças, com idade igual ou menor a 19 anos. Após os critérios de elegibilidade, 36 estudos foram incluídos. Treze estudos desenvolveram valores de referência para crianças e adolescentes sem diagnóstico de doenças (36,1%), vinte estudos que investigaram o status nutricional (55,6%) e três verificaram o desempenho físico (8,3%). Porém, houve heterogeneidade das populações de referências. Quinze estudos utilizaram a própria amostra, quatro utilizaram valores de adultos, cinco utilizaram valores para atletas, dois utilizaram o nível de performance, um o status maturacional, um estudo utilizou uma amostra pareada por sexo e idade, um pelo índice de massa corporal e sete estudos utilizaram valores de referência compatível com a idade da amostra. Concluiu-se BIVA tem sido utilizada principalmente na análise do status nutricional e composição corporal e nem sempre os valores de referência são compatíveis com a amostra. Percebeu-se a necessidade de desenvolver valores de referência com características mais específicas para esta população.

Palavras-chave: Estado de hidratação do organismo; Composição corporal; Valores de referência; Atletas.

Apoio: Agradecimento ao Programa de Bolsas Universitárias de Santa Catarina - UNIEDU, mantido pelo Fundo de Apoio à Manutenção e ao Desenvolvimento da Educação Superior - FUMDES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A substituição isotemporal do comportamento sedentário por diferentes intensidades da atividade física é associada com a adiposidade de adolescentes?

AUTORES

Leonardo Alex Volpato
Renata Silva Rosa
Gabriel Motta Albertoni
Catiana Leila Possamai Romanzini
Enio Ricardo Vaz Ronque
Marcelo Romanzini

Universidade Estadual de Londrina, Londrina, PR

Examinar as associações entre a substituição isotemporal do comportamento sedentário (CS) por atividade física de intensidade leve (AFL), moderada (AFM) e vigorosa (AFV) e a adiposidade em adolescentes. Amostra constituída por 123 adolescentes (13 a 17 anos; 53,3% de meninas) matriculados no ensino público do município de Londrina/PR. O índice de massa corporal (IMC) foi expresso em valores de escore z. O CS, AFL, AFM e AFV foram mensurados por acelerômetros. Modelos de substituição isotemporal (ajustados por idade, sono, nível econômico e pico de velocidade de crescimento) foram utilizados para examinar os efeitos da realocação de tempo sobre o IMC. A substituição de blocos de 30 min/dia do CS para AFV foi associada a menores valores de IMC ($\beta = -1,16$; IC95% = $-1,98$ a $-0,34$). Em análises estratificadas por sexo, as associações permaneceram significantes apenas entre os rapazes ($\beta = -1,25$; IC95% = $-2,25$ a $-0,25$). Adicionalmente, a substituição do CS por AFL foi associada a maiores valores de IMC nos rapazes ($\beta = 0,29$; IC95% = $0,04$ a $0,55$). Não foram observadas associações significantes entre a substituição do CS para AFL e o IMC de moças, bem como na substituição do CS por AFM e o IMC em ambos os sexos. A substituição do CS para AFV é favoravelmente associada ao IMC em adolescentes e os benefícios parecem ser específicos ao sexo masculino.

Palavras-chave: Estilo de vida sedentário; Atividade motora; Aptidão física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação dos indicadores de atividade física e do comportamento sedentário com o isolamento social em adolescentes

AUTORES

Leonardo Rodrigo de Luna Saturnino

Thaís Maria da Silva

Maria Mylena Aguiar de Lima

Daniel da Rocha Queiroz

Carla Meneses Hardman

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE

O objetivo do estudo foi analisar se indicadores de atividade física e comportamento sedentário estão relacionados ao isolamento social em adolescentes. Trata-se de um estudo transversal, realizado com 219 adolescentes (14 a 19 anos) do ensino médio de uma instituição federal de ensino da educação básica, em Recife-PE. Os dados foram obtidos online utilizando instrumentos validados: Questionário de Isolamento Social (QIS), “sentimento de solidão, amizade e suporte familiar”; Questionário de Atividade Física para Adolescentes (QAFA), “tempo despendido em atividade física moderada a vigorosa, atividades coletivas e individuais” e o Questionário de Atividades Sedentárias para Adolescentes (QASA), “tempo de tela recreacional, tempo sentado recreacional e tempo sentado educacional”. A regressão linear foi empregada para verificar se as variáveis independentes estavam relacionadas ao escore total de isolamento social. A prevalência de adolescentes que relataram a “maioria das vezes” ou “sempre” se sentirem sozinhos foi 19,8%, sendo maior nas moças (22,6%) em comparação aos rapazes (17,1%), e os que informaram “ter poucos amigos” foi de 7,1%, sendo maior nos rapazes (9,3%) em relação às moças (4,9%). Na análise de regressão, constatou-se relações negativas significativas entre o tempo total dedicado a atividades físicas moderadas a vigorosas ($\beta = -0,198$; $p < 0,014$) e o tempo destinado a atividades coletivas ($\beta = -0,176$; $p < 0,023$) com o escore total do isolamento social. Conclui-se que os indicadores de atividade física, especialmente o tempo despendido em atividades físicas de intensidade moderada a vigorosa e as coletivas, foram inversamente relacionados ao escore de isolamento social.

Palavras-chave: Saúde mental; Relações sociais; Sedentarismo; Atividade motora; Adolescência.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Perfil da prática de atividade física no tempo livre de escolares de Corumbá/MS

AUTORES

Lidyane Ferreira Zambrin
Sílvia Beatriz Serra Baruki
Pamily Ruiz Androlage
Luan Vanderley Cunha dos Santos
Carlinda Mattos da Silva
Mariana Biagi Batista

Universidade Federal de Mato Grosso do Sul,
Corumbá, MS.

O objetivo do estudo foi analisar o perfil de prática de atividade física no tempo livre (AFTL) de escolares de Corumbá/MS. Fizeram parte do estudo 76 escolares de ambos os sexos, sendo 35 meninos, de oito a 12 anos de uma escola pública do município de Corumbá/MS. A AFTL foi autorrelatada por meio do Questionário para Atividade Física para Crianças (PAQ-C), com a seguinte questão estruturada: Você realizou alguma dessas atividades nos últimos 7 dias (última semana). Se a resposta for sim, quantas vezes? A frequência semanal da AFTL tinha opção de resposta de 0-7x/semana. Para a caracterização dos sujeitos, realizaram-se medidas de massa corporal (kg), estatura (m) e posteriormente o Índice de Massa Corporal (IMC) foi calculado (kg/m^2). Para a AFTL, considerou-se as três atividades que apresentaram maior percentual de acordo com a frequência semanal. Os dados estão apresentados em média, desvio padrão, frequência absoluta e relativa. Os escolares apresentaram média de idade $9,79 \pm 1,07$ anos, massa corporal $39,5 \pm 12,3$ kg, estatura de $1,41 \pm 0,08$ m e IMC $19,54 \pm 4,90$ kg/m^2 . 92,1% (n = 58) relataram não fazer exercício em academia, 87,3% (n = 55) não jogaram handebol e 84,4% (n = 54) não praticaram algum tipo de luta na última semana. As atividades mais praticadas (7x/semana) foram: bicicleta (20,3%; n = 13), corrida (17,7%; n = 11) e pega-pega (16,7%; n = 11). As AFTL com frequência semanal intermediária (3-4x/semana) foram: bicicleta (14,1%; n = 9), caminhada (15,9%; n = 10) e corrida (12,9%, n = 8). Conclui-se que para estes estudantes de Corumbá/MS as AFTL mais praticadas são bicicleta, corrida e pega-pega.

Palavras-chave: Estilo de vida saudável; Hábitos saudáveis; Ensino fundamental; Atividade Física.

Apoio: Os autores agradecem ao CNPq pelo apoio financeiro recebido.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Ambiente construído para atividade física em escolas urbanas e rurais e a atividade física diária de crianças e adolescentes

AUTORES

Lizziane Andrade Dias

Italo Diego Pereira de Oliveira

Laiely Lisboa Alves

Ana Carolina Almeida Santos de Lima

Gilmar Mercês de Jesus

Universidade Estadual de Feira de Santana, Novo Horizonte, BA.

Analisar a associação entre ambiente construído para atividade física nas escolas e atividade física diária (AFD) de crianças e adolescentes da zona rural e urbana. Estudo transversal, realizado com 2.654 estudantes de escolas urbanas (52% meninas, média de idade $9,23 \pm 1,61$) e 1.053 de escolas rurais (51,5% meninos, média de idade $9,53 \pm 1,79$) de Feira de Santana - BA. AFD foi avaliada com questionário online, baseado na recordação do dia anterior (Web-CAAFE). Ambiente construído (presença de parquinho, disponibilidade de materiais no recreio, uso de espaços cobertos para atividade física, classificação da infraestrutura e acesso a instalações esportivas) foi avaliado com questionário preenchido pelas diretoras. A análise de dados incluiu estatística descritiva e regressão de Binomial Negativa para estimar Razões de Prevalência (RP) e Intervalos de 95% de Confiança (IC95%), com ajuste por sexo e idade. A AFD, em MET, foi o desfecho. Nas escolas urbanas, a AFD foi associada negativamente à presença de parquinho com diversos equipamentos ($R_p = 0,83$; IC95%: 0,74-0,94) e à disponibilidade de alguns materiais para a prática de atividade física ($R_p = 0,90$; IC95%: 0,83-0,97). Somente disponibilidade de uma ampla quantidade de materiais para a prática de atividade física no recreio se associou positivamente à AFD dos estudantes da zona rural ($R_p = 1,55$; IC95%: 1,13-2,11). A presença de parquinho se associou negativamente à AFD entre estudantes da zona urbana, enquanto a disponibilidade de materiais no recreio se associou positivamente à AFD entre estudantes da zona rural e negativamente entre os estudantes da zona urbana

Palavras-chave: Ambiente construído; Atividade motora; Área urbana; Zona rural.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação longitudinal da atividade física no lazer com resultados em testes de aptidão física relacionada a saúde e ao desempenho motor em escolares

AUTORES

Luciana Tornquist
Ana Paula Sehn
Deyora Tornquist
Kamila Mohammad Kamal Mansour
João Francisco de Castro Silveira
Cézane Priscila Reuter

Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, RS.

Verificar se escolares que cumprem as diretrizes de atividade física (AF) apresentam melhores resultados futuros nos testes de aptidão física relacionada a saúde e ao desempenho motor. Estudo longitudinal com 390 escolares de seis a 17 anos (57,2% sexo feminino), de Santa Cruz do Sul, RS. As avaliações ocorreram em 2014 (baseline) e 2016 (follow-up), com uma diferença mínima de um ano e meio entre as avaliações. AF no lazer no baseline foi avaliada através de questionário autorreferido. Os escolares foram classificados em ativos (≥ 420 minutos/semana) e inativos conforme as recomendações da OMS. Os testes de aptidão física foram realizados no baseline e follow-up conforme preconizados pelo manual PROESP-BR, sendo avaliadas: aptidão cardiorrespiratória, flexibilidade, resistência muscular localizada, potência de membros superiores e inferiores, agilidade e velocidade. As associações foram testadas por regressão linear múltipla, ajustadas para sexo, idade, cor de pele, zona e rede escolar, nível socioeconômico, IMC e aptidão física do baseline. Escolares ativos apresentaram melhores resultados para os testes de potência de membros superiores ($\beta: 0,39$; IC95%: 0,16; 0,62) e velocidade ($\beta: -0,29$; IC95%: -0,50; -0,08) comparados aos inativos. Cumprir as recomendações de AF foi associado com melhores resultados futuros nos testes de potência de membros superiores e velocidade. Os programas de AF na infância e adolescência devem englobar todos os componentes da aptidão física, visando que AF seja efetiva para todos os parâmetros. Nossos resultados evidenciam a necessidade de uma atenção especial aos componentes de flexibilidade, agilidade, resistência muscular localizada, potência de membros inferiores e aptidão cardiorrespiratória.

Palavras-chave: Atividade física; Estilo de vida; Aptidão física; Saúde; Criança.

Apoio: Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Eixo da atividade física: política pública para promoção da atividade física de crianças no ambiente escolar

AUTORES

Luís Carlos Barbosa Silva
Bruno Barbosa Giudicelli
Ingrid Kelly Alves Santos Pinheiro
Arnaldo Tenório da Cunha Júnior
Clarice Maria de Lucena Martins
Rafael Miranda Tassitano

Universidade de Pernambuco, Recife, PE.

A política pública é uma ação do Estado para o enfrentamento de um determinado problema a ser resolvido. Considerando a atividade física um comportamento de múltiplas dimensões, destaca-se que níveis insuficientes de atividade física é um problema grave que coloca em risco a saúde e o bem-estar da população em todos os ciclos da vida. O projeto de pesquisa teve como objetivo desenvolver o eixo da atividade física na Política Municipal de Educação Integral de Arapiraca/AL. Inicialmente foram realizadas três reuniões para formação do comitê consultivo da pesquisa, na qual após as indicações de cada instituição, onze representantes municipais da gestão pública, da rede municipal de ensino de Arapiraca e de instituições de ensino superior compuseram o comitê mencionado. A partir disso, a política pública foi desenvolvida pelos membros do comitê em três etapas: i) apresentação da ideia para membros da gestão pública; ii) elaboração da proposta; e iii) validação da proposta. O eixo da atividade física é dividido em: Educação Física escolar, Atividade Física durante o tempo escolar e Monitoramento e avaliação do eixo da Atividade Física. Portanto, o eixo da atividade física promoverá mais oportunidades e envolvimento de crianças em atividades físicas no ambiente escolar.

Palavras-chave: Política pública de saúde; Atividade física; Crianças.

Apoio: Ao Programa Associado de Pós Graduação em Educação Física - Doutorado em Educação Física (PAPGEF UPE/UFPB). A CAPES pelo financiamento da pesquisa.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física de crianças e adolescentes durante e após a pandemia de COVID-19: revisão sistemática de estudos qualitativos

AUTORES

Luiz Gustavo Lopes de Camargo

Bárbara Maria Costa

Maria Eduarda Venera

Thiago Sousa Matias

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

É preocupante a diminuição dos comportamentos de atividade física em crianças e adolescentes durante e após o período de pandemia de COVID-19, considerando os potenciais impactos negativos das restrições de movimento sobre o desenvolvimento desta população. Este trabalho teve como objetivo analisar o comportamento de atividade física de crianças e adolescentes durante e após a pandemia de COVID-19 na perspectiva dos pais e professores. Trata-se de uma revisão sistemática de estudos qualitativos com meta-síntese. A busca na literatura foi nas bases de dados eletrônicas PubMed, Lilacs e Scopus. Nove estudos cumpriram os critérios de elegibilidade. Foram incluídos estudos qualitativos publicados entre 2020 e 2023, com amostras de crianças e adolescentes, no contexto do COVID-19. Foram excluídos os estudos sem discursos dos pais ou professores sobre o comportamento de atividade física. Foi realizada análise temática e síntese dos resultados. Os resultados indicaram três temas principais. Tema 1: Impacto das restrições do COVID-19 na atividade física (e.x.: fechamento de espaços desportivos e recreativos). Tema 2: Estratégias de adaptação e enfrentamento (e.x.: os pais utilizaram recursos on-line e atividades ao ar livre para manterem seus filhos ativos). Tema 3: Desafios e suporte necessário (e.x.: dificuldades na estruturação de atividades físicas em casa). Os resultados desta revisão apontam para a necessidade de reconhecer os desafios impostos pela pandemia de COVID-19 nos níveis de atividade física de crianças e adolescentes e criar estratégias continuadas de suporte para as famílias manterem suficientemente ativas as crianças e adolescentes mesmo em períodos de crise.

Palavras-chave: COVID-19; Atividade Física; Pandemia; Crianças; Adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Percepção de familiares sobre o desenvolvimento positivo de jovens através do esporte em dois projetos de extensão com crianças e adolescentes

AUTORES

Marcelo Kopp Toescher
Pietra Cazeiro Corrêa
Igor André Correa Silveira
Camila Borges Müller
Rose Méri Santos da Silva
Eraldo dos Santos Pinheiro

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

Verificar a percepção dos responsáveis sobre o desenvolvimento positivo de jovens (DPJ) nos projetos de extensão Ninhos do Rugby e Passada para o futuro (handebol). Procedimentos metodológicos: Participaram 51 responsáveis (idade = $39,56 \pm 7,56$), respondendo a um questionário via Google Forms, com perguntas fechadas referentes aos participantes e suas percepções sobre os projetos. Os participantes aceitaram participar do estudo através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Identificou-se 37 respostas de mães, 06 de pais, 02 de avós, 01 de madrinha e 05 de participantes que se classificaram apenas como familiares. Os(as) 51 participantes são responsáveis por um total de 61 alunos(as) dos projetos, com idades entre 4 e 14 anos. Nas questões referentes ao DPJ, verificou-se que 49 respondentes consideram que os projetos estão sendo muito positivos para o desenvolvimento das crianças/adolescentes de forma geral. Além disso, 49 respondentes também consideram que as atividades dos projetos são muito influentes para o bem-estar dos(as) alunos(as). Quanto à motivação dos indivíduos para participar dos projetos, 46 dos(as) responsáveis considera as crianças/adolescentes muito motivados(as). Sobre a aprendizagem de valores, todos(as) os(as) respondentes acreditam que os projetos contribuem com esse processo, sendo disciplina (21), comunicação (20), cooperação (19) e respeito (19) os mais citados pelos participantes. Os/as responsáveis têm a percepção de que a participação nos projetos contribui para o desenvolvimento positivo dos indivíduos, através do bem-estar, motivação e aprendizagem de valores.

Palavras-chave: Valores sociais; Rugby; Handebol.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O nível de atividade física está associado ao ângulo de fase em adolescentes que vivem com HIV

AUTORES

Marcos Cezar Pitombo da Silva Junior
Caio César da Silva Moura Santos
Marcilene Glay Viana Pessoa
Yago Silva Mascarenhas
Victor Gustavo Ferreira Santos
Luiz Rodrigo Augustemak de Lima

Universidade Federal de Alagoas, Maceió, AL.

Analisar a associação entre a atividade física e o ângulo de fase em adolescentes que vivem com vírus da imunodeficiência humana (HIV). Estudo transversal, realizado entre 2022-2023, na cidade de Maceió, AL. Participaram adolescentes de 10 a 18 anos com o diagnóstico de HIV (HIV+) e atendidos em ambulatório referência no Estado. O nível de atividade física foi avaliado através do Physical Activity Questionnaire for Children (PAQ-C). O ângulo de fase foi calculado com base nos valores de resistência e reatância obtidos por análise de impedância bioelétrica. As covariáveis (idade, sexo, maturação sexual, tempo de tela, linfócitos TCD4+ e carga viral) foram obtidas por meio de questionários e em prontuários médicos. Foram realizadas análises descritivas (tendência central e dispersão) e inferenciais (regressão linear multivariável ajustada por covariáveis), considerando $p < 0,05$ e IC95%. Participaram do estudo 41 adolescentes HIV+ (56% do sexo feminino e 65,8% com carga viral indetectável), com idade média de 14,5 anos ($\pm 2,2$). Os valores médios do escore de atividade física e dos valores de ângulo de fase foram de 1,4 ($\pm 1,3$) e 4,5° ($\pm 1,1$), respectivamente. Foram observadas diferenças entre os sexos na resistência e massa livre de gordura ($p < 0,01$). A atividade física, ajustada por covariáveis, apresentou associação positiva com o ângulo de fase ($\beta = 0,44$; IC = 0,08; 0,61). O modelo ajustado por covariáveis explicou 45% das alterações no ângulo de fase ($F = 3,57$; $p = 0,01$; $R^2 = 0,45$). O nível de atividade física está associado aos valores de ângulo de fase em adolescentes HIV+.

Palavras-chave: Atividade Física; Impedância bioelétrica; Saúde do adolescente.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação da aptidão cardiorrespiratória com a pressão arterial e frequência cardíaca de repouso de crianças e adolescentes do município de Lagoa do Carro - PE

AUTORES

Marcus de Alencar Matos
Tércio Araújo do Rêgo Barros
Dryelle Saile Santos Melo
Ramon de Albuquerque Costa
Pedro Henrique Elias da Silva
Rafael dos Santos Henrique

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Verificar a associação da aptidão cardiorrespiratória (ACR) com as pressões arteriais sistólica (PAS) e diastólica (PAD) e frequência cardíaca de repouso (FC) de crianças e adolescentes. Procedimentos metodológicos: A amostra foi composta por 1111 crianças (535 meninas), entre 5 e 15 ($9,52 \pm 2,67$) anos de idade, de 12 escolas públicas do município de Lagoa do Carro-PE. A ACR foi avaliada com o teste Progressive Aerobic Cardiovascular Endurance Run (PACER), considerando a distância em metros como medida de desempenho. Valores de PA sistólica, diastólica e FC foram obtidos em repouso com um tensiômetro digital. Para a análise estatística foi utilizada uma correlação parcial de Pearson entre as variáveis, considerando idade e sexo como variáveis de ajuste. O valor de significância foi fixado em $p < 0,05$. Foram verificadas correlações negativas e significantes para todas as variáveis (PAS: $r = -0,18$, $p < 0,001$; PAD: $r = -0,21$, $p < 0,001$; FC: $r = -0,17$, $p < 0,001$), mostrando que quanto maior a distância percorrida, menor a PA e a FC. Nossos resultados permitem concluir que a ACR esteve inversamente associada às pressões arteriais sistólica e diastólica e à FC de repouso em escolares. Apesar da baixa magnitude das correlações, a relação observada pode ter importantes implicações para a saúde cardiovascular e reforça a relevância da aptidão cardiorrespiratória para a promoção da saúde na infância e adolescência.

Palavras-chave: Cardiovascular; Criança; Adolescente; Aptidão cardiorrespiratória; Pressão arterial.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação do estado nutricional de estudantes do ensino médio da Região de Grande Florianópolis, SC, entre 2019 e 2022 conforme indicadores sociodemográficos

AUTORES

Maria Beatriz Vieira de Brito
Gabriel Pereira Maciel
Marcus Vinicius Veber Lopes
Kelly Samara da Silva

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O objetivo deste estudo é comparar o estado nutricional de adolescentes catarinenses entre 2019 e 2022, conforme indicadores sociodemográficos. Trata-se de um estudo transversal repetido que avaliou estudantes de ensino médio integrado ao técnico dos Institutos Federais de Educação da Grande Florianópolis, em 2019 ($M = 16,37$ anos; $n = 752$, 51% do sexo feminino) e 2022 ($M = 16,45$ anos; $n = 913$, 51% do sexo feminino). A massa corporal (kg) e a estatura (cm) foram aferidas pelos pesquisadores. O estado nutricional foi obtido a partir das curvas de crescimento do índice de massa corporal propostas pela Organização Mundial da Saúde. Sexo e nível socioeconômico foram obtidos por meio de questionário. Utilizou-se dos testes qui-quadrado de Pearson e exato de Fisher ($p < 0,05$). Foi observada diferença do estado nutricional entre os inquéritos ($p = 0,01$), dada pela maior prevalência de sobrepeso (2019: 18%; 2022: 22%) e de obesidade (2019: 7,3%; 2022: 9,7%) em 2022. Na análise por sexo, observou-se que a diferença da prevalência de obesidade entre os inquéritos foi identificada no sexo masculino (2019: 6,5%; 2022: 10%, $p = 0,04$), mas não no feminino (2019: 8,1%; 2022: 9,1%, $p = 0,09$). Observou-se diferenças na prevalência do estado nutricional nos adolescentes pertencentes ao maior tercil socioeconômico no ano de 2022 comparado ao de 2019 (sobrepeso: 26% versus 16%; obesidade: 9,2% versus 7,9%). A comparação entre os inquéritos, mostrou diferença no estado nutricional, com maior percentual do sobrepeso e da obesidade; principalmente no sexo masculino e entre os adolescentes com maior poder aquisitivo.

Palavras-chave: Adolescência; Estado nutricional; Sobrepeso; Obesidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre os estratos do modelo social ecológico e a tarefa de levantar-se do solo em adolescentes do Estado de Pernambuco

AUTORES

Maria Clara César Vila Nova de Oliveira

Túlio G. Martins-guimarães

Rodrigo S. Almeida

José Henrique A. Nascimento

Darley S. Cardoso

Daniel R. Queiroz

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Analisar se os estratos Intrapessoal, Interpessoal, Organizacional, Comunitário e Político do Modelo Social Ecológico (MSE) estão associados com a Competência Motora (CM) em adolescentes do ensino médio das escolas estaduais de Pernambuco. A amostra é composta por 601 adolescentes. A CM foi avaliada pelo produto do Supine To Stand (STS), o teste inicia a partir da posição supinada e termina ao ficar de pé o mais rápido possível. Os dados sobre o MSE foram obtidos pelo Global School-based Student Health Survey. Foram realizadas regressões lineares entre os estratos do MSE e o STS, considerando $p < 0,05$ para todas as análises. Observamos uma associação entre as variáveis do estrato Intrapessoal; Organizacional e Político. O desempenho do STS está associado com o sexo, onde meninas desempenham a tarefa em maior tempo ($\beta = 0,45$). Adolescentes de 16/17 anos têm pior desempenho no STS ($\beta = 0,05$). Morar na região rural está associado a um melhor desempenho ($\beta = -0,09$). Não praticar atividade física (AF) no tempo livre está relacionado a um pior desempenho ($\beta = 0,12$). Quem realiza AF em espaços diferentes de quadras cobertas têm um pior desempenho ($\beta = 0,12$). Quem estuda no ensino médio integral têm um pior desempenho na tarefa do STS ($\beta = 0,20$). A CM está associada a diferentes fatores do MSE, vemos a importância de criar ambientes favoráveis em todos os estratos, promovendo oportunidades de prática adequadas, contribuindo para o desenvolvimento da CM.

Palavras-chave: Competência motora; Adolescentes; Saúde.

Apoio: CAPES e CNPq.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A participação nas aulas de educação física e a percepção de saúde dos adolescentes de Pernambuco

AUTORES

Maria Deisyelle Sibaldina da Silva Almeida
Carlos Eduardo Soares de Freitas Silva
Caroline Ramos de Moura Silva
Maria Júlia de Freitas Lourenço e Simão
Jorge Bezerra
Mauro Virgílio Gomes de Barros

Universidade de Pernambuco, Recife, PE.

Analisar a associação entre a participação em aulas de educação física e percepção de saúde em adolescentes. Procedimentos metodológicos: Estudo transversal descritivo de abrangência estadual, realizado a partir dos dados do “Projeto Atitude -2022”. A amostra foi composta por adolescentes de 14 a 19 anos, matriculados nas escolas de ensino médio de Pernambuco. Para a coleta dos dados utilizou-se o questionário Global School-based Student Health Survey (GSHS). A variável dependente foi a percepção de saúde. As demais variáveis foram participação nas aulas de EF, sexo, idade, cor da pele, local de residência e ocupação. Para as análises, estatística descritiva, Qui-quadrado e regressão logística binária, adotando-se um $p < 0,05$ como nível de significância. A amostra foi composta por 4.514 adolescentes, dos quais 54,5% eram do sexo feminino, 50,8% tinham idade de 14 a 16 anos, 75% eram de cor de pele não branca, 76% residentes na zona urbana, 90,3% não trabalhavam e 82% participam das aulas de EF. De acordo com a análise de associação, 85% dos que participam das aulas têm percepção de saúde positiva e 75,7% tem percepção de saúde negativa. Observou-se que adolescentes participantes das aulas de EF têm mais chances de relatarem percepção de saúde positiva em comparação aos que não participam das aulas (OR = 1,81; IC95%: 1,55-2,13), esse resultado permaneceu após o ajuste (OR = 1,54; IC95%:1,30-1,81). A participação nas aulas de EF é um fator associado a percepção de saúde em adolescentes, e aqueles que participam têm maior chance de apresentarem percepção de saúde positiva.

Palavras-chave: Educação Física; Saúde; Adolescente.

Apoio: FACEPE, CAPES e CNPq.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação da atividade física no lazer com um indicador de imagem corporal em adolescentes brasileiros: PeNSE 2019

AUTORES

Maria Lionela do Nascimento Froz
Adrian Gomes de Souza
Rafael Martins da Costa
Gillianne Crystina dos Anjos Cardoso
Roseanne Gomes Autran da Costa

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, AM.

Analisar a relação entre a atividade física no lazer (AFL) com um indicador de imagem corporal (IC) em adolescentes brasileiros. Foram analisados dados de 145.231 adolescentes participantes da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar de 2019. A IC foi analisada a partir de um indicador: “O que você está fazendo em relação ao seu peso?” e foram consideradas as respostas “nada” (categoria de referência), “perder peso”, “ganhar peso” e “manter o peso”. A AFL foi obtida pela multiplicação da frequência semanal e pela duração diária e foi categorizada como “não pratica” (categoria de referência), “não atende” (1-299 min/sem) e “atende” (≥ 300 min/sem). Regressão logística multinomial foi realizada para verificar a relação da AFL com o indicador de IC. Os resultados foram apresentados em Odds Ratio (OR) e seus intervalos de confiança de 95% (IC95%), e o p-valor $< 0,05$ foi considerado. As análises foram ajustadas por sexo, idade e escolaridade da mãe. Adolescentes que praticam AFL tem mais chances de quererem perder peso (Atende: OR = 2,07; IC95% = 1,83;2,33; Não atende: OR = 1,67; IC95% = 1,57;1,77), ganhar peso (Atende: OR = 1,31; IC95% = 1,55;2,03; Não atende: OR = 1,31; IC95% = 1,22;1,40) e manter o peso (Atende: OR = 2,80; IC95% = 2,46;3,18; Não atende: OR = 1,83; IC95% = 1,70;1,97) quando comparados aos seus pares que não praticam AFL. Conclusões: A AFL está relacionada com alguma ação em relação ao peso corporal de adolescentes brasileiros. Mais estudos são necessários considerando os outros domínios da atividade física e indicadores de estilo de vida, assim como outros indicadores de IC nessa faixa etária.

Palavras-chave: Adolescentes; Atividade física; Imagem corporal; Comportamento sedentário.

Apoio: Agradecemos a Universidade Federal do Estado do Amazonas- UFAM e o Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde- CBAFS pela oportunidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação da atividade física, do comportamento sedentário e da participação em aulas de educação física com a competência motora em adolescentes

AUTORES

Maria Mylena Aguiar de Lima
Diego de Melo Lima
José Henrique Arruda Nascimento
Lucas Guilherme do Ó Silva
Maria Clara César Vila Nova de Oliveira
Carla Meneses Hardman

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

A Competência Motora pode ser impactada por comportamentos adquiridos durante o processo de crescimento e desenvolvimento, assim como pode afetar em indicadores de saúde. Analisar a relação entre as recomendações de Atividade Física (AF), Comportamento Sedentário (CS) e participação em aulas de Educação Física (EF) com a Competência Motora (CM) em adolescentes. Estudo transversal realizado em 2022 com adolescentes do ensino médio da rede pública do estado de Pernambuco, Brasil. A CM foi avaliada por meio da velocidade do movimento de levantar-se do chão por meio do teste "Supine-to-Stand" (STS). A AF e o CS foram avaliados por meio da aderência às recomendações para adolescentes, sendo AF de intensidade moderada a vigorosa ≥ 60 min/dia e < 2 h tempo de tela/dia, respectivamente. A participação nas aulas de EF foi avaliada mediante a quantidade de aulas autorrelatada. Os dados foram analisados por meio de regressão linear, considerando $p < 0,05$. As análises foram ajustadas pela idade. A amostra foi composta por 2.691 adolescentes, sendo 55,8% do sexo feminino e com idade média de $16,5 \pm 1,16$. Não atender às recomendações de AF piora o desempenho na CM ($\beta = 0,11$; $p = 0,01$). Além disso, não participar de aulas de EF piora a CM ($\beta = 0,22$; $p < 0,01$) em comparação a quem participa de ≥ 3 aulas. Não houve relação estatisticamente significativa entre as recomendações de CS e CM. Não atender as recomendações de AF e não participar de aulas de Educação Física reduz o desempenho da CM no teste Supine-to-Stand em adolescentes.

Palavras-chave: Atividade motora; Comportamento sedentário; Adolescente; Desempenho psicomotor.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre fadiga autorrelatada e capacidade funcional em crianças e adolescentes durante o tratamento oncológico

AUTORES

Mariana Alonso Etchemendy
Licelli Amante Cardoso
Bárbara Carlin de Ramos do Espírito Santo
Micheli Carminatti
Herber Orlando Benitez
Ingrid Alessandra Victoria Wolin

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar a associação entre fadiga autorrelatada e capacidade funcional em pacientes infantojuvenis durante tratamento oncológico. Procedimentos metodológicos: Estudo transversal com 25 crianças e adolescentes (14 meninos), de 4 a 14 anos ($9,1 \pm 3,6$ anos), sendo 80%(20) participantes em tratamento quimioterápico. Foi utilizado a Pediatric Quality of life inventory™ Multidimensional Fatigue Scale (PedsQL). Esta é constituída por três subescalas que incluem a avaliação de Cansaço em geral, sono e mental. Os escores brutos foram transformados em escalas de 0 a 100, sendo 0 = 100, 1 = 75, 2 = 50, 3 = 25, 4 = 0. Maiores pontuações indicam menores sintomas de fadiga. A capacidade funcional foi avaliada pelo teste Timed Up and Go - TUG que mede o tempo necessário para a pessoa se levantar de uma cadeira, caminhar uma distância de 3 metros, retornar e se sentar. Os valores esperáveis em crianças saudáveis são entre 6 e 8 segundos. Foi feita a correlação linear de Pearson. A média Cansaço em geral foi de $64,5 \pm 17,1$, relacionado ao sono $57,0 \pm 19,0$ e cansaço mental $60,5 \pm 24,8$. A fadiga total foi de $60,7 \pm 17,9$. A média do tempo do teste de TUG foi $10,7 \pm 4,1$. O índice de correlação com a capacidade funcional foi -0,20 para fadiga total ($p = 0,32$); -0,32 para cansaço geral ($p = 0,11$); -0,14 para cansaço relacionado ao sono ($p = 0,48$) e -0,11 para cansaço mental ($p = 0,60$). Foi observada uma relação linear negativa entre capacidade funcional e a fadiga total, sem significância estatística, sugerindo mais pesquisas na área.

Palavras-chave: Fadiga; Aptidão Física; Crianças; Sobreviventes ao câncer.

Apoio: Programa de Pós Graduação em Educação Física (PPGEF) Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina (CDS) Grupo de Pesquisa em Exercício Clínico (GPEC) Hospital Infantil Joana de Gusmão (HIJG).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Percepção da competência motora e medo de avaliação social negativa

AUTORES

Marieli Benites

Aline Coelho Arruda

Lázaro Vinicius Pansanato Villas Boas

Glauber Carvalho Nobre

Marcelo Gonçalves Duarte

Universidade Federal de Mato Grosso do Sul,
Pioneiros, MS.

No contexto da Educação Física e esporte, um crescente número de estudos tem reportado uma tendência de pouca participação ativa nas atividades motoras nas aulas de educação física, uma vez que as crianças percebem-se expostas socialmente, e por ventura podem reconhecer a exposição social como uma ameaça. O presente estudo objetivou investigar a relação do medo de avaliação social negativa (MASN) e a percepção de competência motora (PCM) em crianças. Participaram do estudo 60 crianças com idades entre 6 e 8 anos ($7,21 \pm 0,49$), 24 meninos ($7,22 \pm 0,49$) e 36 meninas ($7,20 \pm 0,43$). Para identificar o medo de avaliação negativa foi utilizado Brief Fear of Negative Evaluation Scale in physical activity and sports settings - BFNE-PAS e para avaliar a percepção de competência motora utilizou-se Pictorial Scale of Perceived Movement Skill Competence. Para a análise descritiva foram utilizados valores de percentil, classificando-as em baixo, médio e alto, e para a correlação utilizou-se o teste de correlação de Spearman, adotando um nível de significância de $p \leq 0,05$ e utilizando o software estatístico SPSS versão 24. Os resultados apresentaram que 30% das crianças mostraram baixo MASN, 45% médio MASN e 25% alto MASN. Para a PCM, 26,7% apresentaram baixo PCM, 42,2% médio PCM e 31,1% alto PCM. Os resultados demonstram uma correlação negativa e moderada entre o MASN e PCM ($p < 0,05/r = -0,41$). Conclui-se que crianças com alta exposição social podem estar menos motivadas as práticas motoras.

Palavras-chave: Crianças; Exposição social; Competência motora.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física entre adolescentes brasileiros de acordo com a composição domiciliar

AUTORES

Marielly Rodrigues de Souza
Ana Paula Muraro
Amanda Cristina de Souza Andrade
Paulo Rogério Melo Rodrigues

Universidade Federal de Mato Grosso, Cuiabá, MT.

Estimar a associação da composição domiciliar com a atividade física em adolescentes. Estudo transversal de base escolar, com amostra representativa de adolescentes brasileiros, participantes da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE 2019; N = 159.245). A composição domiciliar foi avaliada com as questões: “Você mora com sua mãe?” e “Você mora com seu pai?”, que foram combinadas e categorizadas em: mora com ambos os pais, mora apenas com a mãe, mora apenas com o pai e mora sem nenhum dos pais. A atividade física acumulada foi obtida pelo somatório dos tempos de atividades realizadas na semana anterior em oito quesitos que contemplam três domínios: deslocamento entre casa e escola, aulas de educação física e atividades físicas extraescolares. Entre adolescentes de escolas públicas, 70,6% eram insuficientemente ativos, sendo maior entre aqueles que moravam sem nenhum dos pais (73,2%; IC95% = 71,2; 75,0) comparados aos que moravam com ambos os pais (70,4%; IC95% = 69,5; 71,3) e apenas com o pai (67,8%; IC95% = 65,2; 70,3). Para os estudantes de escolas privadas, 70,2% foram classificados como insuficientemente ativos, sendo maior entre aqueles que moravam sem nenhum dos pais (74,0%; IC95% = 71,5; 76,4) comparados aos que moram com ambos os pais (69,6%; IC95% = 68,5; 70,7). Após ajuste por sexo, idade e estrato socioeconômico, apenas a associação observada para adolescentes de escolas privadas foi mantida (OR = 1,2; IC95% = 1,1; 1,4). A prática insuficiente de atividade física foi maior entre adolescentes que moravam sem nenhum dos pais.

Palavras-chave: Composição domiciliar; Atividade física; Adolescente.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação do estado nutricional com maturação somática em adolescentes de 11 a 15 anos de escolas públicas da cidade de Curitiba-PR

AUTORES

Marina Buck dos Santos
Eliane Denise Araújo Bacil
Ana Beatriz Pacífico
Rafael Martins
Wagner de Campos

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR.

O objetivo do presente estudo foi verificar a associação do estado nutricional com a maturação somática em 2347 adolescentes, de ambos os sexos, de 11 a 15 anos de escolas públicas da cidade de Curitiba, Paraná. Este estudo é um inquérito epidemiológico descritivo correlacional de corte transversal. Foram coletados: idade, sexo, condição socioeconômica, medidas de peso, altura e altura tronco cefálica. Para mensurar o estado nutricional foi utilizado o Índice de Massa Corporal (IMC) baseado no score Z de acordo com sexo e idade proposto pela Organização Mundial de Saúde. Os adolescentes foram classificados em baixo peso, eutrófico, sobrepeso e obeso. A avaliação da maturação somática foi realizada através da análise do Pico de Velocidade de Altura (IPVA) classificando os escolares em maturados precoce, no tempo e tardio. Para a análise dos dados foi utilizado regressão logística multinomial com intervalos de confiança de 95% (IC95%) e $p < 0,05$, ajustado para sexo, idade e classificação socioeconômica. Como resultados verificou-se que os adolescentes com sobrepeso (OR = 3,38; IC95% = 2,48-4,60) e obesidade (OR = 11,54; IC95% = 8,34-15,98) apresentaram mais chances de serem maturados precocemente em comparação com adolescentes eutróficos e maturados no tempo. Contudo, os adolescentes com baixo peso apresentaram 3,22 vezes (OR = 3,22; IC95% = 1,90-5,47) mais chances de serem maturados tardio em comparação com adolescentes eutróficos e maturados no tempo. Conclui-se que adolescentes com sobrepeso e obesidade apresentaram risco maior para maturação precoce e adolescentes de baixo peso apresentaram risco maior para maturação tardia independente do sexo, idade e classificação socioeconômica.

Palavras-chave: Adolescente; Maturação Biológica; Estado nutricional.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Perfil da prática de atividade física do paciente com escoliose

AUTORES

Marina Ziegler Frantz
Ísis Juliene Rodrigues Leite Navarro
Cláudia Tarragô Candotti

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

A atividade física traz benefícios para corpo e mente, beneficiando qualidade de vida e saúde, embora pessoas com alguma deformidade acreditem que essa prática possa causar prejuízos. A escoliose idiopática é uma deformidade tridimensional progressiva da coluna vertebral, afetando 3% da população, principalmente meninas. O objetivo é descrever a prática de atividade física da pessoa com escoliose idiopática, em relação a frequência e modalidade. Nesse estudo retrospectivo, foi utilizado um banco de dados com 255 pessoas, sendo incluindo de forma arbitrária os primeiros 100 que atenderam aos critérios de elegibilidade. Foram coletadas informações como: prática de atividade física, prática de educação física na escola e a frequência dessas práticas. A análise foi feita por estatística descritiva, média, desvio padrão e distribuição de frequências. A amostra foi composta por 27 adultos e 73 adolescentes, sendo 75 do sexo feminino. A média de idade, estatura e massa corporal foram de 16,7 ± 8 anos, 1,6 ± 0,1m e 48,8 ± 13kg, respectivamente. No total, 24 pessoas eram sedentárias e 76 praticavam algum tipo de atividade física. As principais modalidades praticadas incluem educação física na escola, algum tipo de dança, Pilates e musculação na academia. Ainda, dos 76 ativos, a frequência com que praticavam a atividade variou entre 1x até 6x/semana, sendo que a maioria (50%) afirmou realizar as práticas 2x/semana. Se observou que 76% das pessoas com escoliose idiopática avaliadas realizavam algum tipo de atividade física. As práticas são variadas, tanto referente a modalidade, quanto a frequência, e parecem não incluir atividades de alto impacto.

Palavras-chave: Escoliose; Exercício físico; Comportamento sedentário.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Fatores associados ao padrão alimentar de atletas do ensino médio do Estado de Goiás

AUTORES

Matias Noll
Priscilla Rayanne e Silva Noll
Lázaro Furtado
Lauyane Fonseca Terra

Instituto Federal Goiano, Ceres, GO.

Tendo em vista importância dos indicadores de saúde de jovens atletas, esta pesquisa teve como objetivo avaliar os fatores associados ao padrão alimentar de atletas do ensino médio. Trata-se de um estudo epidemiológico transversal que avaliou 248 atletas do estado de Goiás, Brasil, com idades entre 14 e 20 anos. A avaliação do padrão alimentar incluiu o hábito de tomar café da manhã, o consumo de vegetais e de frutas, bem como o consumo de doces. Foram considerados como variáveis independentes os seguintes fatores: variáveis sociodemográficas, econômicas, antropométricas, controle do peso corporal, psicossociais, comportamento sedentário, tempo de sono, refeições, álcool, fumo e níveis força muscular (manual e de tronco). Os dados foram analisados por meio do modelo de regressão de Poisson e a medida de efeito foi a razão de prevalência (RP - sem ajuste). Os resultados indicaram que 45,6% dos atletas pulavam o café da manhã, 29,8% comiam doces regularmente e apenas 8,9% consumiam vegetais e frutas regularmente. Encontramos as seguintes associações: pular o café da manhã e vomitar ou usar laxantes para perder peso (RP 1,12; IC 95%: 1,01-1,26); baixo consumo de frutas e vegetais e uso de medicamentos para emagrecer (RP 1,05; IC 95%: 1,02-1,07); alto consumo de doces e sexo feminino (RP 1,32; IC 95%: 1,12-1,55); alto consumo de doces e atividades sedentárias (> 2h assistindo TV) (RP 1,19; IC 95%: 1,02-1,39). Nossos achados permitem concluir que fatores sociodemográficos, controle de peso corporal e sedentarismo estão relacionados com o padrão alimentar de atletas do ensino médio.

Palavras-chave: Adolescente; Esporte; Saúde; Hábito alimentar; Atleta.

Apoio: Ao IF Goiano pelo suporte.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Os níveis de aptidão cardiorrespiratória pré-pandemia são preditores da qualidade de vida relacionada à saúde em crianças no pós-pandemia de COVID-19

AUTORES

Mauro Castro Ignácio
Vanilson Batista Lemes
Camila Felin Fochesatto
Caroline Brand
Anelise Reis Gaya
Adroaldo Cezar Araújo Gaya

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Identificar se o nível de aptidão cardiorrespiratória (ACR) de crianças no período pré-pandêmico da COVID-19 é um preditor longitudinal (3 anos) da qualidade de vida relacionada à saúde (QVS) no período pós-pandêmico considerando idade, índice de massa corporal (IMC) e sexo como fatores de ajuste. trata-se de um estudo longitudinal retrospectivo, com abordagem quantitativa de associação. As avaliações de linha de base ocorreram no período pré-pandêmico de COVID-19 (fevereiro de 2019) e no período pós-pandêmico de COVID-19 (fevereiro de 2022). A amostra foi composta por 32 alunos, com idade entre 6 a 13 anos, de 10 turmas de 1ª a 5ª séries de uma escola brasileira de ensino fundamental. A ACR foi avaliada de acordo com o protocolo PROESP-BR. O ACR foi alterado para escore-z ajustado para idade, IMC e sexo. A QVS foi obtida de acordo com Kidscreen-27. A correlação de Pearson e os modelos de regressão linear foram aplicados para testar a associação longitudinal entre os escores de ACR e QVS e domínios específicos. a ACR é uma variável preditora com efeito longitudinal menor a médio no escore geral de QVS ($\beta = 15,74$; $p = 0,005$), e em domínios específicos: percepção corporal física ($\beta = 4,14$; $p = 0,003$), psicológico ($\beta = 4,58$; $p = 0,054$), apoio social e pares ($\beta = 2,11$; $p = 0,041$) e ambiente escolar ($\beta = 1,85$; $p = 0,043$). o nível de ACR em crianças no período pré-pandêmico de COVID-19 é um preditor longitudinal de QVS em crianças no período pós-pandêmico. Níveis mais altos de ACR no período pré-pandêmico levam a melhor QVS no período pós-pandêmico.

Palavras-chave: Atividade física; Aptidão física relacionada à saúde; Índice de massa corporal; Crianças.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Fadiga autorrelatada em crianças e adolescentes em tratamento oncológico submetidos a um programa de atividade física domiciliar

AUTORES

Micheli Carminatti
Licelli Amante Cardoso
Ingrid Alessandra Victoria Wolin
Herber Orlando Benitez
Mariana Alonso Etchemendy
Cíntia de La Rocha Freitas

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar a fadiga autorrelatada de crianças e adolescentes em tratamento oncológico submetidos a um programa de atividade física em ambiente domiciliar. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS: Ensaio clínico não controlado, realizado em um hospital de Florianópolis-SC, com pacientes ambulatoriais, registrado no Registro Brasileiro de Ensaio Clínicos e aprovado pelos Comitês de Ética da Universidade Federal de Santa Catarina e do Hospital no qual o estudo foi realizado. A intervenção domiciliar ocorreu 2 vezes semanais, durante 12 semanas, de forma não supervisionada, através de cadernos entregues aos pacientes com brincadeiras e exercícios funcionais de acordo com a faixa etária. A fadiga autorrelatada foi avaliada pela Escala Multidimensional de Cansaço PedsQL™, nas dimensões: cansaço geral, sono, mental e total, sendo maiores pontuações, menores sintomas. Para comparação pré e pós, foi utilizado teste t de Student para dados pareados. 25 pacientes (14 meninos e 11 meninas), tinham idade de 4 a 14 anos ($9,1 \pm 3,6$ anos), sendo 80% em tratamento quimioterápico. Os escores encontrados sem resultado significativo para o pré e pós intervenção, foram: mental ($60,50 \pm 23,07,8$ e $64,50 \pm 23,07$; $p = 0,09$), cansaço geral ($64,5 \pm 17,0$ e $68,5 \pm 21,7$; $p = 0,05$) e sono ($57,0 \pm 18,9$ e $61,1 \pm 19,8$; $p = 0,05$). Na fadiga total (todos os domínios) foi encontrado resultado significativo ($60,6 \pm 17,8$ e $64,7 \pm 18,2$; $p = 0,03$). A atividade física domiciliar resultou em uma melhora em todos os domínios da fadiga. Na fadiga total o resultado é ainda mais promissor, mostrando-se como uma possibilidade para melhora da fadiga autorrelatada no tratamento oncológico.

Palavras-chave: Fadiga; Atividade Física; Crianças Sobreviventes ao câncer.

Apoio: Programa de Pós-Graduação em Educação Física (PPGEF) Grupo de Estudos em Exercícios Clínicos (GPEC Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina (CDS) Hospital Infantil Joana de Gusmão (HIJG).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física, consumo de alimentos ultraprocessados, comportamento sedentário, sobrepeso e obesidade em adolescentes: um estudo longitudinal

AUTORES

Michelle Kércia dos Santos Pereira
José Lucas de Medeiros
Tayse Guedes Cabral
James Silva Moura Buchmeier
Adélia da Costa Pereira de Arruda Neta
José Cazusa de Farias Júnior

Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, PB.

O objetivo deste estudo foi de analisar a associação, de forma isolada e combinada, da atividade física, consumo de alimentos ultraprocessados e comportamento sedentário com o sobrepeso e a obesidade em adolescentes. Estudo longitudinal (2014 a 2017) com 503 adolescentes (54,3% do sexo feminino), de 10 a 13 anos de idade, em 2014, escolares de João Pessoa (PB). A atividade física (≥ 420 minutos/semana vs. < 420 minutos/semana) e o comportamento sedentário (> 2 horas/dia vs. ≤ 2 horas/dia) foram mensurados por meio de questionário. O consumo alimentos ultraprocessados (percentual de energia na dieta que era proveniente do consumo de alimentos ultraprocessados: $\leq 26,7\%$ /dia vs. $> 26,7\%$ /dia) foi mensurado a partir da aplicação do recordatório de 24h. Foram formados os seguintes grupos: atende as recomendações em todos os comportamentos; atende em pelo menos dois, atende em apenas um, e não atende em nenhum. O sobrepeso (Escore-z $> +1$ a Escore-z ≤ 2) e a obesidade (Escore-z $> +2$ a Escore-z $> +3$) foram determinados com base no índice de massa corporal. Os resultados das análises por Equações por Estimativas Generalizadas indicaram que os adolescentes que não atendiam as recomendações de comportamento sedentário tiveram mais chances de sobrepeso (OR = 1,28; IC95%: 1,11 - 1,48) comparados aos que atendiam. Os demais comportamentos e as suas combinações não se associaram ao sobrepeso e a obesidade. Adolescentes que despendem tempo acima do recomendado em comportamento sedentário estão mais propensos a terem sobrepeso.

Palavras-chave: Atividade motora; Alimentos ultraprocessados; Comportamento sedentário; Sobrepeso; Obesidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Prevalência de escolares em zona de risco para a saúde: Programa Vem ser Pelotas

AUTORES

Milena Andretti Piana
Amanda Franco da Silva
Camila Borges Muller
Rousseau Silva da Veiga
Fabrício Boscolo Del Vecchio
Eraldo Pinheiro dos Santos

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

O Programa Vem Ser Pelotas avalia, identifica e direciona crianças e adolescentes, a partir do 5º ano do ensino fundamental das escolas municipais de Pelotas/RS, para projetos de desenvolvimento esportivo, bem como apresenta um diagnóstico relacionado à saúde dos escolares. Neste estudo, objetivou-se classificar escolares em zonas de risco para a saúde, estratificando por sexo e idade. As variáveis utilizadas foram: estatura e massa corporal para calcular o índice de massa corporal (IMC), testes de flexibilidade (FLEX), potência de membros superiores (PMS), resistência muscular localizada (RML), velocidade linear (VL) e capacidade cardiorrespiratória (CC). Foram avaliados 1882 escolares (907 meninas) de 10 a 15 anos de idade, de escolas públicas de Pelotas/RS. Os testes foram aplicados conforme o protocolo do Projeto Esporte Brasil (PROESP-Br), e os resultados descritivos e os pontos de corte sugeridos pelo PROESP-Br. No teste de VL, apenas meninas de 11 anos e meninos de 14 obtiveram percentuais abaixo dos 50% de risco à saúde. Na PMS, mais de 60% das meninas de 10 e 11 anos tiveram resultados satisfatórios para a saúde. Já na FLEX, somente meninos de 10 a 13 anos apresentaram percentuais maiores para a zona saudável do que para a zona de risco. Todos os grupos apresentaram percentual menor que 50% de risco à saúde no IMC. Por fim, embora bons resultados no IMC e FLEX, a maioria dos escolares apresentaram resultados preocupantes para a saúde em RML e CC com percentuais próximos a 100% da amostra na zona de risco.

Palavras-chave: Aptidão física; Escolas; Saúde; Adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Impacto da pandemia COVID-19 sobre a prática de atividade física, tempo de tela e comportamento do sono de escolares

AUTORES

Milena Trindade Domingues
Pedro Rodrigues Curi Hallal
Eduardo Ribes Kohn
Otávio Amaral de Andrade Leão

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

Avaliar o impacto da pandemia de COVID-19 sobre a prática de atividade física, tempo de tela e comportamento do sono de escolares de 1º a 4º ano do ensino fundamental. Procedimentos metodológicos: Um inquérito transversal foi conduzido com escolares de idade entre 6 e 13 anos, estudantes de quatro escolas do município de São José do Norte-RS. Um questionário envolvendo questões sociodemográficas, atividade física, tempo de tela e comportamento do sono foi entregue em sala de aula juntamente com o termo de consentimento livre e esclarecido. Os estudantes levaram o termo e o questionário para casa e devolveram, devidamente preenchidos pelo responsável, no prazo limite de 48h posteriores ao recebimento para que os dados pudessem ser analisados. Para análise, utilizou-se Teste-t para comparação de médias. A amostra da pesquisa incluiu 196 estudantes. A prática de atividade física reduziu em 53 minutos por semana comparando o período pré-pandemia com o período atual ($p < 0,001$). Além disso, foi observada redução de 0,4 horas de sono por noite durante o período ($p < 0,001$). Contudo, o único indicador com mudança positiva foi o tempo de tela, que reduziu em 40 minutos por dia ($p < 0,001$). A pandemia impactou negativamente na saúde dos escolares, com prejuízos em relação à atividade física e a qualidade do sono. Entretanto, em relação ao tempo de tela, houve decréscimo durante o período. Portanto, políticas públicas para promoção de atividade física, incentivo à redução no tempo de tela e informação a respeito do sono saudável devem ser oferecidas a esses escolares.

Palavras-chave: Comportamento sedentário; Epidemiologia; COVID-19.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação entre o desempenho motor, tempo de sono, tempo de ecrã e tempo em brincadeiras ativas de crianças portuguesas

AUTORES

Monica Nascimento
Andreia Pizarro
Paula Rodrigues
Jorge Lopes Cavalcante Neto
Mariana Milheiro
Olga Vasconcelos

Universidade do Porto, Porto, Portugal.

A literatura mostra que crianças mais sedentárias podem apresentar sérias dificuldades motoras em seu desenvolvimento, nas atividades físicas na escola e em brincadeiras de lazer. O objetivo deste estudo foi explorar a relação entre o desempenho motor, o tempo de sono, tempo de ecrã e tempo em brincadeiras ativas, com crianças portuguesas. Avaliamos 138 crianças, com idades entre 5 a 10 anos, residentes em Vila Nova de Gaia - Porto e Castelo Branco, com a bateria de testes Körperkoordinationstest Für Kinder - KTK e o questionário IAN-AF, onde recolhemos informações sobre o tempo de sono, de ecrã e em brincadeiras ativas. Com base nos valores obtidos no KTK, classificamos o desempenho motor como pobre ou normal (incluindo as crianças classificadas com bom desempenho). O tempo nas diferentes atividades foi registrado em blocos de 15 minutos, com exceção das horas de sono medidas hora a hora. Não encontramos diferenças significativas no desempenho motor total entre as crianças, no que diz respeito às variáveis consideradas para este estudo. A regressão logística stepwise mostra uma associação entre o desempenho normal no equilíbrio com um menor tempo de ecrã (OR = 1.005, 95%CI:1.00 - 1.01) e com um maior tempo passado em brincadeiras ativas (OR = 0.995, 95%CI:0.99 - 1.00). Não se verificou valor preditivo para nenhuma das variáveis no desempenho motor total. Contudo, vale ressaltar a importância de novas investigações neste tema, dado o elevado número de participantes classificados com um coeficiente motor pobre, criando intervenções que melhorem o desempenho motor das crianças.

Palavras-chave: Desempenho motor; Criança; KTK; Bateria de teste.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A percepção de saúde e atividade física de escolares de diferentes contextos sociais do município de Pelotas/RS

AUTORES

Mylena Rocha de Farias

Giulia Salaberry Leite

Inácio Crochemore-silva

Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

O objetivo deste estudo foi avaliar a compreensão dos estudantes de 8º e 9º anos do ensino fundamental, provenientes de diferentes contextos sociais de escolas públicas e privadas do município de Pelotas, Rio Grande do Sul, sobre os conceitos de saúde e sua relação com a atividade física (AF). A abordagem utilizada foi qualitativa, caracterizando-se como um estudo descritivo. O processo de amostragem foi intencional e incluiu dez estudantes. Para coleta dos dados, esse estudo utilizou entrevistas semiestruturadas e o Questionário Complementar Padronizado de Nível Socioeconômico, ambos aplicados de forma online. A análise dos dados foi realizada por meio da técnica de análise de conteúdo. Os resultados apontam que a maioria dos estudantes entendem saúde como o ato de cuidar de si e atingir o bem-estar. Os estudantes preferiram definições de saúde que incluíam fatores sociais em comparação a definições limitadas às questões individuais. No entanto, todos os estudantes consideraram-se saudáveis, optando majoritariamente por responder essa pergunta, de acordo com a definição de saúde centrada em aspectos individuais. Além disso, todos os participantes realizam algum tipo de AF e acreditam que esta contribui para a melhoria da saúde. Embora um conceito de saúde ampliado aos fatores sociais seja apreciado pelos estudantes, eles entendem saúde numa perspectiva individual, relacionando a prática de AF para melhoria direta da saúde. Nesse sentido, esse estudo ressalta a necessidade de ações contextualizadas à realidade das escolas e que possam colaborar para ampliação de seus conceitos individuais sobre saúde.

Palavras-chave: Saúde; Atividade Física; Desigualdade social.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Comparação da qualidade de vida de acordo com o nível de atividade física em escolares

AUTORES

Nadyne Rubin
William dos Santos Vieira
Caroline Rosa Muraro
Jéverson Bonho
Jociane Bonho
Caroline Pietta Dias

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Comparar a qualidade de vida de acordo com o nível de atividade física em escolares de 7 à 17 anos. Estudo transversal, por acessibilidade. População escolar de 7 à 9 anos da rede municipal de Caxias do Sul/RS, coleta realizada no ano de 2018. O nível de atividade física foi avaliado pelo PAQ-C, escores valor ≥ 3 , ativos. Para qualidade de vida, as crianças responderam o KINDL QV- Genérico, quanto maior o escore, melhor a qualidade de vida. Através da autorização da Secretaria Municipal de Educação (SMED), foram realizados contatos com escolas selecionadas para agendamento das coletas, os responsáveis pelas crianças assinaram o TCLE. Realizou-se estatística descritiva (média, desvio padrão e frequências), teste de Kolmogorov-Smirnov para distribuição dos dados e teste T-independente para comparação entre os grupos, com nível de significância de $p \leq 0,05$ (SPSS 19.0). Dos 720 escolares entrevistados apenas 18,1% ($n = 130$) foram classificados como ativos, 81,9% ($n = 590$) eram inativos. Em relação à qualidade de vida, o escore geral foi de $76,8 \pm 9,8$ pontos. Percebemos que, escolares inativos apresentaram menores escores de qualidade de vida nos domínios autoestima ($69,1 \pm 21,3$; $p = 0,007$), amigos ($77,4 \pm 16,9$; $p = 0,002$) e no escore total ($76,2 \pm 9,8$; $p = 0,002$), quando comparado com o grupo ativo ($74,7 \pm 19,3$; $82,6 \pm 16$; $79,2 \pm 9,2$) respectivamente. Demais domínios não foram observadas diferenças significativas entre os grupos ($p \geq 0,05$). A maior parte dos escolares avaliados, foram classificados como inativos e estes apresentaram pior escore na qualidade de vida geral e nos domínios autoestima e relação com amigos.

Palavras-chave: Atividade física; Qualidade de vida; Crianças; Ensino fundamental; Comportamento sedentário.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Um novo método para avaliação do efeito de intervenções motoras e na atividade física em crianças: abordagem baseada na ciência de redes e dos sistemas complexos

AUTORES

Natali Pereira da Silva
Ana Clara Cassimiro Nunes
Michelly Arruda Alencar
Paulo Felipe Ribeiro Bandeira

Universidade Federal do Vale do São Francisco,
Petrolina, PB.

Pesquisas que conduziram programas de intervenção motora e na atividade física apresentam, predominantemente, a mudança das variáveis a partir da análise do pré-teste para o pós-teste, porém, pouco se sabe sobre os processos emergentes que estão relacionados com essas modificações em cada aula. O objetivo foi propor um método de análise de redes complexas, para avaliar a aprendizagem coletiva (modularidade) e individual (hubs) em programas de intervenção motora e na atividade física. As aulas serão gravadas e as interações serão observadas por meio da análise de vídeos. O método de redes nos permite observar se crianças que cooperam mais durante as aulas são aquelas que ao final da intervenção evoluem nas variáveis mensuradas como, por exemplo, habilidades motoras fundamentais, cognição e atividade física. Utiliza-se um algoritmo chamado SA que pode ser implementado no Rstudio e Python. O algoritmo emprega duas métricas chamadas C e Z que avaliam a modularidade e conectores, respectivamente. Essa nova abordagem permite avaliar quais crianças são responsáveis por mediar seu aprendizado e de outras crianças, proporcionando ao professor, otimizar suas aulas. Tal análise possibilitará ainda, avaliar individualmente a evolução de cada criança ao longo do programa de intervenção e compreender se o papel que ela apresenta no sistema (aulas) se modifica ao longo do tempo (conectora, hub ou se está na periferia da rede). O estudo propõe uma nova abordagem para avaliar programas de intervenção, considerando a aprendizagem individual e coletiva a partir da ciência de redes e da complexidade.

Palavras-chave: Crianças; Atividade Física; Análise da complexidade; Análise de redes sociais.

Apoio: Research productivity grant 04-2022 - Bolsa de Produtividade em Pesquisa (BPI)/ Fundação Cearense de Apoio ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico (FUNCAPE)/ Coordenação de Aperfeiçoamento Pessoal de Nível Superior (CAPES) / Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq)/ Fundação de Amparo à Ciência e Tecnologia de Pernambuco (FACEPE).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito de dois programas de intervenção escolar na aptidão física e em fatores de risco cardiometabólicos de crianças

AUTORES

Natalia Zurita-corvalán
Camila Felin Fochesatto
Laura Favero Ramírez
Anelise Reis Gaya
Caroline Brand

Universidad Católica de Valparaíso, Viñas del Mar,
Chile.

Determinar el efecto de dos programas de intervención en la aptitud física y factores de riesgo cardiometabólicos en escolares y comparar la prevalencia de no respondedores. Estudio cuasi experimental, realizado con 38 niños y niñas (6 a 11 años), divididos en grupo intervención (GI, n = 21) y grupo comparación (GC, n = 17). La intervención duró 21 semanas, con clases 2 veces por semana. El GI participó en una intervención nutricional y deportes y entrenamiento en circuito (intensidad moderada/vigorosa). El GC participó en clases de educación física de acuerdo con la Base Nacional Común Curricular. Se evaluó la aptitud cardiorrespiratoria (APCR), agilidad, velocidad, fuerza de miembros inferiores (FMI), LDL-c, colesterol total, triglicéridos y perímetro de cintura (PC), antes y después de las intervenciones. Para el análisis de datos se utilizó regresión logística y ANOVA. Se observó una mejora en APCR ($p = 0,02$), agilidad ($p = 0,03$) y FMI ($p = 0,02$) entre el pre y post para el GI. La APCR mostró una diferencia porcentual entre grupos ($p = 0,007$) y una mayor prevalencia de no respondedores en el grupo de comparación (GC:76.99%; GI:21.1%, OR = 1,46 IC95% 1,19 1,78). El PC aumentó en el GC, mostrando una diferencia porcentual entre grupos ($p = 0,024$) y una prevalencia más baja de no respondedores en el GI (GI:57.9%; GC:92.3%, OR = 1,21 IC95% 1,03 1,42). LDL-c se redujo en GI y GC ($p < 0,001$ para ambos). Conclusión: clases de educación física bien planificadas y con intensidad moderada/vigorosa pueden adoptarse a nivel escolar y son capaces de promover la salud de los niños.

Palavras-clave: Capacidad cardiovascular; Fuerza muscular; Colesterol; Adiposidad; Educación física y entrenamiento físico.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Cochilos diurnos em dias da semana exercem influência sobre as atividades físicas e o uso de telas entre crianças e adolescentes?

AUTORES

Nayara Melo Mota
Anna Karolina Cerqueira Barros
Eduardo Silva de Macedo
Mayva Mayana Ferreira Schrann
Gilmar Mercês de Jesus

Universidade Estadual de Feira de Santana, Novo Horizonte, BA.

Analisar a associação entre o tempo de cochilos diurnos durante dias da semana e a atividade física (AF) e o uso de telas de crianças (7-9 anos) e adolescentes (10-15 anos). Estudo transversal, realizado em 2022, com 1.004 estudantes de escolas quilombolas rurais de Feira de Santana, Bahia (50,3% meninos; Idade: $9,04 \pm 1,52$ anos; IMC: $17,8 \pm 3,5 \text{Kg/m}^2$). As frequências de AF e de uso de telas (TV, celular, computador e videogame) foram avaliadas por meio do questionário online Web-CAAFE. O tempo de cochilos foi avaliado com uma escala com as respostas não realiza cochilo, entre 30-90 minutos e 120 ou mais minutos. A análise, estratificada por faixa etária, incluiu estatística descritiva e regressão binomial negativa para estimar Razões de Prevalência (RP) e Intervalos de 95% de Confiança (IC95%), adotando $p < 0,05$. As frequências medianas de AF e de telas foram 2 (0-12, crianças; 0-18, adolescentes) e 2 (0-7, crianças; 0-10, adolescentes), respectivamente. Cochilos diurnos entre 30-90 minutos e 120 ou mais minutos ocorreram em 7,5% e 8,4% dos participantes. Cochilos de 120 ou mais minutos reduziram 33% da AF diária ($R_p = 0,77$; $IC_{95\%} = 0,61-0,98$), entre os adolescentes, ajustado por sexo e turno escolar. Não houve associação entre cochilos e a AF das crianças ou o uso de telas entre crianças e adolescentes. Realizar cochilos diurnos de longa duração se associou com menor envolvimento em AF entre adolescentes, porém sem associação significativa com o uso de telas. Sugere-se explorar quais são os fatores que podem estar relacionados com a sonolência em jovens.

Palavras-chave: Crianças; Adolescentes; Atividade física; Sonolência diurna; Tempo de tela.

Apoio: Agradecimentos à Secretaria de Educação de Feira de Santana, diretores das escolas e pais dos estudantes participantes. Agradecimento à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelas bolsas de pós-graduação 88887.703092/2022-00 e 88887.687171/2022-00.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Aptidão Física relacionada à saúde em crianças do município de Matinhos-PR

AUTORES

Nícolas Coutinho Lomba
Alessandra Sumie Yamamoto
Júlio Brugnara Mello
Adriano Akira Ferreira Hino
Evaldo Ribeiro Júnior

Universidade Federal do Paraná, Matinhos, PR.

Descrever o perfil da aptidão física relacionada à saúde em crianças de uma escola de Matinhos, PR. Estudo transversal com amostragem não probabilística. Por conveniência foram convidadas as turmas matutinas (3-5º anos) de uma escola municipal de Matinhos, Paraná, uma criança recusou-se participar. A partir do protocolo do Projeto Esporte Brasil (PROESP-Br) avaliamos e classificamos o IMC (Kg/m²) e a aptidão cardiorrespiratória (corrida/caminhada de 6 minutos - TC6) baseado na saúde cardiovascular; a flexibilidade (sentar e alcançar - SEA) na saúde musculoesquelética; e a velocidade (corrida 20 metros - 20m) na saúde óssea. Para análise estatística utilizamos o teste de Kolmogorov-Smirnov, tabelas de contingência e o teste exato de Fisher. Participaram, 160 crianças, idade: 8,99 ± 0,96 anos; 53% feminino, IMC 18,5 ± 4,27 kg/m². Considerando a classificação, estavam em zona de risco à saúde para IMC: 34% (p < 0,01), SEA: 65% (p < 0,01), TC6: 49% (ns) e 20m: 93%. Ao comparar sexos, para o TC6 61,8% dos meninos encontravam-se na classificação da zona de risco a saúde (OR: 0,31; IC95% 0,16 - 0,62) e para o SEA 56,6% das meninas na zona de risco (OR: 2,04, IC95% 1,00 - 4,16). Estes resultados chamam atenção, pois culturalmente meninos tendem a melhor aptidão cardiorrespiratórias, que pode estar atrelado a maiores níveis de atividade física ao passo que meninas tendem a maior flexibilidade, por questões biológicas. Destaca-se, a necessidade de implementar ações de monitoramento epidemiológico nas escolas, bem como ações de promoção de atividade física dentro e fora do ambiente escolar em Matinhos-PR.

Palavras-chave: Aptidão Física; Crianças; Saúde; Escola.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análise comparativa de dois protocolos de avaliação da aptidão cardiorrespiratória na escola: um relato de experiência

AUTORES

Nícolas Coutinho Lomba
Alessandra Sumie Yamamoto
Júlio Brugnara Mello
Adriano Akira Ferreira Hino
Evaldo José Ferreira Ribeiro Junior

Universidade Federal do Paraná - Setor Litoral,
Matinhos, PR.

Descrever a experiência de aplicação de dois protocolos distintos de avaliação da aptidão cardiorrespiratória. Relato de experiência com amostra por conveniência, composta de 140 crianças (8,91 ± 0,92 anos, 52% feminino) de uma escola municipal central de Matinhos, litoral, Paraná. Testes aplicados: corrida/caminhada 6 minutos (TC6) [PROESP-BR, 2021] e Vai-e-Vem-20m (VV20) [Léger e Lambert, 1982]. Análise de aplicabilidade foi feita por observação e experiência de campo, considerando os seguintes critérios: espaço e logística; controle e dinâmica do teste; existência de equações preditoras de VO₂. Relato de experiência: O TC6 impôs dificuldades de aplicabilidade: necessidade de amplo espaço e eventual exposição climática; computação de voltas e distâncias; padronização afetada por diferentes layouts. Ao contrário, com VV20 utilizamos menor espaço; avaliamos mais crianças simultaneamente; há um controle ritmado e progressivo do esforço. Além disso, percebemos maior motivação das crianças na execução do VV20, pois seu formato, com alterações de velocidade pelos sinais sonoros e fases a serem cumpridas similar a um jogo, tornam o teste dinâmico. Um ponto negativo do VV20 é a necessidade de dispositivo de áudio para aplicação. Os dois testes possuem equações preditoras de VO₂max, porém não coincidem as faixas etárias. Ambos os testes são aplicáveis e têm suas limitações, no entanto, nossa experiência mostrou-se mais positiva com o VV20. Reconhecendo a importante contribuição nacional do PROESP-BR para criação de um banco de dados de aptidão física escolar, sugerimos a necessidade de rever o TC6, por algum teste de melhor aplicabilidade e motivantes aos escolares.

Palavras-chave: Aptidão Física; Crianças; Saúde; Escola.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



As características dos espaços públicos abertos estão associadas a prática de atividade física em crianças e adolescentes de Florianópolis, SC?

AUTORES

Olga Maria da Silva Bezerra Cavalcanti
Francisco Timbó de Paiva Neto
Danielle de Amaral Macêdo
Thamires Gabrielly dos Santos Coco
Ana Carolina Belther Santos
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Este estudo teve como objetivo investigar a associação entre as características de espaços públicos abertos (EPAs) e a prática de atividade física moderada a vigorosa (AFMV) de crianças e adolescentes. Trata-se de um estudo de observação sistemática de nove EPAs de Florianópolis realizado em 2018. Os EPAs foram caracterizados pela presença de estruturas para AF e renda do entorno do bairro, por meio do Physical Activity Resource Assessment (PARA). A prática de AFMV foi identificada entre aqueles que realizaram caminhada, corrida, exercícios de força e ciclismo por meio do System for Observing Play and Recreation in Communities (SOPARC). A regressão logística foi utilizada para testar a associação. Foram observadas 12.311 crianças e 7.589 adolescentes nos EPAs, destes 63,8% e 66,8% engajados em AFMV, respectivamente. Os espaços com as estruturas quadras e campos aumentaram as chances de crianças (OR = 1,96, IC 95%: 1,66-2,32) e adolescentes (OR = 3,70, IC 95%: 3,06-4,48) praticarem AFMV em relação a estrutura gramado. Maior engajamento em AFMV por crianças (OR = 1,88, IC 95%: 1,53-2,31) e adolescentes (OR = 1,70, IC 95%: 1,30-2,21), foi observado em EPAs localizados em bairros com menor renda do entorno quando comparado a maior renda. A prática de AFMV é influenciada pelos tipos de estruturas dos EPAs. Entretanto, não é impactada de forma negativa pela localização em bairros com menor renda do entorno. Ampliar a variedade de estruturas para AF em EPAs localizados em áreas socioeconômicas de menor renda pode aumentar os níveis de AFMV de crianças e adolescentes.

Palavras-chave: Ambiente construído; Atividade motora; Infância e adolescência.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação do tempo em jogos eletrônicos e mídias sociais com o consumo de substâncias psicoativas em estudantes do Ensino Médio

AUTORES

Priscila Cristina dos Santos
André Ferreira Cavalheiro
Cleidyane Caetano Gaspar Sales
Bruno Nunes de Oliveira
Marcus Vinicius Veber Lopes
Kelly Samara Silva

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

Analisar a associação do tempo despendido em telas para jogar e acessar mídias sociais com o uso de substâncias psicoativas em adolescentes. Procedimentos metodológicos: Este estudo analisou dados de 874 estudantes do ensino médio integrado ao técnico dos Institutos Federais da Grande Florianópolis, SC, participantes do Estudo Longitudinal do Estilo de Vida de Adolescentes (ELEVA). Informações sobre o consumo de cigarro e álcool nos últimos 30 dias (sim ou não), a experimentação de drogas ilícitas, e o tempo diário em jogos eletrônicos e em mídias sociais (< 2horas; ≥2horas a < 4horas; ≥4horas) foram obtidas da aplicação de um questionário padronizado. Regressão logística multinível (estudantes agregados nas escolas), ajustada por sexo, idade e nível socioeconômico foi realizada. A média de idade da amostra foi de $16,4 \pm 1,1$ anos e 49,8% dos adolescentes eram do sexo feminino. As prevalências do consumo de cigarro, álcool e experimentação de drogas ilícitas foram de 8,2%; 43,4% e 20,3%, respectivamente. Não houve associação entre o tempo em jogos eletrônicos e o uso de substâncias psicoativas. Entretanto, observou-se associação entre o uso de mídias sociais por ≥4 horas/dia (comparado a < 2horas/dia) com o uso de cigarros (OR = 2,89; IC95% = 1,48;5,66), o consumo de bebidas alcoólicas (OR = 3,01; IC95% = 2,11;4,29) e experimentação de drogas ilícitas (OR = 2,45; IC95% = 1,57;3,82). Adolescentes expostos a um tempo excessivo em mídias sociais (≥4 horas/dia) foram mais propensos ao consumo de substâncias psicoativas. Esses achados alertam para a necessidade de investigar prospectivamente o impacto do acesso demasiado em mídias sociais sobre os comportamentos de risco dos adolescentes.

Palavras-chave: Tempo de tela; Fumar cigarro; Consumo de bebidas alcoólicas; Uso de substâncias.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Relação entre medidas da competência motora e indicadores de saúde: uma análise a partir da perspectiva de redes

AUTORES

Rafael dos Santos Henrique
Cássio Henrique Correia de Moura
Douglas Marques Cavalcanti
Marcus de Alencar Matos
Leonardo Gomes de Oliveira Luz
Paulo Felipe Ribeiro Bandeira

Universidade Regional do Cariri

Verificar a interrelação entre três medidas da competência motora com indicadores de saúde em escolares. Trata-se de um estudo observacional, transversal, que avaliou 287 jovens, com idade entre 6 e 12 anos ($8,65 \pm 1,56$), de cinco escolas públicas de Lagoa do Carro-PE. A competência motora foi avaliada por três instrumentos: Motor Competence Assessment, Körperkoordinationstest für Kinder e Supine to Stand. A aptidão física foi avaliada com os testes PACER, sentar e alcançar e corrida de 20m. Dados antropométricos de estatura, massa corporal foram medidos para o cálculo do índice de massa corporal (IMC). A pressão arterial sistólica e diastólica também foram avaliadas. Para verificar a interrelação entre as variáveis foi utilizada a análise em redes, considerando como indicadores de centralidade a força, proximidade, intermediação e influência esperada. A análise dos dados foi realizada no JASP força, proximidade e intermediação. O indicador de centralidade de influência esperada foi usado para identificar as variáveis mais influentes da rede. Idade e sexo apresentam maior força (1,45 e 1,02, respectivamente), enquanto que o STS e a idade estabeleciam maior proximidade (1,60 e 1,49, respectivamente). Entretanto, o desempenho no STS e o IMC foram as variáveis que apresentaram maior intermediação (2,16 e 1,59, respectivamente). Enquanto que o desempenho em tarefas de manipulação do MCA foi a única a demonstrar elevada influência esperada (1,37). Tais resultados reforçam a relevância da competência motora como fatores que influencia diferentes indicadores de saúde de escolares. Sendo assim, intervenções com foco na competência motora são recomendadas.

Palavras-chave: Competência motora; Saúde; Escolares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre tempo de tela e competência motora de crianças: uma revisão sistemática

AUTORES

Raquel Nichele de Chaves
Lucas Mednis
Thayse Natacha Gomes
Fernanda Karina dos Santos
Ciro Romelio Rodriguez Añez
Michele Caroline de Souza Ribas

Universidade Tecnológica Federal do Paraná,
Curitiba, PR.

O tempo de tela tem sido relacionado a desfechos negativos à saúde das crianças, a que se destacam possíveis prejuízos à competência motora. Desse modo, esta revisão teve como objetivo resumir as evidências científicas referentes à associação entre tempo de tela e competência motora em crianças. A busca foi realizada nas bases de dados ERIC, PsycInfo, PubMed, Scopus, SportDiscus, Academic Search Premier e Web of Science, consoante diretrizes do PRISMA. Foram incluídos artigos científicos em Língua Inglesa, publicados entre 2010 e 2021, que associaram tempo de tela e competência motora de forma quantitativa em amostras de crianças com idades entre três e 10 anos, desenvolvimento típico. O risco de viés foi avaliado seguindo as diretrizes CONSORT e STROBE. Foram selecionados 14 artigos, dos quais oito avaliaram o tempo de tela em comportamento sedentário, cinco o tempo de tela ativo, e um avaliou ambos. Relativamente ao delineamento, nove estudos foram observacionais (sete transversais e dois longitudinais) e cinco estudos experimentais. A maioria dos estudos transversais (57%) não encontrou relação significativa entre tempo de tela sedentário e competência motora. Entretanto, estudos longitudinais apontaram uma associação negativa entre tais variáveis. Os estudos experimentais sobre o uso de videogames ativos sugeriram que seu uso pode melhorar a competência motora, contudo, ao comparar com grupos de controle, os resultados mostraram-se inconsistentes. O número reduzido de artigos publicados e a forte variabilidade metodológica dificultaram o entendimento das relações que se estabelecem entre o tempo de tela em comportamento sedentário ou ativo e a competência motora.

Palavras-chave: Comportamento sedentário; Tempo de tela; Competência motora.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação da prática de exercícios físicos com a insatisfação com a imagem corporal em adolescentes de Curitiba/PR

AUTORES

Rinely Pazinato Dutra
João Venícios Tavares de Sousa
Maria Eduarda Santos de Almeida
Letícia Lamberty Pedrozo
Murilo Bastos
Michael Pereira da Silva

Universidade Federal do Rio Grande, Rio Grande, RS.

Este estudo avaliou a associação entre a insatisfação com a imagem corporal (IIC) e a participação de adolescentes em exercícios físicos de musculação, ginástica de academia, abdominais, corrida e caminhada como exercício. Realizou-se um estudo transversal com 799 adolescentes (10-16 anos) matriculados em 14 escolas públicas, selecionadas aleatoriamente, na cidade de Curitiba/PR, em 2015. Avaliou-se a IIC pelo Body Shape Questionnaire que foi dicotomizada em “livre de insatisfação” e “com algum nível de insatisfação”. Avaliou-se a participação em exercícios físicos através do Questionário de Atividade Física para Adolescentes, a variável foi categorizada em “não pratica”, “prática até 300 min semanalmente” e “prática mais de 300 min semanalmente”. Avaliou-se a associação entre a IIC e participação em exercícios físicos através da regressão de Poisson com controle de erros robustos por clusters, para obtenção das razões de prevalências (RP) com intervalos de confiança de 95% (IC95%) e $p < 0,05$. A análise foi ajustada para sexo, maturação sexual e estado nutricional. A prevalência de IIC foi de 28,0% (IC95% = 23,8;32,6) e 48,7% (IC95% = 43,0;54,4) dos adolescentes não praticaram nenhum dos exercícios avaliados. A análise ajustada demonstrou que a prevalência de IIC foi 28% maior em adolescentes que praticavam mais de 300 minutos por semana em comparação aos que não praticavam exercício físico (Rp = 1,28; IC95% = 1,08;1,52). Para aqueles que praticavam até 300 minutos por semana, não foi encontrada associação com a IIC (Rp = 0,99; IC95% = 0,81;1,21). Conclui-se que os adolescentes com maior tempo despendido em exercícios físicos foram mais propensos a apresentarem algum nível de insatisfação com a imagem corporal.

Palavras-chave: Atividade motora; Imagem corporal; Adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre a recomendação da atividade física, número de amigos e competência motora em adolescentes

AUTORES

Rodrigo da Silva Almeida
Maria Clara César Vila Nova de Oliveira
José Henrique Arruda Nascimento
Fernando de Lima
Maria Mylena Aguiar de Lima
Daniel da Rocha Queiroz

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Analisar a associação entre a recomendação da atividade física, número de amigos e competência motora. Estudo transversal realizado com 831 adolescentes de 14 a 19 anos (365 meninos) do ensino médio da rede pública do estado de Pernambuco, no ano de 2022. A Competência Motora (CM) foi analisada a partir da tarefa de levantar-se do chão na posição supinada, por meio do teste Supine-to-Stand (STS). A Atividade Física (AF) foi avaliada através do atendimento às recomendações ≥ 60 min/dia. O número de amigos (N.A) foi auto-relacionado. Os dados foram analisados por meio de regressão linear, considerando $p < 0,05$. As análises foram ajustadas pela idade. Observamos que o não atendimento as recomendações de AF está associado a um pior desempenho no STS ($\beta = 0,12$; $p = 0,007$). Em relação ao N.A., a cada amigo que é acrescentado têm-se um melhor desempenho na tarefa ($\beta = -0,04$; $p = 0,018$). Foi observado que o atendimento às recomendações e o número de amigos promove uma maior competência motora em adolescentes.

Palavras-chave: Competência motora; Atividade física; Adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A ocorrência de *bullying* em adolescentes está associada ao nível de atividade física?

AUTORES

Rossana Arruda Borges Dupont
Caroline Ramos de Moura Silva
Jorge Bezerra; Mauro Virgílio Gomes de Barros

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Analisar a associação entre atividade física e *bullying* em adolescentes. Trata-se de um estudo epidemiológico transversal, realizado a partir dos dados do “Projeto Atitude”, coletados em 2022, com estudantes do ensino médio de escolas públicas do estado de Pernambuco, Brasil. Foi utilizada a versão adaptada do GSHS, aplicada na forma autoadministrada. A variável dependente foi a ocorrência de *bullying*. As análises estatísticas foram realizadas no SPSS (v. 18). A regressão logística binária foi utilizada para avaliar a associação entre o nível de atividade física e a ocorrência de *bullying*, adotando-se um $p < 0,05$. A amostra foi composta por 4.514 adolescentes, sendo a maioria do sexo feminino (54,5%), com idade entre 14-16 anos (50,8%), cor de pele não branca (75%), residentes da zona urbana (75,9%) e estudantes de escolas integrais (57,6%). Aproximadamente um em cada quatro (22,4%) adolescentes sofreram algum tipo de *bullying* e três em cada quatro (73,6%) foram classificados como insuficientemente ativos. Verificou-se entre os adolescentes insuficientemente ativos e entre os ativos uma prevalência de *bullying* de 23,5% e 19,4%, respectivamente. Adolescentes que eram insuficientemente ativos têm maior chance de sofrerem *bullying*, quando comparados aos ativos (OR = 1,28; IC95%:1,08-1,51), esse resultado permaneceu após análise ajustada por sexo, idade, ocupação e exposição ao álcool (OR = 1,19; IC95%:1,00-1,40). Frente a esse cenário concluímos que há uma necessidade urgente de ações intersetoriais a partir de políticas e programas educativos que efetivem a redução e prevenção da ocorrência do *bullying* e inatividade física nas escolas, minimizando possíveis complicações de saúde e aprendizagem.

Palavras-chave: *Bullying*; Atividade Física; Saúde do Adolescente.

Apoio: Secretaria de Educação do Estado de Pernambuco, Secretaria de Saúde do Estado de Pernambuco, CNPQ, CAPES e FACEPE.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Impacto da pandemia sobre a aderência a comportamentos de movimento das 24 horas de escolares em situação de vulnerabilidade social

AUTORES

Rostand de Souza Lira Filho
Gabrielle Ceci Costa Couceiro
Cássio Henrique Correia de Moura
João Vitor de Araújo Silva
João Victor Cavalcanti Fraga
Rafael dos Santos Henrique

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

Avaliar o impacto da pandemia na composição dos comportamentos das 24h de movimento (C24h; i.e., atividade física [AF], comportamento sedentário [CS] e sono), de crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS: A amostra contou com 337 participantes (175 meninas), de 12 escolas públicas de Lagoa do Carro-PE, avaliados em dois momentos (2019, quando tinham entre 5 e 15 anos, e 2023, quando tinham entre 9 e 18 anos). A AF foi avaliada com os questionários PAQ-C e PAQ-A, considerando valores acima de 2,73 e 2,75 como critério de atendimento às recomendações de AF por crianças e adolescentes, respectivamente. CS e horas de sono foram avaliados com o questionário ISCOLE, sendo 2h/dia o limite para atendimento das recomendações de CS, enquanto que 9-11h, para crianças, e 8-10h, para adolescentes, foram usados para verificar a aderência às recomendações. Para avaliar o atendimento às recomendações de C24h, frequências relativas foram calculadas. Em 2019, 42,0%, 27,1% e 75,3% atenderam às recomendações de AF, CS e sono, respectivamente. 10,4% não atenderam à nenhuma das recomendações, e 6,8% atenderam às três recomendações. Já em 2023, a aderência às recomendações foi de 25,9%, 35,4% e 25,3%, para AF, CS e sono, respectivamente. Apenas 3,9% atenderam às três recomendações, enquanto que 35,0% não atenderam à nenhuma das recomendações. Nossos resultados ratificam o efeito da pandemia sobre o atendimento das recomendações de C24h. Tais resultados podem ser usados para o estabelecimento de estratégias visando a adoção de um estilo de vida ativo e saudável.

Palavras-chave: Atividade Física; Comportamento sedentário; Sono; Escolares.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Aptidão cardiorrespiratória e prática esportiva em estudantes de Corumbá-MS

AUTORES

Sarita de Mendonça Bacciotti
Claudio Henrique Pereira Verão
Lidyane Ferreira Zambrin
Sílvia Beatriz Serra Baruki
Mariana Biagi Batista

Universidade Federal de Mato Grosso do Sul,
Câmpus do Pantanal, Corumbá, MS.

Muitos adultos e jovens são considerados insuficientemente ativos não atendendo às recomendações mínimas de atividade física habitual. Assim, reduzir as taxas de inatividade física pode representar uma estratégia para redução dos fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis, com redução de gastos públicos. O objetivo do estudo foi analisar a aptidão cardiorrespiratória (ACR) de escolares de acordo com a prática esportiva (PE) e sexo. Foram avaliados 32 escolares (17 feminino e 15 masculino) de 8 a 12 anos, de uma escola pública da cidade de Corumbá-MS. Foram mensuradas massa corporal (kg), estatura (m) e realizado o cálculo do índice de massa corporal ($IMC = kg/m^2$). A prática esportiva (PE) foi determinada por questionário validado. A aptidão cardiorrespiratória (ACR) foi avaliada com o teste vai e vem de 20 metros, e o consumo máximo de oxigênio (VO_2) estimado por meio da equação proposta por Mahar et al. (2006). Foi utilizado o teste Mann-Whitney para comparação entre grupos. Os escolares apresentaram valores medianos de 10 anos, massa corporal de 39,4kg, estatura de 1,4m, IMC igual a $18,9kg/m^2$ e VO_2 de 46,02 ml/kg/min. Do total de escolares 41% praticavam esportes (33% entre meninos e 47% entre meninas). Na comparação do VO_2 considerando todos os escolares não houve diferença significativa entre os grupos de PE ($p = 0,65$). Nas análises estratificadas por sexo também não foram identificadas diferenças no VO_2 entre meninas ($p = 1,00$) e meninos ($p = 0,31$). Conclui-se que não houve relação entre a PE e os indicadores de ACR para os participantes deste estudo.

Palavras-chave: Aptidão física; Esporte; Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Avaliação de estado nutricional e comportamento sedentário em escolares de Corumbá/MS

AUTORES

Silvia Beatriz Serra Baruki
Lidyane Ferreira Zambrin
Bruna Erica Arruda da Silva
Suzana Chalis Soquere
Ethiene Silva de Oliveira Viana
Mariana Biagi Batista

Universidade Federal de Mato Grosso do Sul,
Câmpus do Pantanal, Corumbá, MS.

Hábitos modernos vêm favorecendo comportamento sedentário (CS) entre crianças/adolescentes e estão associados a fatores de risco cardiometabólicos e hábitos alimentares inadequados, predispondo ao desenvolvimento de obesidade. O objetivo do estudo foi avaliar estado nutricional e CS em escolares de oito a 12 anos. Avaliou-se massa corporal (kg); estatura (m); e Índice de Massa Corporal (IMC) (kg/m^2), para classificar estado nutricional em eutrofia, sobrepeso e obesidade (WHO, 2007). CS (horas/dia) foi determinado pelo tempo gasto sentado (média entre um dia da semana e um do final de semana) (IPAQ, 2005), considerando CS de risco para a saúde > 2 horas/dia (BRASIL, 2021). Nas análises estatísticas utilizou-se média, desvio padrão; frequência absoluta e relativa; e teste t de Student com significância de $P < 0,05$. Foram avaliados 62 escolares ($10,1 \pm 1,12$ anos), 54,8% meninos. Observou-se média de IMC igual $19,9\% \pm 5,1 \text{ kg}/\text{m}^2$, 54,8% com eutrofia ($>$ meninos, 29,0%), 16,2% com sobrepeso (8,1% em ambos os sexos) e 29,0% com obesidade ($>$ meninos, 17,7%). A média do CS foi igual a $4,15 \pm 2,2$ h/dia e 80,6% não atendem às recomendações ($<$ 2h/dia). Comparando estado nutricional e CS, grupo eutrófico teve CS menor (3,8 h/dia) relacionado ao sobrepeso (5,7 h/dia) ($P < 0,05$) e sem diferenças entre obesidade (3,9 h/dia) ($P > 0,05$) e excesso de peso corporal (4,57 h/dia) ($P > 0,05$). Elevada frequência de excesso de peso corporal (45,2%) e CS, sugere forte exposição aos fatores de risco para doenças crônicas, nessa população, ressaltando a importância do monitoramento de peso corporal e atividade física no contexto escolar.

Palavras-chave: Obesidade infantil; Atividade Física; Índice de Massa Corporal; Promoção de saúde.

Apoio: Os autores agradecem ao CNPq pelo apoio financeiro recebido.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Alterações na aptidão física de escolares após a participação em um projeto de educação em saúde

AUTORES

Taís Isabel Leubet
Giovana Smolski Driemeier
Marcos Antônio da Silva Lamarque
Fabiana Breitenbach
Moane Marchesan Krug

Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Unijuí, RS.

O Projeto MOVIMENTA é uma parceria interinstitucional entre a Fundação Municipal de Saúde de Santa Rosa e a Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, que proporciona um espaço de cuidado integral aos escolares a partir do envolvimento em práticas corporais e atividades de educação em saúde. Tendo em vista as ações desenvolvidas, o objetivo deste resumo foi avaliar a aptidão física de escolares pré e pós a participação no Projeto MOVIMENTA. Esse projeto acontece duas vezes na semana, com duração de 150 minutos, onde os escolares participam de duas oficinas (cada uma com duração de aproximadamente 70 minutos), sendo uma de práticas corporais e, a outra, de atividades de educação em saúde. No ano de 2022 participaram do MOVIMENTA 192 escolares, porém, foram selecionados aqueles que atingiram 75% de participação, contabilizando 35 alunos. Os escolares foram avaliados no início do projeto e após oito meses de participação pela bateria de testes do PROESP-BR. As comparações foram realizadas no programa SPSS pelo teste T de Student para amostras dependentes, adotando nível de significância de 5%. Após a participação no programa os escolares apresentaram melhora significativa em sua resistência muscular abdominal ($p = 0,043$) e na capacidade cardiorrespiratória ($p = 0,031$). Programas que ofertem práticas corporais e ações de educação em saúde devem ser incentivados pois podem auxiliar na melhora da aptidão física de escolares.

Palavras-chave: Educação em saúde; Estudantes; Exercício Físico.

Apoio: Fundação Municipal de Saúde de Santa Rosa - FUMSSAR.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre indicadores bioquímicos, antropométricos e nível de atividade física em crianças e adolescentes

AUTORES

Tamara dos Santos Lima
Yara Lucy Fidelix
Raquel da Franca
Dyandra Fernanda Lima de Oliveira
Edirlane Soares do Nascimento
Ferdinando Oliveira Carvalho

Universidade Federal do Vale do São Francisco,
Petrolina, PE.

Este estudo objetivou verificar a associação entre indicadores bioquímicos, antropométricos e nível de atividade física em crianças e adolescentes. Trata-se de um estudo transversal, de caráter descritivo e abordagem quantitativa, realizado em 9 escolas de um município do Piauí, entre março a dezembro de 2017, com 190 crianças e adolescentes com idade entre 8 a 16 anos, sendo 35,3% do sexo masculino e 64,7% do sexo feminino. Foram coletados dados antropométricos (peso, estatura e circunferência da cintura - CC), bioquímicos (glicose em jejum, triglicerídeos, insulina, colesterol total, LDL-colesterol e HDL-colesterol), pressão arterial e nível de atividade física pelo IPAQ-versão curta, e classificados de acordo com Diretriz (I DPAIA, 2005). Na análise estatística, utilizou-se medidas de média e desvio padrão, e construídos modelos de regressão logística múltiplos, utilizando SPSS, 2000, versão 18.0, com nível de significância de 5%. Foi demonstrada uma associação da CC com o HDL ($p = 0,013$; $r^2 = 0,15$) e com o colesterol total ($p = 0,028$; $r^2 = 0,175$). A partir da medida odds ratio foi verificado a CC adequada esteve 10,5% menos chance de apresentar valor indesejável de HDL < 45mg/dL. Já os com CC inadequada apresentaram 7,9% mais chances de ter colesterol total elevado e 9,1% mais chances de resistência à insulina. Este estudo não mostrou associação significativa entre o nível de atividade física e pressão arterial e as demais variáveis. Conclui-se que a CC é o principal indicador antropométrico, associada ao aumento nos níveis da resistência à insulina, colesterol total e valores de HDL indesejáveis.

Palavras-chave: Circunferência da cintura; HDL-colesterol; Resistência à insulina; Saúde da criança; Saúde do adolescente.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



O estado nutricional modera a associação dos fatores psicossociais com a prática de atividade física de diferentes intensidades em adolescentes?

AUTORES

Tayse Guedes Cabral
Ially Rayssa Dias Moura
Eduarda Cristina da Costa Silva
Juliana Maria da Penha Freire Silva
Josélia dos Santos Almeida
José Cazuza de Farias Júnior

Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, PB.

Analisar de forma longitudinal a associação do apoio social e da autoeficácia com a prática de atividade física de diferentes intensidades (leve, moderada, vigorosa e moderada-vigorosa) dos adolescentes e avaliar se o estado nutricional modera essas associações. Estudo longitudinal (de 2014 a 2017), com 129 adolescentes de ambos os sexos (53,8% do sexo feminino, de 10 a 13 anos de idade em 2014) da cidade de João Pessoa (PB). O apoio social foi mensurado por uma escala com 5 itens para cada fonte de apoio (pai, mãe e amigos) e a autoeficácia por uma escala de 4 itens. O tempo de prática de atividade física de diferentes intensidades foi mensurado por meio de acelerômetro e o estado nutricional determinado pelo índice de massa corporal (categorizado em sem excesso de peso corporal e com excesso de peso corporal; sem obesidade e com obesidade). O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$. Os resultados das análises por Equações por Estimativas Generalizadas demonstraram que o apoio social fornecido pelo pai, mãe e amigos e a autoeficácia não se associaram ($p \geq 0,05$) ao tempo de prática de atividade física de diferentes intensidades e o estado nutricional não moderou essas associações ($p \geq 0,05$). Os fatores psicossociais não se associaram ao tempo de prática de atividade física de diferentes intensidades dos adolescentes independente do seu estado nutricional.

Palavras-chave: Apoio social; Autoeficácia; Atividade motora; Estado nutricional; Adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação da atividade física, comportamento sedentário e sono com indicadores de isolamento social em adolescentes

AUTORES

Thais Maria da Silva
Karoline Barreto da Silva
Andresa Amorim de Lima
Shirley Jacklanny Martins de Farias
Rubenya Martins Podmelle
Carla Meneses Hardman

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE.

O objetivo do estudo foi analisar a associação da atividade física, do comportamento sedentário e sono com o isolamento social em adolescentes. Trata-se de um estudo transversal de abrangência estadual, com adolescentes do ensino médio de Pernambuco. Foram utilizados dados de 2.129 adolescentes de uma versão adaptada do questionário Global School-based Student Health Survey (GSHS). Foram adotados os seguintes pontos de cortes para as variáveis: atividade física ≥ 300 min/semana; tempo de tela ≤ 2 h/dia; tempo de sono de 8-10 h/dia para classificação do atendimento ou não as recomendações. Os indicadores de isolamento social foram obtidos mediante as questões: “Durante os últimos 12 meses, quantas vezes você se sentiu sozinho?” e “Quantos amigos próximos (pessoas com quem você pode contar se precisar) você tem?”, sendo considerados expostos aqueles que relataram “a maioria das vezes e sempre” e “ter apenas 1 amigo”. Foi empregada a regressão logística binária (OR; IC95%) para verificar se a aderência aos comportamentos foram associados aos indicadores do isolamento social, ajustada por sexo e idade. Os adolescentes que não atenderam as recomendações do sono (2,00; 1,56-2,57) ou nenhuma das recomendações (1,79; 1,10-2,91) tiveram maior chance de apresentar o sentimento de solidão, enquanto os que não atenderam as recomendações de atividade física (1,37; 1,02-1,84) tiveram menos chances de ter mais amigos. Conclui-se que o não atendimento às recomendações de atividade física e sono foi positivamente associado com os indicadores de isolamento social em adolescentes.

Palavras-chave: Saúde mental; Atividade física; Tempo de tela; Sono; Adolescentes.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



South American adolescents are at greater risk of clustering of obesogenic behaviors: a harmonized meta-analysis of national health surveys

AUTHORS

Thiago Sousa Matias
Raphael Henrique de Oliveira Araujo
Rafael Miranda Tassitano
Robinson Ramírez-vélez
Kabir Prem Sadarangani
Gilmar Mercês de Jesus
Danilo Rodrigues Pereira da Silva

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

The present study aimed to recognize clustering patterns of adolescents' physical activity, sitting time, and diet across South American countries; and to estimate the pooled prevalence of the most obesogenic clusters. This is a cross-sectional harmonized study of 10 nationally representative health surveys investigating adolescents' risk and protective factors for non-communicable diseases. The surveys used questionnaires, and three lifestyle behaviors were analyzed for cluster formation (total physical activity, sitting time, and diet). Sociodemographic variables were sex, age, and food insecurity. The TwoStep cluster, the Rao-Scott chi-square test, and a meta-analysis were performed for data analysis. Three to four cluster solutions were identified in each country, most clusters are unhealthy, and there is a trend of an adolescent possessing (synergically) an inactive, very poor diet and high levels of sedentary behavior patterns. The All-day sitters-very poor diet cluster was observed in Paraguay, Peru, Suriname, Chile, Guyana, Argentina, Brazil, Colombia, and Ecuador and represented a pooled prevalence of 17.8%, 95% CI:15.0; 20.7 among South American countries. A poor or very poor diet was observed in 28 cluster profiles in a universe of 35 possibilities. Girls were disadvantaged and more likely to be in the unhealthiest clusters. The lifestyle behaviors of South American adolescents coexist negatively, and there is a severe obesogenic risk for this population, especially girls. Essentially healthy clusters were not observed in South America. Therefore, policies aimed at changing adolescents' lifestyles towards better health should be planned as a matter of behavior coexistence. The present work is a SAPASEN initiative.

Keywords: Adolescent; South America; Healthy Lifestyle; Cluster Analysis.

Support: The Authors would like to acknowledge the South American Physical Activity and Sedentary Behavior Network (SAPASEN), which has provided continuous transnational empirical evidence about physical activity and sedentary behavior in South America.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito de um programa de intervalo ativos “Activa-Mente” em contexto escolar sobre a memória de trabalho e a capacidade aeróbica de escolares dos 11 aos 12 anos

AUTORES

Tomás Reyes Amigo

Jessica Ibarra Mora

Universidad Metropolitana de las Ciencias de la Educación, Chile

Los tiempos de inactividad física aumentan en población infantil, por lo que implementar programas de descansos activos en la escuela podrían revertir la situación. Sin embargo, no está claro el efecto de estos descansos sobre la condición física y la cognición. El objetivo de este estudio cuasi-experimental fue evaluar los efectos de un programa de descansos activos “Activa-Mente” sobre memoria de trabajo (MT) y capacidad aeróbica (CA) en escolares de 11 a 12 años. Participaron 57 escolares, divididos en grupo experimental (GE, $n = 26$) y grupo control (GC, $n = 31$). El GE realizó por 6 semanas, 6 descansos activos de 4 minutos 30 segundos durante su jornada. El GC no realizó descansos activos. Antes y después de la intervención se estimó MT (Escala de inteligencia de Wechsler para niños-V) y CA (Test de 6 Minutos). En el análisis estadístico se utilizó ANOVA de medidas repetidas y Cohen's d (d) para el tamaño del efecto (Jamovi v 2.2). Los resultados respecto de MT no indican una interacción significativa de tiempo x grupo ($F = 1,056$, $p = 0,309$). Referente a CA se observa una interacción significativa de tiempo x grupo con un tamaño del efecto grande ($F = 34,27$, $p < .001$, $d = 1,24$), donde el GE evolucionó significativamente mejor que el GC. Se concluye que el programa de descansos activos “Activa-Mente”, en principio no tiene efectos crónicos en la MT, sin embargo, sí incrementa la CA, por lo que sería una alternativa viable en contexto escolar, respecto de esta última variable.

Palabras-clave: Descanso activo; Niños; Actividad física; Escuelas; Cognición.

Apoyo: Observatorio de Ciencias de la Actividad Física (OCAF), Universidad de Playa Ancha, Chile. Carrera de Pedagogía en Educación Física, Universidad Metropolitana de las Ciencias de la Educación, Chile.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Jovens fisicamente ativos têm melhor qualidade do sono? Estudo transversal com estudantes de Ensino Médio do Sul do Brasil

AUTORES

Vithória Oleiro
Eduardo Gauze Alexandrino
Samuel de Carvalho Dumith

Universidade Federal do Rio Grande, Rio Grande,
RS.

Foi investigada a associação entre o nível de atividade física (AF) e a percepção da qualidade do sono em escolares do extremo sul do Brasil, a partir de um estudo transversal realizado com 432 estudantes do ensino médio do Instituto Federal do Rio Grande do Sul - IFRS, Campus Rio Grande, no segundo semestre de 2022. O nível de AF foi avaliado através do questionário da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, com o recordatório dos últimos sete dias de AF de lazer (classificados em: fisicamente ativo/ insuficientemente ativo/ inativo) em que o ponto de corte para ser considerado ativo foi de 300 min/sem. A percepção de qualidade do sono foi avaliada através da pergunta: "Como você considera a qualidade do seu sono atualmente?" (muito ruim/ ruim/ regular/ bom/ muito bom). Utilizou-se a regressão de Poisson onde os resultados principais mostraram que 31,7% foram classificados como inativos, 45,8% como insuficientemente ativos e 22,5% como ativos. Já quanto ao sono, somente 32,4% dos alunos relataram sono "bom" ou "muito bom". A análise bruta identificou uma prevalência de sono "bom" ou "muito bom" de 22% para os inativos e 39% para os ativos ($p = 0,003$). A linearidade se manteve após ajustes ($p = 0,001$), onde a prevalência de melhor qualidade do sono foi 52% maior entre os adolescentes insuficientemente ativos em comparação aos inativos ($R_p = 1,52$; $IC_{95\%} = 1,05-2,19$) e 96% maior nos adolescentes ativos fisicamente ($R_p = 1,96$; $IC_{95\%} = 1,31-2,93$). Portanto, a atividade física pode contribuir com a melhor qualidade de sono, sendo uma medida gratuita e não-farmacológica.

Palavras-chave: Qualidade do sono; Atividade física; Adolescente.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre comportamento sedentário e consumo de alimentos ultraprocessados em crianças durante pandemia da COVID-19

AUTORES

Wanessa Cecília de Oliveira
Luiz Antônio Alves de Menezes Júnior
Thomás Viana de Souza
Adriana Lúcia Meireles

Universidade Federal de Ouro Preto

Introdução e objetivo: O consumo de alimentos ultraprocessados (AUP) e o comportamento sedentário (CS) são hábitos associados a diversas Doenças Crônicas Não Transmissíveis. Estudos anteriores mostraram que um maior tempo em CS estaria associado a um consumo elevado de AUP em adultos. Portanto, o objetivo deste estudo foi avaliar essa associação em crianças de 5 a 10 anos durante a pandemia. Estudo transversal realizado entre abril e outubro de 2021 com amostra representativa de alunos de escolas públicas e privadas de Ouro Preto. Os responsáveis pelos alunos responderam um questionário com perguntas sociodemográficas e de hábitos das crianças. As crianças preencheram o Questionário Alimentar do Dia Anterior (QUADA-3). O consumo de AUP (desfecho) foi categorizado em baixo (< 4 ultraprocessados/dia) e elevado consumo (> 5 ultraprocessados/dia). O CS, medido pelo tempo de tela foi classificado em: < 2 horas/dia e > 2 horas/dia. Foram realizadas análises estatísticas descritivas e regressão logística considerando-se o intervalo de confiança de 95%. Participaram do estudo 517 crianças, sendo que a prevalência do consumo elevado de AUP foi de 51,2% e de CS > 2 horas/dia foi de 91,6%. As crianças com CS > 2 h apresentaram 2,08 vezes a chance [OR = 2,08 (1,08 - 4,00)] de terem consumo elevado de AUP comparado àquelas com CS < 2 horas/dia. Verificou-se elevada prevalência de CS superior a duas horas diárias, e que crianças que apresentavam esse comportamento também apresentavam maior chance de terem pior alimentação. Portanto, é necessário que o uso de telas seja moderado e brincadeiras ativas sejam estimuladas.

Palavras-chave: Comportamento sedentário; Ingestão de alimentos; Inquérito; Saúde da criança; Tempo de tela.

Apoio: Agradeço a Universidade Federal de Ouro Preto por promover educação pública e de qualidade. O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001 e do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Situações relacionadas ao bullying em adolescentes com sobrepeso/obesidade participantes de um programa multidisciplinar para tratamento da obesidade

AUTORES

Yara Lucy Fidelix

Haryson Rogeres Arcanjo de Oliveira

Erika Araujo Rodrigues

Érica Rodrigues da Silva

José Roberto Andrade do Nascimento Júnior

Edirlane Soares do Nascimento

Universidade Federal do Vale do São Francisco,
Petrolina, PE.

O objetivo foi comparar a ocorrência de vitimização de *bullying* entre rapazes e moças participantes de um programa multidisciplinar para tratamento da obesidade. Os adolescentes foram recrutados na cidade de Petrolina-PE e região circunvizinha, entre janeiro e março de 2023. Os critérios de inclusão foram: idade de 13 a 17 anos, estágio maturacional púbere ou pós púbere e diagnóstico de sobrepeso ou obesidade. Para verificar as situações de *bullying*, foi utilizado o Questionário de Bullying de Olweus (QBO- versão da vítima), composto por 23 itens de vitimização e três categorias de respostas (nenhuma vez; uma ou duas vezes por mês; uma ou mais vezes por semana). Na análise dos dados, utilizou a estatística descritiva e o teste t Student para comparação do *bullying* entre rapazes e moças. Um total de 44 adolescentes (25 meninas; IMC = $35,8 \pm 5,7$) se voluntariaram para o estudo. Apenas 29,5% dos adolescentes relataram não terem sofrido *bullying* no último mês. Verificou-se que 29,6% receberam apelidos que não gostaram, 31,8% dos adolescentes foram xingados, 31,8% foram excluídos de algum grupo de colegas, 34,1% foram vítimas de risadas oriundas de apontamentos, 40,9% foram ignorados e 45,5% foram insultados pela característica física. As meninas foram mais acometidas em comparação aos meninos ($7,2 \pm 8,5$; $2,7 \pm 4,7$; $p = 0,03$). Conclui-se que, a cada 10 adolescentes com sobrepeso/obesidade, 07 foram vítimas de *bullying* e que as meninas foram mais afetadas, quando comparadas aos meninos.

Palavras-chave: Saúde mental; Estudos transversais; Adolescente.

Apoio: Agradecemos ao Colegiado de Educação Física (CEFIS), ao PPGEF da UNIVASF e a todos os envolvidos na pesquisa (profissionais, monitores e adolescentes).



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre atividade física, força de prensão manual e qualidade do sono em adolescentes

AUTORES

Yuri Freitas dos Santos
Francys Paula Cantieri
Mauro Virgílio Gomes de Barros

Universidade de Pernambuco, Recife, PE.

Analisar a associação entre atividade física, força de prensão manual (FPM) e qualidade do sono em adolescentes. Estudo transversal baseado na análise secundária de dados do projeto Atitude, coletados numa amostra representativa dos adolescentes estudantes do ensino médio no estado de Pernambuco. Foi utilizada uma versão adaptada do Global School-based Student Health Survey, para indicadores sociodemográficos, comportamentais e da qualidade do sono. Foram realizadas medidas da FPM utilizando dinamômetro hidráulico de mão, digital, modelo JAMAR SAEHAN. O teste de Qui-quadrado de Pearson foi utilizado para verificar associação bivariável entre fatores de interesse, sendo que aquelas que apresentaram valor $p < 0,20$ foram incluídas na análise multivariável. Regressões logísticas brutas e ajustadas foram realizadas, determinando-se valores de Odds Ratio e respectivos intervalos de confiança de 95%. Todas as análises foram realizadas no SPSS para Windows. Participaram do estudo 5.970 adolescentes, com idade de 14 a 19 anos. Adolescentes fisicamente ativos em comparação aos inativos apresentaram menor proporção de sujeitos com percepção negativa da qualidade do sono (30,5% vs 38,6%), o mesmo foi observado em relação àqueles com nível saudável de força em comparação aos demais (31,3% vs 34,8%). Nas análises multivariáveis, após ajustamento para potenciais fatores de confusão, não foram observadas associações entre nível de atividade física e FPM com indicadores de qualidade do sono. Os achados indicam que o nível de atividade física e de força de prensão manual são fatores independentes dos indicadores de qualidade do sono neste subgrupo populacional.

Palavras-chave: Atividade Física; Sono; Força muscular; Adolescente.

Apoio: Agradeço a FACEPE pelo apoio estabelecido a partir do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física no trabalho



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



A percepção de servidores da universidade federal do ceará sobre o projeto “Yoga na UFC”

AUTORES

Ana Beatriz Chaves Vasconcelos Batista

João Mário Alencar Lopes

Ricardo Hugo Gonzalez

Universidade Federal do Ceará

O projeto de extensão “Yoga na UFC”, coordenado pelo Instituto de Educação Física e Esportes (IEFES), oferece aulas de Yoga para servidores da Universidade, seus cônjuges e filhos, e para a comunidade, visando proporcionar a melhoria da qualidade de vida. O objetivo do estudo é relatar como os servidores percebiam a prática do Yoga, além de traçar dados em relação à saúde, bem-estar e qualidade de vida. Estudo transversal, foram utilizados questionários estruturados. Um questionário inicial foi aplicado, a fim de ratificar o que colocam Andrade e Pedrão (2005) quanto às mudanças e benefícios da prática de yoga no funcionamento do corpo e nas funções psíquicas, e um segundo questionário foi aplicado no final das atividades. Após isso, foi feito um comparativo da situação de mudanças provocadas pela ação na vida dos servidores. Participaram 48 servidores. Verificou-se que as principais motivações para iniciar a prática foram para melhorar a saúde física e a psicológica. Quanto aos benefícios esperados para a qualidade de vida no trabalho, acreditam que irá contribuir na atenção para realizar atividades propostas e na produtividade. Conclui-se que um número significativo acredita que a prática de yoga contribui na melhoria da qualidade de vida e no combate dos sintomas e/ou das doenças que os acometem, além de benefícios em relação à qualidade de vida no trabalho, como aumentar a produtividade. Os servidores afirmam que as expectativas foram alcançadas e que o impacto da prática de yoga é positivo em suas vidas e trabalho.

Palavras-chave: Atividade Física; Qualidade de Vida; Yoga; Trabalho.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeito do epoch no tempo de atividade física: uma questão da acelerometria

AUTORES

Andrew Matheus Gomes Soares
Aldair José de Oliveira

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro,
Seropédica, RJ.

A escolha do epoch é algo importante dentro da acelerometria. Eles são períodos em que os dados dos acelerômetros são somados, agrupados e transformados em unidades de medidas para estimar a AF e avaliação dos pesquisadores. Ainda não está claro quanto a escolha da duração do epoch pode influenciar no tempo de AF. Assim, o objetivo deste trabalho é comparar o tempo de AF, em diferentes epochs, de servidores efetivos da UFRRJ, medidos por acelerômetros, no punho. Este é um estudo transversal que usará os dados da linha de base do Estudo Longitudinal dos Determinantes da Atividade Física (ELDAF). A pesquisa contou com 220 participantes de ambos os sexos que utilizaram o acelerômetro GT3X+ por 7 dias consecutivos, no punho não-dominante. Os dados de tempo de AF foram gerados através do pacote GGIR, no software R para cada duração de epoch. Foram feitas análises de ANOVA (one wave) para verificar as diferenças entre os epochs de 1s, 5s, 15s, 60s, para cada intensidade de AF. Foi adotado um p valor de 0,05 e as análises foram realizadas no software R. Nas comparações para AF leve todas as faixas de epoch tiveram diferença significativa [$F(3,318) = 838,35; p < 0,001$]. O mesmo foi encontrado para AF moderada a vigorosa [$F(3,318) = 12571,18; p < 0,001$]. Portanto há diferenças significativas no tempo de AF para cada intensidade, em diferentes durações de epoch. Nesse sentido, a escolha do epoch pode influenciar nas avaliações sobre a AF medidas pelos acelerômetros. Sugerimos cautela na escolha do epoch e aprofundamento de novos estudos nesse tema.

Palavras-chave: Acelerômetro; GGIR; Adulto.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Associação entre as atividades de vida diária e quedas em idosos longevos

AUTORES

Caroline Rosa Muraro
Elias Rambo
Nadyne Rubin
Tainara Steffens
Caroline Pietta Dias

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Associar as atividades básicas de vida diária (ABVD) e as atividades instrumentais de vida diária (AIVD) com as quedas em idosos longevos. estudo transversal com amostra por acessibilidade composta por idosos ≥ 90 anos, residentes em Porto Alegre/RS. As avaliações foram realizadas no domicílio dos idosos e os instrumentos utilizados foram: questionário sociodemográfico e de hábitos de saúde, Mini Exame do Estado Mental, Índice de Katz e escala de Lawton e Brody. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS e todos os participantes assinaram um termo concordando com a participação no estudo. O teste Exato de Fisher foi utilizado para verificar a associação entre quedas e atividades de vida diária, adotando-se um $p \leq 0,05$. Utilizou-se o Odds Ratio (OR), com intervalo de confiança de 95% para verificar a probabilidade de ocorrência de quedas de acordo com a dependência. Foram incluídos 120 idosos longevos ($93,77 \pm 3,47$ anos) dos quais 42,5% relataram terem caído ao menos uma vez no último ano. A prevalência de idosos dependentes nas ABVD e AIVD foi de 49,2% e 97,5%, respectivamente. Houve associação entre quedas e ABVD ($p = 0,005$) enquanto para as AIVD o mesmo não foi observado ($p = 0,261$). O OR indicou que os idosos dependentes nas ABVD apresentam 3,03 vezes mais chances de cair e ser independente nas AIVD reduz a chance de quedas em 50% (OR = 0,5) Há associação entre quedas e ABVD em idosos longevos, indicando que a dependência nas ABVD é fator de risco para quedas nessa população.

Palavras-chave: Velhice; Quedas acidentais; Status funcional.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Análise comparativa do estilos de vida, marcadores bioquímicos e antropométricos entre sexo em trabalhadores rurais

AUTORES

Elias Augusto Schaefer

Maiara Helena Rusch

Kauã Felipe Kunz

Patrik Nepomuceno

Miriam Beatris Reckziegel

Hildegard Hedwig Pohl

Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, RS.

Comparar estilo de vida, parâmetros bioquímicos e antropométricos a partir do sexo em trabalhadores rurais. Estudo transversal, analítico com uma amostra preliminar de trabalhadores rurais do interior do Rio Grande do Sul. As coletas iniciaram em 2022. Idade e estilo de vida (atividade física, ingestão medicamentosa, tabagismo e etilismo) foram coletados por questionário. Dados antropométricos (IMC e RCQ), foram obtidos pela avaliação física. Variáveis bioquímicas (colesterol total, triglicerídeos e glicemia), por exame sanguíneo. A amostra foi dividida a partir do sexo: feminino (GF) e masculino (GM). Foram utilizados os testes Shapiro-Wilk (normalidade), t de Student ou U de Mann-Whitney (comparar variáveis quantitativas) e Qui-Quadrado de Pearson ou Exato de Fisher (comparar variáveis categóricas). 61 trabalhadores participaram (GF = 29 e GM = 32). Ao considerar o estilo de vida, a ingestão medicamentosa foi significativa ($p = 0,022$), GF ingeria medicamentos com maior frequência ($n = 21$) quando comparado ao GM ($n = 14$). As demais variáveis de estilo de vida, idade e variáveis bioquímicas não apresentaram diferença estatística ($p > 0,05$). Quanto a antropometria, IMC ($p = 0,050$) e RCQ ($p = 0,000$) foram significativos, a média do IMC do GF ($29,62 \pm 5,28$) foi maior do que no GM ($26,97 \pm 3,69$); já a média da RCQ foi maior em GM ($0,85 \pm 0,07$) do que GF ($0,91 \pm 0,05$). Conclui-se que o sexo influencia nas variáveis antropométricas, visto que o IMC e RCQ apresentaram diferença entre os grupos, assim como, a ingestão medicamentosa. Já as demais variáveis de estilo de vida e bioquímicas não foram significativas, o fato de ser um estudo preliminar pode ter interferido nestes resultados.

Palavras-chave: Saúde do trabalhador rural; Sexo; Estilo de vida; Biomarcadores.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Influência da carga horaria de trabalho na associação entre qualidade do sono e tempo de atividade física de professores

AUTORES

Gustavo dos Santos Druzian
Eduardo Duarte de Lima Mesquita
Amanda Barbosa dos Santos
Wésley Torres
Victor Spiandor Berreta
Diego Giuliano Destro Christofaro

Universidade Estadual Paulista, Presidente Prudente, SP.

O sono se constitui como processo fisiológico importante a saúde, uma vez que sua quantidade e qualidade estão associadas a diferentes desfechos de comportamento e qualidade de vida. A atividade Física (AF) tem papel protetor e de manutenção a qualidade de vida, entretanto altas cargas de trabalho diminuem tempo e disposição para realiza-la. : Analisar a influência da carga horaria de trabalho na associação entre qualidade de sono e tempo de atividade física de professores da rede regular de ensino. Amostra composta por 105 professores (77 mulheres) da rede de ensino da região metropolitana de Presidente Prudente. Idade cronológica, peso e estatura foram coletados por meio de entrevista face-a-face. Carga horária de trabalho, quantidade de tempo em AF e de sono por meio de questionário. Qualidade do Sono por meio do Mini Sleep Questionnaire, onde pontuação maior ou igual a 25 pontos classifica o indivíduo como baixa qualidade de sono. A análise estatística foi composta por análises de normalidade dos dados (Kolmogorov- Smirnov), teste T de student para amostras independentes, correlação de Spearman e Pearson. A significância estatística foi definida em 5% (p-valor <0,05) e o software utilizado foi o SPSS 20. Homens apresentaram maior peso e altura ($p = 0,001$ para ambas variáveis). Observou-se associação inversa de fraca magnitude em todos os desfechos testados. A QS de professores da rede de ensino e atividade física se relacionam de forma inversa de fraca magnitude, e a carga semanal de trabalho não influencia tal relação, em ambos os sexos.

Palavras-chave: Escola; Atividade laboral; Domínios; Quantidade do sono.

Apoio: GEAFS e CAPES.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Efeitos agudos do exercício isométrico de agachamento como *break* do comportamento sedentário na função endotelial de adultos sedentários: um estudo cross-over

AUTORES

Jessika Karla Tavares do Nascimento Faustino da Silva

Annelise Lins Meneses

Gustavo Oliveira Silva

Raphael Mendes Ritti-dias

Marília de Almeida Correia

Breno Quintella Farah

Universidade Nove de Julho, São Paulo, SP.

Evidências recentes apresentaram que realizar interrupções regulares no tempo sentado (*breaks*) promove uma proteção nas artérias dos membros inferiores contra a disfunção endotelial decorrente do tempo sentado, no entanto, até o momento não existe um tipo de *break* ideal. O exercício isométrico de agachamento na parede melhora parâmetros cardiovasculares, logo, torna-se um potencial tipo de *break*. O objetivo do estudo foi analisar os efeitos do exercício isométrico de agachamento na parede como *break* na função endotelial de adultos sedentários. Este estudo randomizado cruzado incluiu 17 adultos saudáveis e sedentários (52,9% homens, 26 ± 6 anos). Os participantes completaram duas sessões em ordem aleatória, ambas compartilhando um período sentado comum de 180 minutos: Breaks (2 minutos de intervalos isométricos de agachamento em um ângulo equivalente a 95% da FCpico a cada 30 minutos) e controle (sentado por 180 minutos sem pausas). A pressão arterial braquial e a dilatação mediada pelo fluxo (FMD) da artéria poplíteia foram medidas antes e 10 e 30 minutos após as sessões experimentais. Os resultados não indicaram efeitos da interação Sessão x Tempo na pressão arterial braquial e FMD ($p > 0,05$). Uma subanálise incluindo apenas indivíduos com redução da FMD após a sessão de controle ($n = 11$), revelou que os *breaks* aumentaram a FMD após 10 minutos ($1,38 \pm 6,45\%$ vs. $-4,87 \pm 2,95\%$, $p = 0,002$) e 30 minutos ($-0,43 \pm 2,48\%$ vs. $-2,11 \pm 5,22\%$, $p = 0,047$). Em conclusão, quebrar o tempo sentado com exercícios isométricos de agachamento na parede atenua a função vascular prejudicada resultante do sentar prolongado, mas não tem efeito sobre a pressão arterial em adultos sedentários.

Palavras-chave: Sistema cardiovascular; Isometria; Tempo sentado; Exercício.

Apoio: FACEPE.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Adesão às recomendações de atividade física, comportamento sedentário e sono entre servidores participantes e não-participantes do Programa TST em Movimento

AUTORES

João Luis Anwar El Sadat Paula Leitão

Luciana Leite Silva Barboza

Luiz Guilherme Grossi Porto

Tribunal Superior do Trabalho, Brasília, DF.

O Programa TST em Movimento objetiva a promoção da saúde no ambiente laboral. Comparar a adesão às recomendações de atividade física (AF), comportamento sedentário (CS) e sono entre servidores participantes (P) e não-participantes (NP) do Programa TST em Movimento. **PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS:** A amostra, aleatória e representativa, foi composta por 359 servidores, com idade média de 44,2 (\pm 9,6) anos, IMC médio de 25,5 (\pm 4,0) kg/m², e 51,5% do sexo feminino. As variáveis foram obtidas através de questionário online aplicado em 2022. A AF foi avaliada por meio do IPAQ-curto, considerando ativo quem cumpria 150 min semanais de AF moderada a vigorosa. O CS foi avaliado através do tempo sentado (TS), considerando pouco CS quem relatou sentar até a metade do tempo em vigília; para o sono, considerou-se a partir de 7h como suficiente. Calcularam-se as prevalências das variáveis categóricas e a comparação entre os grupos foi feita através do teste Qui-quadrado, ao nível de 5%, usando o software SPSS v. 25.0. Entre os 359 voluntários, 186 (51,8%) eram do grupo P. A prevalência de ativos foi maior no grupo P que no grupo NP (54,8% versus 38,7%, $p = 0,002$). O pouco CS foi maior entre os NP que nos P (53,2% versus 40,3%, $p = 0,015$). Não houve diferença nas prevalências de sono suficiente (P 67,2% versus NP 58,4%, $p = 0,084$). Os participantes do TST EM MOVIMENTO apresentam melhores indicadores de atividade física, mas os resultados sugerem que o programa precisa ter mais atenção ao excesso de tempo sentado.

Palavras-chave: Monitores de Atividade Física; Tempo de sedentarismo; Indicadores de saúde; Hábito de dormir; Pesquisa de comportamento.

Apoio: Ao Tribunal Superior do Trabalho.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Modos de deslocamento e a percepção de saúde de trabalhadores

AUTORES

Karla de Almeida Duarte Muniz
Rodolfo Guimarães Silva
Silvio Henrique Vilela
Ibérico Alves Fontes
Gabriel Martins Arruda Sousa
Ricardo Brandão de Oliveira

Universidade do Estado do Rio de Janeiro

A mobilidade sustentável corporativa visa promover deslocamentos adequados ambientalmente, responsáveis socialmente e viáveis economicamente, impactando a saúde dos trabalhadores. Avaliar os impactos associados aos modos de deslocamento sobre a percepção de bem-estar físico, tempo livre de lazer e níveis de estresse de operários e executivos. Foram utilizados modelos ecológicos com dados quantitativos e qualitativos, com aplicação de questionários em 2008 operários (25%) e executivos (75%) da maior distribuidora de derivados de petróleo e biocombustíveis da América Latina. Para a comparação entre os grupos, foi utilizado teste qui-quadrado. Dentre os executivos, apenas 0,7%, 0,9% e 0,4% tinham como principais meios de deslocamento diário a caminhada, a bicicleta e veículos fretados pela empresa. Já entre operários, estes meios representaram 2,6%, 10% e 22,5%, respectivamente. Demais meios de deslocamento, como ônibus e carros não diferiram entre operários e executivos. Dentre os executivos, 76% perceberam que suas condições de deslocamento impactavam negativamente seu bem-estar físico, 76% o seu tempo livre de lazer, descanso e ócio, e 84% os seus níveis de estresse. Dentre os operários, apenas 33% relataram que seus meios de transporte impactavam negativamente seu bem-estar físico, 40% o seu tempo livre de lazer, descanso e ócio e 45% os seus níveis de estresse. O maior uso de caminhadas e bicicletas, assim como o estabelecimento de horários fixos para o transporte fretado para ir e voltar do trabalho parecem estar associados a menores percepções de impactos negativos sobre a saúde dos operários, quando comparados aos executivos da empresa.

Palavras-chave: Mobilidade sustentável corporativa; Trabalhadores; Saúde.

Apoio: Gostaríamos de agradecer ao Programa de Pós-graduação em Ciências do exercício e do esporte da Universidade do Estado do Rio de Janeiro e ao Laboratório de Vida Ativa por apoiar a realização e publicação deste resumo.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Atividade física esta associada à uma melhor percepção de memória em trabalhadores de uma universidade pública

AUTORES

Leandro Quadro Corrêa
Pâmela Moraes Volz
Rinelly Pazinato Dutra
Yasmin Marques Castro
Natan Feter

Universidade Federal do Rio Grande, Rio Grande, RS.

O objetivo deste estudo foi testar a associação entre a percepção subjetiva da memória, o nível de atividade física (AF) de lazer e sintomas psicológicos em trabalhadores de uma universidade pública do sul do Rio Grande do Sul no ano de 2022. Trata-se de um estudo transversal, conduzido com trabalhadores da Universidade Federal do Rio Grande. A percepção subjetiva da memória foi avaliada através da questão: “Como você classifica sua memória hoje?” e categorizada em excelente/muito boa, boa/razoável ou ruim. Foram considerados com pior percepção aqueles que apontaram sua memória como ruim. Participantes que reportaram fazer 150 minutos ou mais de AF por semana foram classificados como ativos. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse foram avaliados através da DASS-21, onde a gravidade de cada sintoma foi dividida em duas categorias: sem sintomas (pontuações ≤ 9 ; ≤ 6 ; ≤ 10 ; para depressão, ansiedade e estresse, respectivamente) e com sintomas (pontuações superiores as indicadas anteriormente). Regressão logística ordinal foi utilizada em análises bruta e ajustada. Participaram do estudo 297 trabalhadores com média de 42,9 anos ($D_p = 10,8$). A prevalência de percepção ruim da memória foi de 6,4% (IC95%: 5,8;6,9). Ser ativo fisicamente reduziu em 63% (RO: 0,37; IC95%: 0,2;0,7) a chance de percepção ruim de memória. No entanto, ter sintomas de depressão aumentou 11,2 vezes (RO: 11,2; IC95%: 4,6;27,3) a chance de percepção negativa. Com base nos achados, concluímos que ter percepção ruim de memória esteve significativamente associada com a falta de AF e presença de sintomas de depressão nos trabalhadores avaliados.

Palavras-chave: Memória; Atividade física; Sintomas psicológicos; Trabalhador; Universidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Nível de atividade física no lazer e qualidade de vida relacionada às condições de saúde de advogados

AUTORES

Milena Ketzner Caliendo dos Reis
Elaine Cristine da Silva
Monica Manganelli Coimbra Forcellini
Poliana Piovezana dos Santos
Sabrina Fernandes de Azevedo
Rudney da Silva

Universidade do Estado de Santa Catarina,
Florianópolis, SC.

O trabalho tem provocado consequências à saúde humana e a atividade física, em especial, a de lazer, que tem sido associada à prevenção e gestão de diversas doenças físicas e mentais. Este estudo teve como objetivo associar o nível de atividade física (NAF) no lazer com a qualidade de vida (QV) relacionada às condições de saúde de advogados. Foram incluídos 128 advogados catarinenses, de ambos os sexos. A coleta de dados foi realizada por meio do Questionário Global de Atividade Física (GPAQ), do Short-Form Health Survey (SF-12) e do Questionário Internacional de Atividade Física - versão curta (IPAQ Short). A análise de normalidade foi realizada por meio do teste Kolmogorov-Smirnov, e as análises inferenciais por meio dos testes Mann-Whitney, Qui-quadrado de Wald, e regressão de Poisson, tanto com modelos bruto, quanto ajustado. O nível de significância para todos os testes foi de 5%. A média de idade foi de 40,04 anos, 116,48 minutos de prática de atividade física total e 8,06 horas de permanência em posição sentada por dia da semana, sendo que 50% foram considerados muito ativos quanto ao NAF. Quanto à pontuação da QV, o escore da saúde física foi de 16,46 pontos ($\pm 2,63$), o escore de saúde mental de 17,32 pontos ($\pm 4,01$), e o escore total de saúde global de 33,78 pontos ($\pm 5,78$). Verificou-se associação estatisticamente significativa somente entre o NAF no lazer e as variáveis dos componentes físicos e mentais das condições de saúde relacionadas à QV.

Palavras-chave: Atividade motora; Qualidade de vida; Advogados.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Programa de atividade física e saúde em uma empresa na cidade de São Paulo, SP: um relato de experiência

AUTORES

Pablo Llanes

Átila Alexandre Trapé

Universidade de São Paulo, Rio Preto, SP.

Evidencia-se o relato de experiência, a partir das práticas e procedimentos realizados no âmbito da Educação Física, construção do conhecimento em saúde, no contexto de uma empresa da cidade de São Paulo. s: Promover avaliações e ações de educação em saúde para fornecer elementos aos colaboradores na mudança dos hábitos de vida. Este projeto foi realizado entre janeiro de 2016 e março de 2020 com aproximadamente 70 colaboradores, enfatizando a vivência na observação participante, por meio da entrevista etnográfica e apresentação do programa anual de atividades. Foram realizadas palestras para salientar o significado e importância das avaliações efetuadas: composição corporal, avaliação cardiorrespiratória, glicemia de jejum, pressão arterial e testes neuro motores. Contatos frequentes e encontros com o Educador Físico foram estimulados, para orientar a participação nos programas da empresa, como a “Dança-Cardio” e para fornecer outras orientações no estilo de vida ativo em academias e grupos de corrida. 1-Registro em atas, até 2018, aproximadamente 50% dos colaboradores inativos fisicamente migraram para a condição de ativos. 2-Declínio sensível da sinistralidade no convênio de saúde, 2017-2018: Titular 21-17%, Dependente 18-15%, Agregados 0-0, Total 39-32%. Foi possível observar melhoras nos indicadores de saúde, bem como mudanças nos hábitos de vida dos colaboradores. Sugere-se a criação e fortalecimento destes programas nas empresas.

Palavras-chave: Atividade Física; Saúde; Entrevista; Sinistralidade.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Autopercepção dos servidores de uma instituição de ensino de Goiás sobre sua Qualidade de Vida

AUTORES

Woska Pires da Costa
Yasmin Carla Monteiro
Luís Fernando Monteiro
Nicolli Godoi Pereira
Isabela Fernanda Rodrigues de Oliveira
Eduardo Dias
Priscilla Rayanne e Silva Noll
Matias Noll

Instituto Federal Goiano, Ceres, GO.

A qualidade de vida dos servidores da rede federal de educação é uma questão de extrema importância para o bem-estar pessoal e profissional desses profissionais. Neste contexto, a auto percepção da qualidade de vida relacionada à dor desempenha um papel relevante, uma vez que a presença e a intensidade da dor podem afetar significativamente a qualidade de vida e, por conseguinte a qualidade de vida no trabalho desses servidores. O objetivo desta pesquisa foi avaliar a auto percepção da qualidade de vida relacionada com a dor dos servidores da rede federal de educação do IF Goiano. Trata-se de uma pesquisa epidemiológica transversal, com amostra de 262 servidores onde foi coletado dados por meio de questionário online no ano de 2022. Os questionários utilizados na pesquisa foram o WHOQOL-bref, e o Back-PEI. A auto percepção da qualidade de vida dos participantes foi relatada como boa pela maioria dos respondentes e a qualidade de vida no trabalho como muito boa. A relação com a dor foi estabelecida a fim de identificar se esta atrapalhava ou não a percepção dos servidores, onde obteve-se que 77% dos respondentes sentem dor com frequência e a dor impediu bastante a execução das atividades diárias em 29% destes. Os resultados destacam a importância de considerar a saúde física dos servidores, enfatizando a relevância de estratégias de promoção da saúde e prevenção de condições dolorosas em tal ambiente. Sendo assim, intervenções e políticas precisam ser implementadas para melhoria do ambiente de trabalho.

Palavras-chave: Qualidade de Vida; WHOQOL; IF Goiano; Docentes; TAE.

Apoio: Ao Instituto Federal Goiano - Campus Ceres, ao Grupo de Pesquisa sobre Saúde da Criança e do Adolescente (GPSaCA) e ao CNPq.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Oficinas de capacitação como estratégias de fomento a prática de atividade física em pessoas com hipertensão arterial e diabetes mellitus na Atenção Primária à Saúde

AUTORES

Milena Soriano Marcolino
Daisy Motta-Santos
Thiago Barbabela de Castro Soares
Reginaldo Gonçalves
Regina Márcia Faria de Moura
Ana Carla Gonçalves Luiz
Gustavo Ferreira Santos
Lucas Tavares Nogueira

Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil.

Este estudo objetivou desenvolver, implementar e avaliar modelo de oficina de capacitação para profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS) com foco em estimular a prática de atividade física (AF) em pessoas com hipertensão arterial (HA) e diabetes mellitus (DM). O modelo, fundamentado no Guia de Atividade Física para a População Brasileira, empregou metodologias participativas, visando constituir plano de ação sustentável, considerando especificidades locais. Ele incluiu abordagem sobre práticas corporais na APS, estratégias de aconselhamento breve, papel da AF no contexto de HA e DM, levantamento de barreiras e facilitadores, elaboração conjunta de propostas de implementação. O modelo foi implementado em 5 municípios dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (MG), presencial, com duração de 8 horas, com material complementar impresso e online. Foram convidados para participar os profissionais da APS dos municípios. Ao final de cada oficina, foi aplicada enquete de satisfação. De 138 profissionais participantes, 4 eram médicos, 20 enfermeiros, 12 técnicos de enfermagem, 84 agentes comunitários de saúde, 6 fisioterapeutas, 5 profissionais de educação física, 4 nutricionistas e 3 eram profissionais de outras categorias. Observou-se participação efetiva nas atividades e dinâmicas propostas. A enquete de satisfação apresentou predominância de avaliações positivas (bom, muito bom e excelente), destacando-se os itens “conteúdo”, “relevância para prática” e “métodos utilizados”, com predominância absoluta de valoração “muito bom” e “excelente”. Concluindo, o modelo mostrou-se promissor para promover melhores práticas de estímulo ao desenvolvimento de atividades físicas junto às pessoas com HAS e DM na APS.

Palavras-chave: Hipertensão; Diabetes mellitus; Atenção Primária à Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Níveis pressóricos, dados antropométricos e capacidade funcional de pessoas com hipertensão arterial e diabetes mellitus na atenção primária de municípios com recursos escassos

AUTORES

Milena Soriano Marcolino
Polianna Delfino-Pereira
Sueli Ferreira da Fonseca
Christiane Corrêa Rodrigues Cimini
Ana Carla Gonçalves Luiz
Gustavo Ferreira Santos
Laryssa Reis Coelho
Virgílio Barroso de Aguiar
Taiza dos Santos Azevedo
Pedro Pavesi Simão Albani
Antonio Luiz Pinho Ribeiro
James Batchelor

Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil.

Hipertensão arterial sistêmica (HAS) e diabetes mellitus (DM) são importantes fatores de risco modificáveis para doenças cardiovasculares. Neste cenário, o objetivo do Projeto Control of Hypertension and Diabetes in Minas Gerais (CHARMING) é avaliar o impacto da implementação de estratégia multidimensional na atenção primária para o manejo de pessoas com HAS e DM. O presente estudo tem como objetivo avaliar dados antropométricos, níveis pressóricos e capacidade funcional das pessoas com HAS e DM na linha de base do Projeto CHARMING. Trata-se de estudo transversal, que incluiu pacientes adultos com HAS ou DM, em Carlos Chagas, Poté, Malacacheta, Novo Cruzeiro, Caraí. Foram coletados dados antropométricos, pressão arterial, prática de exercício físico e teste de marcha estacionária de 2 minutos (TME2; valor de referência: 65 passos). No total, 7.947 pacientes foram incluídos (idade mediana 65 [55-74] anos, 65,1% mulheres, 95,9% HAS e 25,6% DM). Índice de massa corporal (IMC) mediano foi 25,3 kg/m² (21,1-29,3), perímetro da cintura mediano 90 cm (79,5-100,0) e TME2 mediano 64 (46-78), com 50,9% com TME2 <65 passos e 48,8% dos indivíduos com HAS apresentavam níveis pressóricos descontrolados. Apenas 63 pacientes (0,8%) praticavam exercício físico regular. Este estudo, realizado em região de baixa renda, confirmou alta proporção de pacientes com níveis pressóricos descontrolados, baixa proporção de pacientes com prática regular de exercícios físicos e baixa capacidade funcional. Ao final do estudo de implementação (passo subsequente), almeja-se implementar modelo sustentável para o gerenciamento da HAS e DM no sistema público de saúde brasileiro.

Palavras-chave: Hipertensão; Diabetes mellitus; Atenção Primária à Saúde.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Fatores associados a dor no quadril de dançarinas: uma revisão sistemática

AUTORES

Paula Andryelly Gomes Giendruczak
Geovana Minikovski
Cláudia Tarragô Candotti

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança, Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil.

A dor no quadril representa um fardo significativo para o bailarino, visto que é uma das articulações mais solicitadas durante movimentos do balé. Não é à toa que são altas as taxas de dor nessa região, porém ainda são escassos os conhecimentos sobre os fatores associados a essa algia. O objetivo dessa revisão sistemática é investigar quais são os fatores associados à dor no quadril na população de bailarinas. Buscas sistemáticas nas bases de dados PubMed, Scopus, Embase e Web of Science foram realizadas seguindo o guideline PRISMA. A seleção, extração de dados e avaliação da qualidade metodológica dos estudos foram conduzidas por duas avaliadoras independentes. Foram incluídos 20 estudos, sendo que alguns associavam mais de um fator à dor no quadril: 6 estudos associaram à morfologia óssea; 5 à qualidade muscular ou à área de secção transversa de músculos bastante utilizados no balé; 9 estudos associaram a múltiplos fatores, tais como medidas de amplitude de movimento passivo (n=6), desempenho em testes de salto (n=1), defeitos na cartilagem (n=1), derrame articular (n=3), hiper mobilidade generalizada (n=3) e histórico de lesões passadas (n=4). Ainda, dos 20 estudos, 13 apresentaram a classificação da dor e funções. Conclui-se que o panorama dos fatores associados à dor no quadril relatados nessa revisão pode auxiliar profissionais que trabalham com bailarinas, já que fornece evidências para direcionar as avaliações e as decisões terapêuticas, visando a redução da dor no quadril e uma carreira mais longa para essas bailarinas.

Palavras-chave: Dor; Quadril; Dança.



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



II Feira de Ciências, Tecnologia e Inovação em Atividade Física e Saúde



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Donas da bola: relatos de uma experiência em andamento

AUTORES

João Pedro Goulart Cirone
Kauana Martin Fermino
Ketelyn Luiza Barreto
Melissa Trajano da Rosa
Priscila Marques Joaquim

Escola Estadual José Rodrigues Lopes. Garopaba,
SC

jpgedrosurf@gmail.com

Sabe-se que no Brasil quem menos pratica atividade física são as meninas. Para mudar este cenário políticas públicas precisam ser criadas para que haja o acesso do público feminino a diferentes práticas esportivas. Objetivo: Relatar um projeto que oferece futsal no contraturno para meninas. Estudo descritivo de abordagem qualitativa, através de relato de experiência. Participaram 40 meninas, entre 11 e 17 anos, que fazem parte do projeto Donas da Bola. O projeto iniciou quando um professor de Educação Física percebeu a motivação das alunas para a prática do futsal. Porém, a maioria relatava falta de oportunidades e mais incentivo aos meninos, além de não gostarem de treinos mistos, única opção ofertada no município. Desta forma, foi criado o projeto, que iniciou com a avaliação das meninas através da Bateria de Testes do PROESP-Br. Os resultados corroboraram com a literatura que mostra baixos níveis de aptidão física para a saúde e desempenho motor na maioria das meninas avaliadas. A partir das avaliações os treinos foram elaborados. Atualmente acontecem duas vezes na semana, com duração de 1 hora e meia. Depois de 6 meses de início do projeto a adesão das meninas foi de 95%, pois das 40 meninas que iniciaram 38 permanecem. Entre os motivos para permanências destacam-se: treinos gratuitos e apenas para meninas, transporte público gratuito na cidade, que facilita para que meninas de diferentes bairros possam participar e o bom relacionamento entre professores e alunas.

Palavras-chave: Futsal Feminino; Motivação; Atividade Física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Diário de Atividades Físicas: uma possibilidade física e mental de bem-estar e autocuidado em meio à natureza

AUTORES

Sabrina Fernandes de Azevedo
Davi Zimmermann dos Santos
Julya Silva dos Santos
Sofia Silva dos Santos
Eveline Pereira Silveira

Escola de Educação Básica Irineu Bornhausen,
Florianópolis, SC

sabrina.fernandesazevedo@gmail.com

A atividade física para adolescentes pode favorecer o controle do peso, melhorar a **saúde mental**, prevenir doenças crônicas, melhorar a autoestima, a qualidade do sono e a concentração nos estudos. O projeto tem como objetivo estimular a prática de atividades físicas dos estudantes no momento de lazer, por meio do preenchimento e escrita de um diário reflexivo. Este projeto é realizado desde 2021, na Escola de Educação Básica Irineu Bornhausen, em Florianópolis-SC e neste ano, envolveu cerca de 160 estudantes do Fundamental II. A atividade foi integrada com a disciplina de Língua Portuguesa. Os estudantes escreveram, por meio do gênero diário reflexivo, as atividades realizadas antes, durante e após a prática das atividades físicas, não só descrevendo o que aconteceu, mas também refletindo sobre suas práticas. A maioria dos estudantes realizaram atividades físicas no momento de lazer, 2 a 3 vezes na semana. Procuraram realizar atividades ao ar livre, como jogos esportivos, caminhadas e o uso de bicicletas. Alguns apresentaram dificuldades de lembrar-se de anotar as atividades após realização e sugeriram um formato online de marcação. Percebeu-se também que aqueles que não eram adeptos de atividade física, incorporaram-na à sua rotina na intenção de preencher/escrever o diário. O projeto corroborou para que continuem com as boas práticas ao ar livre e em contato com a natureza, portanto, a união das disciplinas de Educação Física e Língua Portuguesa com o projeto do diário, estimularam estudantes a manterem seus corpos e mentes mais saudáveis por meio de atividades físicas e reflexões.

Palavras-chave: Atividade Física; Adolescentes; Diário.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Recordatório de Atividades Físicas: além do ambiente escola

AUTORES

Sabrina Fernandes Azevedo
Isaac Lira de Faria
Isabela Hannah Araújo Ferreira
Sophia Belmonte Azevedo

Escola de Educação Básica Edith Gama Ramos,
Florianópolis, SC

381980@profe.sed.org.br

A atividade física pode contribuir no desenvolvimento do adolescente e atualmente é um desafio incentivar os alunos a criarem o gosto e praticarem além do ambiente escolar, diante da tecnologia. O projeto tem como intuito incentivar a prática de atividades físicas dos alunos da E. E. B. Edith Gama Ramos, em Florianópolis-SC, no momento de lazer através do preenchimento de um recordatório. Experimentando e fruindo um ou mais programas de exercícios físicos, identificando suas exigências corporais, valorizando a própria segurança e integridade física, como as dos demais. Envolveu cerca de 90 alunos do Fundamental II. Foi entregue no início de cada mês um calendário, onde cada aluno deveria preencher com as atividades físicas realizadas, duração e a sensação após atividade. No final do mês, os alunos devolveram os recordatórios em uma discussão sobre as atividades desenvolvidas. Na sua maioria, os alunos realizaram atividades físicas no momento de lazer, 2 a 3 vezes na semana. Eles procuraram praticar atividades ao ar livre, como em praças, parques e na beira mar, locais próximos de onde moram. Destacaram-se os jogos voleibol, basquetebol e o futebol; além disso, as caminhadas e as trilhas com familiares e amigos. Os demais desenvolveram atividades como alongamentos e ioga por meio de vídeos, alguns salientaram dificuldade de lembrar-se de anotar após realizar as atividades. O projeto conseguiu incentivar os alunos à prática de atividades físicas e almeja-se que os alunos continuem praticando no momento de lazer, principalmente em contato com a natureza e seus familiares.

Palavras-chave: Lazer; Adolescentes; Recordatório.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



FITschool: Tecnologia de Monitoramento de Saúde e Desempenho Esportivo Escolar

AUTORES

Thiago Oliveira Souza

Ester Cunha Vargas; Fernanda Gomes de Alencar

Sofia Giovana Santos de Figueiredo

Ândria Raquel Sátiro da Silva

Escola Estadual Getúlio Vargas. Manaus, AM

thgoliveirasouza@gmail.com

O *FitSchool* é uma ferramenta que permite o acompanhamento dos parâmetros de saúde e desempenho físico dos alunos para uma melhor compreensão dos riscos à saúde e desenvolvimento das capacidades físicas fundamentais. Este estudo teve como objetivo Implementar o FitSchool na Escola Estadual Getúlio Vargas para incentivar a prática esportiva dos alunos, monitorar sua saúde e formar professores conscientes do uso de tecnologia na Educação Física. Disponibilizar o aplicativo para aumentar a participação dos graduandos e alunos em atividades físicas, melhorando os resultados nos parâmetros de saúde, desempenho físico e escolar. Estudo quantitativo, de natureza exploratória, utilizando técnicas de pesquisa experimental. Os dados foram coletados longitudinalmente de 2016 a 2022 e atualizados com os de 2023 sobre aptidão física, parâmetros de saúde, hábitos de vida e imagem corporal. O projeto viabilizou a revitalização do Laboratório de Informática da Escola Estadual Getúlio Vargas. A tecnologia desenvolvida recebeu apoio do Centro de Mídias de Educação do Amazonas (CEMEAM) e uma parceria foi estabelecida com o Departamento de Política e Programas Educacionais (DEPPE/AM). Com base nos resultados deste estudo, conclui-se que existe uma lacuna significativa no uso de aplicativos de avaliação física escolar, uma vez que a maioria dos participantes afirmou não ter tido contato com plataformas desse tipo. No entanto, todos os participantes reconheceram a importância do uso dessa tecnologia como recurso pedagógico e destacaram que uma versão online do aplicativo poderia despertar o interesse e a motivação dos professores e alunos durante as aulas, contribuindo positivamente para as disciplinas do currículo.

Palavras-chave: Tecnologia; Saúde; Aptidão Física.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS



Obstáculos à prática de atividades físicas entres estudantes do ensino médio integrado: um estudo em uma instituição de rede federal

AUTORES

Yasmin Carla Monteiro

Matias Noll

Instituto Federal Goiano Campus Ceres. GO

yasmin.monteiro@estudante.ifgoiano.edu.br

A prática de atividade física tem um valor relevante, principalmente em adolescentes, que estão na fase de desenvolvimento físico, mental e social. Nesse contexto, destacam-se as barreiras, que são os obstáculos que impedem esses estudantes de praticar atividade física em determinados momentos. Objetivo: identificar as barreiras para a prática de atividade física entre estudantes do ensino. Participaram 42 estudantes do ensino médio integrado dos cursos técnicos em Química e Eletrotécnica de uma Instituição da Rede Federal de Ensino. Para coleta de dados foi utilizado o questionário “Barreiras à atividade física” e o “International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)”, via Google Forms. As respostas sobre essas barreiras foram fornecidas em uma escala Likert variando de “discordo totalmente” a “discordo” a “concordo” a “concordo totalmente”. Neste estudo, as seleções dos participantes de “concordo” ou “concordo totalmente” indicaram que essa barreira era percebida pelo adolescente. Dadas as doze barreiras identificadas pelo questionário do estudo, apenas 19,0% (n = 8) dos adolescentes relataram não ter barreiras para a prática de atividade física. Ao fazer a comparação dos estudos, foi possível observar que as duas barreiras mais citadas continuam sendo ‘Muitas tarefas escolares’ e ‘Falta de tempo’. A barreira ‘Preferência por outras atividades’ e ‘Clima’ mantém taxas de resposta semelhantes entre as duas pesquisas, sugerindo que esses fatores podem ser estáveis ao longo do tempo. Conseguimos identificar que os alunos recebem uma carga horária integral de estudos como um obstáculo que impacta seus níveis de atividade física e prolonga os períodos de comportamento sedentário.

Palavras-chave: Adolescentes; Atividades Físicas; Ensino Barreiras.



Este trabalho está licenciado com uma Licença
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**Congresso Brasileiro de
Atividade Física e Saúde**

Garopaba-SC | 25 a 28 de outubro de 2023

TEMA CENTRAL: ATIVIDADE FÍSICA EM AMBIENTES NATURAIS